Min styrke – vores velfærd

Nr | 02 | 18

Marts

TEKNIK & SERVICE

Fagbladet FOA

NYHEDER / DEBAT / DIN SUNDHED / GÆT ET JOB / QUIZ

tema:

LEDIGE SVIGTES
Kortere aktivering truer chancen for at få job
SIDE 26

7

GODE RÅD
Når du skal på folkepension
SIDE 35

PRUT LØS!
Der er nemme penge at spare
SIDE 36

Teknisk ejendomsleder Christian Wittrock er vred over lønnedgang

NÆSTEN 8.000 MINDRE I LØN

Kommune rykker medarbejdere til dårligere overenskomst
SIDE 6

indhold

Pas på de følsomme data

Med et enkelt klik kan man finde personfølsomme oplysninger på nettet om for eksempel patienter på sygehuse og anbragte børn. Det kan være navne, cpr-numre og helbredsforhold, som let kan misbruges, hvis data falder i de forkerte hænder. Det viser Fagbladet FOAs research.
Blot ved at søge på Google fandt fagbladet 13 IT-manualer, der indeholder fortrolige data på knap 100 borgere. Manualerne ligger typisk som Word-dokumenter på myndighedernes hjemmesider, og de bliver brugt af eksempelvis ansatte på sygehusene og af sagsbehandlere i kommunerne. Men desværre kan nysgerrige og lyssky personer også kigge med.
Et af de steder, hvor det er gået galt, er Region Syddanmark, hvor man ved en fejl har lagt følsomme personoplysninger ud om en gruppe patienter. Det er bl.a. gået ud over Heidi Gulbæk Thomsen, som på trods af god pleje på sygehuset nu oplever et tillidsbrud.

Oplysningerne slipper ud, fordi de ansvarlige har for travlt, sjusker eller er uvidende om, hvordan borgernes data bedst beskyttes. Uanset hvad skal der strammes op, så både borgere og ansatte kan føle sig sikre. Vi kan hverken være tjent med, at datatyve kan sjæle vores identitet, eller at tilliden mellem borger og medarbejder skades. ★

Gitte Hejberg

Ved en fejl blev oplysninger om Heidi Gulbæk Thomsens nyresygdom lagt ud på nettet.
Side 8-11

Tilliden sat over styr

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

Anna Rossman Thejsen
redaktionschef
anrt@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

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

DET KOLDE GYS

Odense Havnebad har stor succes med vinterbadning. For livredderne giver det afveksling i jobbet, at de på skift kan opleve stemningen blandt de morgenfriske gæster.

Side 16

Tid til farvel

FOAs forbundsformand gennem 16 år, Dennis Kristensen, takker af.

Side 14

8.000 ned i løn

Christian Wittrock bliver flyttet fra et job som teknisk ejendomsleder på en skole til et gårdmandskorps. Det koster ham dyrt.

Side 6

tema
aktivering

Aktivering af ledige forringet

Kortere aktiveringsforløb gør det sværere at komme i job igen.

Side 26-33

I hvert nummer

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

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

Ida Østerlund Brænder
journalistpraktikant
ibrn@foa.dk
Tlf.: 46 97 25 65

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

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

nyt

25

procent. Så mange ældre mellem 65 og 74 år drikker mere, end Sundhedsstyrelsen anbefaler. Det vanskeliggør personalets arbejde på plejehjem landet over.

Kilde: Jyllands-Posten

Foto: Mikkel Østergaard

Mere uddannelse giver højere økonomisk vækst. Det er en god forretning for samfundet at øge uddannelsesniveauet for ufaglærte.

Forskningschef i Rockwool Fondens Forskningsenhed Jan Rose Skaksen til Ugebrevet A4

Tæt på jobrekord

Beskæftigelsen steg mellem oktober og november 2017 med 6.100 personer. Fremgangen er meget tæt på rekorden fra 2008, før finanskrisen ramte. Ifølge cheføkonom for Arbejderbevægelsens Erhvervsråd, Erik Bjørsted, er dansk økonomi i glimrende form.

Kilde: Arbejdernes Erhvervsråd

▲ **Kampvalg til formandspost i FOA.** 25. april bliver FOAs nye formand valgt på en ekstraordinær kongres. De delegerede har to kandidater at vælge imellem: FOAs nuværende næstformand, Mona Striib, og Nanna Højlund, næstformand i LO. Dennis Kristensen, der har været formand i 16 år, stopper, fordi han ifølge FOAs forbundslove skal gå af som 65-årig.

Hvad gør din kollega til årets bedste kollega?

Foto: Heidi Lundsgaard

Louise Bakke Møller, neurofysiologiassistent på Odense Universitetshospital

Høj faglighed og varmt væsen

Kirsten fortjener anerkendelse og himmelhøj ros for hendes store faglighed og arbejdsindsats, både når det kommer til patienter og kolleger. Uden hendes varme væsen ville vores hverdag ikke være den samme.

Foto: Jørgen True

Carina Landorff, social- og sundhedshjælper i Den Sociale Hjemmepleje i København

En rummelig sjæl

Lige meget hvor hårdt det i perioder kan være, står Ole altid klar til at hjælpe og altid med et smil på læben. Hos alle borgere og kolleger er Ole meget vellidt. Han har en fantastisk stor rummelighed i sin sjæl.

Foto: Jørgen True

Nadine Feline Jørgensen, social- og sundhedsassistent på Kærbo Plejecenter i København

Nyskabende

Rana har sit hjerte med sig i alt, hvad hun laver, og ekstra energi når det kræves. Hun er nyskabende og ser muligheder. Man glæder sig simpelthen bare til at komme på arbejde, når det er mandag, for der står Rana.

Foto: Niels Åge Skovbo

Malene Eghøj, dagplejer i Hovedgård Dagpleje i Horsens Kommune

Altid klar med et knus

Rikke er verdens bedste dagplejer. Hun er utrolig omsorgsfuld over for kolleger og børn. Hun ser på alle udfordringer med et positivt sind, som gør, at det altid er dejligt at samarbejde med hende.

Fagbladet FOA kårer årets kollega Side 12

Af Rasmus Handberg Baunegaard Nielsen og Ida Østerlund Brænder

Historisk storkonflikt er på vej

Cirka 66.000 af **FOAs medlemmer skal i konflikt**, hvis der ikke opnås enighed om nye overenskomster.

Af Finn Danielsen og Rasmus Handberg Baunegaard Nielsen ★ arkivfoto: Jørgen True

En historisk storkonflikt rykker stadig tættere på. Det har fået, **mange ud på gaderne**.

Uenighed om især lønnen har ført til sammenbrud i forhandlingerne om nye overenskomster i hele den offentlige sektor.

FOA har derfor udtaget tæt på 16.000 medlemmer til at strejke i kommuner og regioner. Endnu flere, omkring 66.000 FOA-medlemmer, bliver en del af konflikten i tilfælde af en lockout.

"Vi har sørget for at udtage til konflikt i de fleste kommuner og alle regioner og på så mange områder som muligt. Vi var helst uden konflikt, men jeg fornemmer en vilje og energi hos medlemmerne, som betyder, at vi står stærkt," siger FOAs formand, ***Dennis Kristensen***.

Løn under konflikt

Medlemmer, der hverken bliver en del af strejkeholdet eller bliver lockoutet, skal passe deres arbejde præcis, som de plejer.

Dem, der bliver en del af konflikten, skal forlade arbejdspladsen, når konflikten træder i kraft. De må kun være på arbejdspladsen, hvis de er en del af det nødberedskab, som iværksættes på nogle arbejdspladser.

Medarbejderne i nødberedskabet bliver aflønnet af arbejdsgiverne efter aftale med FOA, men de må kun udføre arbejdsopgaver, som er omfattet af nødberedskabet. De skal holde sig fra alle konfliktramte funktioner.

I tilfælde af strejke vil de medlemmer, hvis arbejdspladser er udtaget til at strejke, få konfliktunderstøttelse. I tilfælde af, at arbejdsgiverne varsler lockout, vil FOAs hovedbestyrelse tage stilling til spørgsmålet om konfliktunderstøttelse.

Når konflikten slutter, er arbejdssituationen den samme som før. FOA meddeler derfor de konfliktramte medlemmer, at arbejdet skal genoptages efter vagtplanen, også selvom man ikke har haft mulighed for at se den fire uger før. ★

fida@foa.dk

Strejke eller lockout?

Begge parter i forhandlingerne kan starte en konflikt. FOA kan varsle strejke, mens arbejdsgiverne kan varsle lockout, hvor FOAs medlemmer udelukkes fra arbejdspladsen.

Ferie ved konflikt

Man kan holde ferie, hvis den går i gang senest samtidig med, at konflikten begynder.
Men man kan ikke påbegynde en ny ferie, efter at konflikten er gået i gang.

Elever er ikke med i konflikten

Elever og praktikanter er ikke en del af en eventuel konflikt. Derfor skal arbejdspladsen tage stilling til, hvordan de kan gennemføre deres uddannelsesforløb under konflikten.

Følg med

Hvis du vil vide mere om overenskomstforhandlingerne, kan du følge med på temasiden foa.dk/ok18.

Sat flere tusinde ned i løn

Tekniske ejendomsledere kalder det dybt urimeligt, at de skal sættes markant ned i løn. **Kommunen er uenig i kritikken**.

Af Morten Olsen

Flere tekniske ejendomsledere i Københavns Kommune bliver flyttet over i Gårdmandskorpset og kommer på specialarbejderoverenskomst. Det betyder en markant lønnedgang for nogle.

Ifølge ***Niels Mortensen***, der er fællestillidsrepræsentant for tekniske ejendomsledere i Københavns Kommune og leder af Teknisk Ejendomsleder Forening, drejer det sig om flere tusinde kroner, de skal gå ned i løn. For en enkelt medarbejder bliver lønnedgangen på mere end 12.000 kroner om måneden.

Overenskomst-shopping

"Det læner sig op af social dumping, for så væsentlig en lønnedgang går udover folks liv. Kommunen bryster sig af, at de laver gode indkøbsaftaler med håndværksfirmaer, der har ordentlige overenskomster. Men når det handler om deres egne medarbejdere, der bliver overflyttet, ryger de bare koldt og kynisk ned i løn," siger han.

Niels Mortensen mener, at områdeoverenskomsten mister sin værdi, hvis arbejdsgiverne bare kan shoppe rundt mellem forskellige overenskomster. Han frygter, at teknisk service-overenskomsten på sigt udtømmes på skoleområdet.

Leder af Gårdmandskorpset i Københavns Kommune, ***Marianne Saaby Andersen***, er uenig i kritikken. Hun forklarer, at de tekniske ejendomsledere bliver opsagt og tilbudt en ny stilling, og derfor går de teknisk set ikke ned i løn, men skifter job.

"Hvis medarbejderen takker ja til tilbuddet om et nyt job i Gårdmandskorpset, vil Gårdmandskorpset naturligvis forsøge at matche opgaver med de kompetencer, den pågældende medarbejder har," siger hun. ★

Mortenolsen99@gmail.com

4

tekniske serviceledere blev i 2017 flyttet fra overenskomst for teknisk service over på specialarbejder-overenskomst. Ifølge FOA 1 kan den, der bliver hårdest ramt, se frem til en lønnedgang på omkring 12.300 kroner.

Kilde: FOA 1

Sagen kort

FOA 1, der har ført sagerne for medlemmerne, opgav i slutningen af 2017 at nå til enighed med Københavns Kommune. Derfor er sagen nu taget videre til FOAs forbundshus, der skal forhandle den videre med Kommunernes Landsforening.

Kilde: FOA 1

Føler sig trådt på

Christian Wittrock bliver sat **8.000 kroner ned i løn** om måneden. Han frygter, at han er nødt til at flytte.

Af Morten Olsen ★ foto: Jørgen True

Christian Wittrock er teknisk ejendomsleder på Nørrebro i København, hvor han har været i 11 år.

I sin tid sagde han farvel til et job som vagt-

Teknisk serviceleder Christian Wittrock er **bekymret for, hvad fremtiden bringer**.

mester på tjenestemandsvilkår og forfulgte drømmen om at få en ansvarsfuld stilling som teknisk ejendomsleder på en skole.

Markant lønnedgang

Christian Wittrock har været glad for sit arbejde, men når klokken ringer ind til første time efter sommerferien, bliver det til en løn, der er cirka 8.000 kroner lavere om måneden end den løn, han har fået i mange år.

I hvert fald, hvis det bliver som Københavns Kommune lægger op til: Nemlig at han og en række andre ejendomsledere flyttes over i gårdmandskorpset og kommer på en anden overenskomst.

"Jeg bor på Østerbro i en lejlighed. Det ved jeg ikke, om jeg har råd til længere, så det er livskvalitet, der ryger ad helvede til," siger Christian Wittrock.

Han er 52 år og har boet på Østerbro i 20 år. Hans datter på 18 år bor hos ham hver anden uge og går på gymnasiet ikke ret langt derfra, så det vil også gå udover hende.

Jeg er ikke gårdmand

Det, der gør Christian Wittrock mest vred, er, at lønnedgangen er så høj.

"Jeg vidste godt, at jeg ville gå ned i løn, men at rutsje den helt derned er sgu lige at træde nok på én med min uddannelse og erfaring."

Selvom han ikke kender sine nye opgaver helt endnu, føler han sig degraderet.

"Der er ikke noget galt med at være gårdmand, men jeg er ikke gårdmand. Jeg er leder. Det kan jo ende med, at jeg bare søger væk og søger noget andet arbejde. Og hvis andre gør det samme, mister kommunen en masse gode folk og dermed en kæmpe vidensbank." ★

Mortenolsen99@gmail.com

Sakset fra fagbladetfoa.dk

22.02.
Manglede kun to eksaminer, da hun blev udvist
Chileshe Ruth Mutale var to eksaminer fra at være færdig som sosu-assistent og havde fast job på hånden, da hun fik afslag på at få forlænget sin opholdstilladelse.

21.02.
Ansat under falske forudsætninger: Nu står Pernille uden fast job
Sosu-assistent Pernille Krysfelt fik tilbudt drømmejobbet og sagde sin gamle stilling op. Men da hun modtog ansættelsesbeviset, stod der pædagogmedhjælper.

15.02.
Køretiderne knækkede Carina: Nu har hun sagt op
Efter 13 år i hjemmeplejen, en stress-sygemelding og fortsat pres på køretiderne, smed Carina Lindensparre håndklædet i ringen og sagde op. Nu er hun fast aftenvagt på et plejehjem.

15.02.
Se din skattelettelse: Hvert fjerde FOA-medlem får under 33 kroner
Du skal tjene mere end 200.000 kroner om året for at få skattelettelser, som kan mærkes.

15.02.
Flere ufaglærte ansættes til sosu-opgaver
Kommunernes problemer med at få uddannet personale til social- og sundhedsområdet betyder, at antallet af ufaglærte på området igen stiger.

Læs flere nyheder på fagbladetfoa.dk

Heidi Gulbæk Thomsen **er chokeret** over, at fortrolige informationer om hendes sygdom pludselig lå offentligt tilgængeligt på nettet.

Fortrolige data flyder på nettet

Med et enkelt klik kan man finde personfølsomme oplysninger om **anbragte børn og patienter** på nettet. Som ansat kan du være med til at forhindre datasjusk.

Af Anders Ejbye-Ernst ★ foto: Heidi Lundsgaard

Navne, cpr-numre og helbredsoplysninger på alvorligt syge patienter og udsatte børn, som burde være strengt fortrolige, ligger frit tilgængeligt på nettet. Det kunne Fagbladet FOA konstatere ved en enkelt dags målrettet søgning på Google.

Oplysningerne slipper ud, fordi myndigheder og virksomheder sjusker med de personfølsomme data.

"Det er fuldstændig uacceptabelt. Persondataloven slår fast, at man skal sikre sig, at sådanne oplysninger ikke kommer til uvedkommendes kendskab," siger kontorchef hos Datatilsynet ***Jesper Husmer Vang***.

Datasjusk krænker den enkelte borgers privatliv og skader tilliden mellem borgeren og den sundhedsfaglige person.

"Det er afgørende, at fortrolige sundhedsdata forbliver fortrolige. Hvis man opdager, at personoplysninger slipper ud, har man pligt til straks at gå til ledelsen. Og ledelsen har pligt til hurtigt at få det fjernet fra nettet," siger formand for Social- og Sundhedssektoren i FOA ***Karen Stæhr***.

"Det er rigtig ubehageligt"
Side 10

Op mod 100 borgere hængt ud

Fagbladet FOA fandt ved blot at søge på Google 13 manualer fra tre regioner oprettet i Word til it-systemer brugt af alt fra hospitalsansatte til kommunale sagsbehandlere og tandlæger. Tilsammen indeholder manualerne fortrolige oplysninger om navne, cpr-numre og helbredsoplysninger på op mod 100 navngivne borgere fra Region Syddanmark, Region Hovedstaden og Region Nordjylland.

Fagbladet har kontaktet de ansvarlige myndigheder samt en række private databehandlere. De har efterfølgende fjernet dokumenterne og gennemgår nu deres sider for personoplysninger.

At så mange data overhovedet slipper ud, skyldes, at myndighederne bruger Word til at indsætte skærmbilleder fra de journalsystemer, hvor fortrolige social- og sundhedsoplysninger om borgere er gemt. I de fleste tilfælde er billederne redigeret, så de fortrolige oplysninger ikke kan ses. Men når de ligger i et Word-dokument, kan du med et par klik i Word genskabe de oprindelige skærmbilleder.

Skærpede regler på vej

Det, at de personfølsomme og fortrolige oplysninger umiddelbart er skjult i manualerne, er ikke en formildende omstændighed. Det mener ***Peter Blume***, der er juraprofessor og ekspert i persondataret på Københavns Universitet.

"Det er ikke en formildende omstændighed, at man skal nulstille billederne for at få adgang til de her oplysninger. Information om sygdom hører under personfølsomme oplysninger, som ikke må videregives. Det er virkelig problematisk, at det sker," siger Peter Blume.

25. maj får alle, der har med personfølsomme oplysninger at gøre, endnu en grund til at stramme op på datasikkerheden. Her træder EU's persondataforordning i kraft. Forordningen skærper kravene til behandling af borgeres fortrolige oplysninger og medfører samtidig højere bødestraffe.★

anee@foa.dk

33

navne og cpr-numre på patienter indlagt på tre af Region Hovedstadens hospitalsafsnit lå gemt i et enkelt Word-dokument, som var lagt på nettet. Det opdagede Fagbladet FOA ved en simpel Google-søgning. I alt fandt fagbladet i løbet af en enkelt dag fortrolige oplysninger på op mod 100 borgere på nettet.

Derfor er det vigtigt

- Det er ulovligt at offentliggøre navne, cpr-numre og oplysninger om sundhedsforhold.
- Ved datasjusk brydes tilliden mellem borgeren og den sundhedsfaglige person. Det kan i sidste ende gå ud over behandlingen.
- 25. maj kommer der nye EU-regler med skærpede krav til behandling af borgeres data.

Kilde: Persondataloven, EU og FOA

"Det er rigtig ubehageligt"

Oplysninger om Heidi Gulbæk Thomsens nyresygdom blev **ved en fejl lagt ud på nettet**.

Af Anders Ejbye-Ernst ★ foto: Heidi Lundsgaard ★ illustration: Dennis N. Andersen

I en manual til et laboratoriesystem i Region Syddanmark har man ved en fejl lagt navne, cpr-numre og sundhedsoplysninger ud på tre patienter. Alle tre er tilknyttet nyremedicinsk ambulatorium på Odense Universitetshospital.

Hos en af patienterne kan man blandt andet se en liste med medicin, hun får mod sin nyre- og hjertesygdom. Patienten er 50-årige ***Heidi Gulbæk Thomsen***, som Fagbladet FOA kontakter som led i verificeringen af oplysningerne. Hun er chokeret over at høre, at de oplysninger, hun regnede for fortrolige, er endt på nettet:

"Det er rigtig ubehageligt, at ens oplysninger ligger frit på den måde. Det burde jo kun være en selv og så det behandlende personale, der har adgang til det."

Fagbladet FOA har fremlagt sagen for Datatilsynet, som slår fast, at offentliggørelsen af oplysningerne er et klart brud på persondataloven. Heidi peger da også på, at oplysningerne kan misbruges, hvis de havner i de forkerte hænder.

Frygter identitetstyveri

"Man hører så meget om, at man kan bruge personnumre til identitetstyveri. Folk kan let udgive sig for at være mig, når de har mit personnummer og mine private sundhedsoplysninger," siger hun.

Sikkerhedsbristen betyder, at Heidi vil være mere opmærksom på, hvilke oplysninger hun giver videre om sig selv.

"Tilliden kommer på prøve af det her, for hvis jeg står i en situation, hvor jeg får det skidt på nogle psykiske måder, så vil jeg da stoppe op og tænke: Hvor meget skal jeg fortælle, for hvor kan det risikere at ende henne?"

Fejl skaber tillidsbrud

Heidi fortæller, at det værste ved den slags fejl er, at en sårbar del af hendes og andre syge menneskers livshistorie bliver blotlagt på nettet. Det skader den tillid, som hun påpeger, er afgørende i mødet mellem patienten og den sundhedsfaglige.

"Man betror sig jo til ansatte på sygehuset, for ellers kan de ikke hjælpe mig, når jeg har det dårligt. Men den tillid bliver udfordret, når man opdager, at oplysningerne ikke holdes fortrolige."

Region lukker siden ned

Da Heidi læser artiklen igennem inden publiceringen, tilføjer hun en enkelt detalje, som for hende er meget vigtig: Hun er taknemmelig for den pleje og behandling, hun har fået af personalet på Odense Universitetshospital, som har reddet hendes liv og hjulpet hende igennem nogle af hendes hårdeste perioder.

Hun håber dog, at de vil passe bedre på hendes og andre patienters data i fremtiden. Det lover afdelingschef ***Mads Haugaard*** fra Region Syddanmark:

"Vi beklager dybt, at man har haft mulighed for at finde følsomme oplysninger om den pågældende person på nettet. Det er vigtigt, det nu er kommet til vores kendskab, så vi kan sætte en stopper for det," siger han.

Han fortæller, at Region Syddanmark nu har lukket for adgangen til siden og ikke genåbner, før de er sikre på, at det ikke sker igen. ★

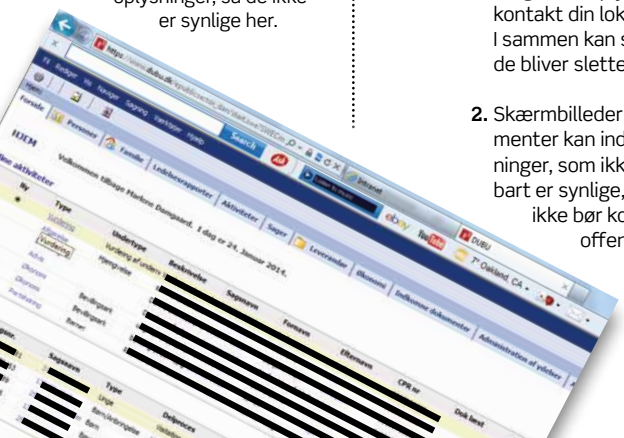
anee@foa.dk

Folk kan let udgive sig for at være mig, når de har mit personnummer og mine private sundhedsoplysninger.

HEIDI GULBÆK THOMSEN

Følsomme oplysninger om Heidi Gulbæk Thomsen og andre patienter **flød på nettet.** Region Syddanmark beklager dybt og lover, at det ikke sker igen.

På kort tid lykkedes det Fagbladet FOA at finde 13 it-manualer gennem simple Google-søgninger, hvor der lå fortrolige oplysninger om borgere og ansatte gemt. Dette er nogle af de mange eksempler, vi fandt. For at beskytte de krænkede personer har vi overstreget navne, cpr-numre og sundhedsoplysninger, så de ikke er synlige her.



5 trin til at stoppe datasjusk på nettet

1. Finder du dokumenter med borgernes oplysninger, så kontakt din lokale leder, så I sammen kan sørge for, at de bliver slettet.

2. Skærmbilleder i Word-dokumenter kan indeholde oplysninger, som ikke umiddelbart er synlige, men som ikke bør komme ud i offentligheden.

3. Vil du undersøge, om et skærmbillede gemt i et dokument er 'sikkert', så marker det ved at klikke på det. Herefter skal du under menuen 'Billedværktøjer' trykke på 'Formater' og så klikke på 'Nulstil billede'. Hvis billedet har været beskåret, vil du kunne se det oprindelige skærmbillede. Finder du dokumenter med borgernes oplysninger, så kontakt din lokale leder, så I sammen kan sørge for, at de bliver slettet.

4. Skal du selv lave en manual med skærmbilleder eller andet, der kan indeholde borgeroplysninger, er det en god idé at formatere Word-dokumenter til pdf-format. I pdf-filer er det sværere at genskabe det oprindelige billede.

5. Hvis du vil være 100 procent sikker på, at der ikke ligger oplysninger gemt i et dokument, skal du printe det ud og derefter scanne det ind igen.

Kilde: Datatilsynet

Christina er årets kollega

Med **56 procent af stemmerne** løb social- og sundhedsassistent Christina Christiansen med titlen som Årets Kollega 2018 fra Fagbladet FOA.

Af Ida Østerlund Brænder ★ foto: Jørgen True

"Jeg tænkte, **hvor mon mine ben blev af**, for dem sparkede hun væk under mig," fortæller Årets Kollega 2018, social- og sundhedsassistent Christina Christiansen (i midten) om, da hun fandt ud af, at kollegaen Sabrina Juul Jacobsen (tv.) havde indstillet hende til prisen.

"Puha, her bliver lidt varmt, synes jeg," griner social- og sundhedsassistent ***Christina Christiansen***, mens hun vifter med sin hånd mod ansigtet. Det er måske ikke så mærkeligt. I den lille frokoststue hos Hjemmeplejen Smørum, hvor hun er ansat, er en masse kollegaer stimlet sammen for at overvære overrækkelsen af Fagbladet FOAs pris Årets Kollega 2018.

"Det er fedt. Jeg ved ikke helt, hvordan jeg skal reagere," siger Christina lidt genert.

Holdt mig oppe

Sabrina Juul Jacobsen er den kollega, som indstillede Christina til Årets Kollega. Hun synes, at Christina fortjener titlen, fordi hun støttede Sabrina, da hun blev ramt af hård sygdom.

"Da mine dage så mest mørke ud, skrev hun og spurgte ind til mig. Hendes styrke og medmenneskelighed holdt gejsten oppe. Hun kom sågar hjem til mig med en kollega med hjemmelavet kage, blomster og godt humør," skrev Sabrina blandt andet i sin indstilling.

Mere end 400 stemmer

Blandt mere end 300 indstillinger udvalgte Fagbladet FOAs jury tre nominerede. Herefter var det op til medlemmerne at afgøre, hvem der skulle løbe med titlen. Det kapløb vandt Christina med 56 procent af stemmerne.

"Over 400 stemmer gik til dig, så der er mange, der synes, at du har gjort noget godt og rigtigt," siger Fagbladet FOAs chefredaktør ***Gitte Hejberg***.

Da hun overrækker blomsterne til Christina, filmer kollegerne løs med deres mobiler.

"Åh, jeg bliver altså helt rørt," lyder det fra bageste række i frokoststuen, da Gitte Hejberg afslutningsvis siger stort tillykke. ★

ibrn@foa.dk

Sådan blev Christina årets kollega

- FOAs medlemmer kunne i starten af året indstille deres bedste kollega til prisen Årets Kollega 2018.
- Blandt mere end 300 indstillinger valgte Fagbladet FOAs jury de tre bedste.
- En afstemning blandt medlemmerne afgjorde, hvem der vandt. Det blev Christina Christiansen med over 400 stemmer.
- De to andre nominerede var social- og sundhedshjælper **Ole Bremer Pedersen** fra Den Sociale Hjemmepleje i Valby og dagplejer **Rikke Nielsen** fra Horsens.

Læs mere

Læs portrætter af de tre nominerede på **foa.dk/kollega**

Har du svært ved at sove?
Undersøgelser viser, at netop pres og stress i hverdagen er skyld i helt op mod 90% af vores søvnproblemer. Det er der nogen ret naturlige årsager til. Har du haft en dag med fuld fart på, med mange opgaver, mange spekulationer og mange bekymringer, er det svært for kroppen at slippe den tilstand og falde til ro og falde i søvn.

Naturlige indholdsstoffer afhjælper søvnbesvær

Sedaforte er et mildt, naturligt middel, der hjælper dig med at slappe af, så du kan falde i søvn. Søvnen bliver mere stabil og du vågner udhvilet.

Sedaforte indeholder:

- Kamille, der får kroppen til at slappe af, så du falder til ro.
- Humle, der i tabletform virker godt på søvnproblemer.
- Citronmelisse, der virker afslappende
- Schizandra, der sørger for en langtidseffekt. Planten får kroppen til at tilpasse sig, således at du også sover bedre på sigt.

Sedaforte er 100% naturlig.

Pia kan i dag se tilbage på en årrække, hvor hendes tilværelse blev ødelagt af søvnløse nætter. Hun var konstant træt og irritabel, og ligemeget hvad hun forsøgte, hjalp intet, før hun en dag læste om naturmidlet Sedaforte. Det blev et vendepunkt i hendes liv.

Nu sover jeg godt hver nat

Ekstrakt fra schizandra i Sedaforte kan hjælpe dig med at blive bedre til at håndtere stress og understøtter dit mentale velbefindende.

Da vi møder Pia i hendes dejlige hus i Grindsted, er det en frisk og glad kvinde, der åbner døren, og ingen ville tro at hun for kort tid siden konstant var træt og irritabel som følge af søvnbesvær.
For et par år siden var 45 årige Pia plaget af store problemer i livet.

Fik problemer med at sove
Pia havde et ellers velfungerende liv, men en skilsmisse og en opslidende kamp om forældremyndigheden gav Pia alt for meget at tænke på. Pias familie og datteren Frederikke var bekymrede. De støttede naturligvis Pia og gjorde alt hvad de kunne for at hjælpe hende tilbage på rette spor. Snart skulle det dog vise sig, at et nyt problem dukkende op: Hun fik svært ved at sove - og det er et problem, der rammer mange danskere hvert år. For mange ødelægger det humøret og livsmodet.

Naturmiddel blev løsningen
Da Pia en dag sad og læste, faldt hendes øjne på en reklame for naturmidlet Sedaforte. Det var beskrevet som et plantebaseret præparat, der virkede på flere måder i forhold til søvn. Da hun læste, at præparatet virkede afslappende og ikke sløvende, besluttede Pia sig for at prøve, og bestilte en pakke hjem.

"Efter fire til fem uger begyndte der at ske noget. Jeg kunne ganske enkelt mærke, at det virkede. Hvis jeg tager en Sedafortetablet hver aften en time før jeg går i seng, falder jeg hurtigere i søvn og sover godt hele natten. I dag kan jeg endda vågne op og gå på toilettet - og så gå ind i seng og sove videre bagefter", fortæller Pia.
"Det er ganske enkelt en stor lettelse, at mine søvnproblemer er løst så enkelt, og jeg kan bare mærke, hvordan mit livsmod og gode humør er tilbage, fordi jeg, takket være Sedaforte, nu atter får min gode nattesøvn".

VIL DU OGSÅ PRØVE SEDAFORTE?

Sedaforte indeholder planterne citronmelisse, kamille, schisandra og humle.

Regulerer søvnmønsteret og virker afslappende.

Sedaforte kan prøves på leveringsservice til halv pris for første pakke. Netop nu: kr. 99,- for to måneders forbrug.

Tabletterne kan bestilles på www.wellvita.dk eller på tlf. 82 30 30 40. Kundeservice er altid parat med råd og vejledning. Telefonerne er åbne hver dag kl. 8-16.

wellvita

"Jeg taler stadig dansk på portørsprog"

I slutningen af april tager FOAs forbundsformand **arbejdsuniformen af for sidste gang**. 65-årige Dennis Kristensen ser tilbage på sine 16 år på posten – og på om han fik efterlevet de tre aftaler, han indgik med sig selv, den aften han blev valgt som formand.

Af Mette Boysen ★ foto: Jørgen True

Aldersgrænse for formænd
Ifølge FOAs forbundslove skal en formand gå af, når vedkommende fylder 65 år. Dennis Kristensen fyldte 65 år i februar, men fordi det var midt i overenskomstforhandlingerne, skal en ny forbundsformand først vælges 25. april.

Kilde: FOA

Kampvalg om formandsposten
To kandidater, Mona Striib og Nanna Højlund, har meldt sig til posten som ny forbundsformand for FOA. Dermed er der lagt op til kampvalg ved den ekstraordinære kongres 25. april. Mona Striib er i dag næstformand i FOA, og Nanna Højlund er næstformand i LO. Det er FOAs 598 delegerede, der skal vælge formanden.

Kilde: FOA

Det er snart 16 år siden, at få stemmer en torsdag i maj 2002 afgjorde, at den tidligere portør og tillidsrepræsentant ***Dennis Kristensen*** blev FOAs nye forbundsformand.

Den majaften indgik han tre aftaler med sig selv. De har præget hans tid og kendetegnet ham som formand.

> *Jeg lovede mig selv, at jeg ville holde fast i, at jeg var portør.*

"Gennem årene har jeg mødt mange, der har fået alvorlige erhvervsskader af at være i jobbet. En af skaderne er, at man bliver ekspert i at færdes på de bonede gulve. Jeg lovede mig selv, at jeg ville holde fast i, at jeg var portør. Jeg ville stadig tale dansk på portørsprog," siger Dennis Kristensen.

Åbenhed er ikke altid populært
Åbenhed over for medlemmerne var det andet løfte, han gav sig selv.

"De, der betaler gildet, skal vide, hvad der foregår. Det er medlemmernes kontingent, jeg får min løn fra," siger Dennis Kristensen.

Derfor valgte han fra begyndelsen en åben stil med et aktivt brug af medier. Hvis der er noget, han gerne vil huskes for, er det dét.

Han er klar over, at det ikke altid er et populært valg, og at forhandlingsparter og modparter ofte har ønsket, at han ikke var så åbenmundet.

Han nævner en episode med Danske Regioner i forbindelse med udvekslingen af overenskomstkrav for 2018. Her pointerede forhandlingschefen, at hun gerne så, at man ringede til hinanden, hvis man havde noget at sige, i stedet for at skulle læse om det i pressen.

"Jeg havde sikkert skrevet et eller andet i en overenskomstdagbog. Jeg sagde til hende: Nu har du sagt det, men du ved godt, at det preller af som vand på en gås," siger Dennis Kristensen.

Tid til at lægge uniformen

Den sidste ting, Dennis Kristensen lovede sig selv, inden han tog fat på arbejdet som formand, var, at han ville bære uniform på jobbet.

"Jeg kalder det en tjenestedragt og ikke en habit. Og jeg hænger den i skabet 26. april (dagen efter kongressen, hvor en ny forbundsformand vælges, red.) Jeg har prøvet at bevare Dennis, som han så ud, da han var tillidsrepræsentant. Jeg traf en positiv beslutning om, at jeg skulle holde øje med mig selv og jævnligt lave trykmåling af mig selv for at se, om jeg var ved at blive noget andet, end jeg var."

Dennis Kristensen er tilfreds med den version af sig selv, han har bevaret gennem formandsperioden. Han er på mange måder også tilfreds med det FOA, han forlader.

"Det er et mindre hierarkisk, mere aktivistisk og mere medlemscentreret forbund, jeg forlader. Men jeg havde gerne set, at det var blevet endnu mindre hierarkisk, lidt mere aktivistisk og et lidt mere medlemscentreret forbund." ★

mebo@foa.dk

Dennis Kristensen er tilfreds med den version af sig selv, han har bevaret gennem formandsperioden. "**Jeg har prøvet at bevare Dennis**, som han så ud, da han var tillidsrepræsentant."

Vidste du ...

... at Dennis Kristensens fagpolitiske karriere blev indledt ved et tilfælde, da han så en annonce i Herlev Bladet, om at det nye Amtssygehus i Herlev i 1976 søgte portører? Dennis Kristensen var lige holdt op som pædagogmedhjælper og tænkte, at han kunne give det et år som portør, inden han skulle videre. Det blev til syv år i alt, hvoraf de seks var som tillidsrepræsentant.

Kilde: Dennis Kristensen

Læs mere

Læs hele portrættet af Dennis på **fagbladetfoa.dk/dennis**

Anna elsker de kolde morgener

1

1 **Klokken 5.45.** Livredder Anna Kathrine Schrøder er tidligt på færde for at gøre alt klar til de morgenfriske vandhunde. Her er hun i gang med at tjekke syre- og klorindhold i vandet.

2 **Bag tremmer.** "Vi står herude og rusker," siger en af de badegæster, der venter, da Anna Kathrine Schrøder åbner kl. 6.30. Sådan er det hver morgen, fortæller hun.

2

[Odense Havnebad]
Havnebadet åbnede i sommeren 2016 som et gratis kommunalt tilbud. Senere samme år åbnede det også for vinterbadning, der nu har kørt i to sæsoner.
Det er blevet en kæmpe succes og har besøg af mellem 100 og 200 gæster hver dag.

For andet år i rap trækker Odense Havnebad fulde huse til vinterbadning. Det har givet nogle af byens livreddere mulighed for at opleve det **helt specielle sammenhold, der er blandt vinterbaderne**. Livredder Anna Kathrine Schrøder er en af dem, og hun elsker at åbne havnebadet i al slags vejr.

Af Morten Olsen ★ foto: Jørgen True

3

4

3 **Koldt gys.** Vandet er 3,3 grader og luften lidt mindre denne morgen. Seks af omklædningsrummene (tv.) skulle egentlig hives ned efter sommersæsonen, men vinterbaderne strømmer ind, så de får lov til at stå vinteren over.

4 **Trofast gæst.** Nogle gange har vi kaffe og kage med til personalet, forklarer Solveig Kalia, der kommer hver mandag, onsdag og fredag, hvor der er morgenåbent.

5 Saunasnak. Der er masser af tid til at tale med de andre gæster i saunaen. Anna Kathrine Schrøder prøver selv at komme som gæst én gang om ugen. Så hun kan høre, hvad der rører sig, og om noget kan gøres bedre.

6 Stille mandag. Denne mandag besøger 98 gæster badet i åbningstiden fra 6.30 til 9.30. Mandag er den stille dag, om fredagen er der nogle gange dobbelt så mange. Hele sidste vintersæson kom knap 32.000 gæster forbi.

7 Unge og ældre. Det er mest det ældre publikum, der kommer om morgenen. Tirsdag og torsdag er der vinterbadning om aftenen. Der dukker flere yngre op.

8 Rengøring. Når badet lukker klokken 9.30, bruger Anna Kathrine Schrøder resten af dagen på at gøre rent.

5

7

6

8

det virker

Hver måned viser et FOA-medlem et **arbejdsredskab,** som fungerer godt. Fordi det sparer tid, giver et kvalitetsløft eller løser et problem.

Dit værktøj
Har du et stykke værktøj, du gerne vil vise til de øvrige medlemmer i Teknik- og Servicesektoren, så lad os endelig høre. Send en mail til anrt@foa.dk

Teknik- og servicemedarbejder Stig Lindstrøm **sparer kræfter og tid**, når han kridter fodboldbaner op med en GPS-styret kridtmaskine.

GPS-styret kridtmaskine skåner knæene

Hvad er det smarte ved maskinen? Den kører over satellit, så man går bare derud, hvor man gerne vil lægge banen, og så får man et billede ned på sin iPad med træer og det hele. Og så kan man tegne banen ind præcis, hvor man vil have den, og sætte maskinen i gang.

Hvordan gjorde I tidligere? Nå der er opstart her i foråret eller efter sommerferien, skal banerne kridtes op fra bunden. Vi plejede at tegne banen op ved at spænde nogle snore ud og køre kridtmaskinen henover.

Det er hårdt fysisk arbejde, for man skal ned på knæ, og banerne er jo 105 meter lange, og snorene skal trækkes ud fra nogle store tromler, og flyttes igen, når man skal tegne målfelterne op.

Sparer I tid? Når vi kridter op med den GPS-styrede maskine, kan vi jo lave noget andet imens, hvis vi holder os i nærheden af maskinen. Men man skal stadig lige holde øje med, om den går i stå eller løber tør for maling.

Har I oplevet problemer? Der er to steder på vores baner, hvor vi har lidt svært ved at fange signal, men så kører maskinen bare tilbage til et sted, hvor den kan få signal og starter forfra. Enkelte gange må vi lige hjælpe den manuelt, men det bliver bedre og bedre, for der kommer hele tiden nye softwareopdateringer. ★

Mortenolsen99@gmail.com

[cv]
Navn: Stig Lindstrøm
Alder: 52 år
Uddannelse: Maskinarbejder
Job: Teknisk servicemedarbejder på Rødovre Idrætsanlæg

Bagom maskinen
- Den GPS-styrede maskine hedder 'Intelligent one' og koster 200.000 kr.
- Den kridter en 11-mands fodboldbane op på cirka en halv time.
- Den bliver styret ved hjælp af en iPad, der skal være inden for 100 meters rækkevidde af maskinen.

Af Morten Olsen ★ foto: Jørgen True

fagligt talt

Lærer vi noget af OK18?

[kort sagt]
Vi ser frem til solidaritet til gavn for lavtlønnede husassistenter, badeassistenter, tekniske servicemedarbejdere med flere.

I skrivende stund er det umuligt at forudse, hvordan overenskomstforhandlingerne ender. Men allerede nu kan vi uddrage lidt lærdom af forløbet. Lærerne er centrale medarbejdere i ethvert samfund. Hvis vi ikke har dygtige og engagerede lærere, får vores børn ingen god undervisning og dermed ikke de bedste forudsætninger for et godt liv.

Samme melodi kan nynnes om mange offentligt ansatte. Derfor lægger det os meget på sinde, at lærerne og deres fagforening ikke tages som gidsler. Uanset om det er regeringen, kommunerne eller andre, der måtte forgribe sig. De har samme ret til at forhandle deres vilkår, som FOA har ret til at forhandle vilkårene for blandt andre ansatte på teknisk serviceoverenskomsten.

> *Det lægger os meget på sinde, at lærerne og deres fagforening ikke tages som gidsler.*

Det er rigtigt godt, at store dele af fagbevægelsen nu står sammen om at forfægte denne ret. Men ligesom vi skal være solidariske med lærerne – og dermed vores egne børn og børnebørn – så skal samme solidariske adfærd smitte af på de medlemsgrupper, der ikke har samme bevågenhed og ikke fylder så meget i den samfundsmæssige debat og økonomi.

Så vi er mange, der ser frem til samme solidariske optræden til gavn for lavtlønnede husassistenter, badeassistenter, tekniske servicemedarbejdere og andre, der bestemt også udfylder en plads i samfundsmaskineriet. Ting hænger sammen, og fagbevægelsen har et ansvar for at hele samfundet hænger sammen. Jeg håber, vi lærer rigtigt meget af OK18! ★

Af Reiner Burgwald, sektorformand ★ foto: Jørgen True

nyt

Foto: Colourbox.com

Robotter erstatter ikke varme hænder

Mange job bliver i fremtiden overtaget af robotter. Men det kommer ikke til at gå ud over de varme hænder, forudser arbejdsmarkedsforsker Bent Greve. Årsag: Arbejdet med mennesker kan ikke standardiseres, mener han.

Kilde: Ugebrevet A4

30

år. Så længe har man forsøgt at sende kontanthjælpsmodtagere i aktivering. Men alligevel er 12-15 procent af den voksne befolkning permanent på offentlig forsørgelse. Det viser forskning fra Aalborg Universitet.

Kilde: Videnskab.dk

Flere ældre og mere fleksibilitet

I 2040 vil 25 procent af befolkning være 65 år eller derover. PFA har fremsat en række anbefalinger til, hvordan vi kan få gavn af de mange ældre på arbejdsmarkedet. De foreslår bl.a. en delpensionsordning, hvor man kan trække sin pension efter behov og arbejde samtidig.

Kilde: Mandag Morgen

Cykeltyve stoppet ved skole

En teknisk servicemedarbejder på Lykkegårdsskolen i Kolding har sat en stopper for en række cykeltyverier, der har plaget flere skoler i byen. Medarbejderen tog et billede af en af de formodede cykeltyve, noterede bilens nummerplade og sendte oplysningerne til politiet. Det resulterede i, at fire mænd blev anholdt for at stå bag mere end 50 cykeltyverier.

Kilde: jv.dk

Første førerløse bus i rute

I Stockholm er Skandinaviens første bus uden chauffør sat i rute. Den har plads til 12 passagerer og kører en rute på halvanden kilometer i den svenske hovedstad. Selvom der ikke er nogen til at styre den, er der stadig en såkaldt vært om bord af sikkerhedshensyn. Både i Danmark og Norge blev der sidste år lavet forsøg med førerløse busser.

Kilde: Aftenposten

Dårligt indeklima sender FOA-personale på hospitalet

Tre medarbejdere i Taastrup Svømmehal blev så syge af arbejdet, at de blev sendt på hospitalet. En rapport fra Teknologisk Institut har siden bekræftet, at der var problemer med indeklimaet. Forud for episoden havde brugere af svømmehallen og personalet i længere tid havde klaget over irritation i luftvejene, kvalme og hovedpine. Kommunen udskifter nu ventilationssystemet.

Kilde: TV2 Lorry

Foto: Pelle Rink

7 ud af 10 biblioteker oplever ballade

Hashhandel, trusler og konflikter med brugerne er hverdag for personalet på landets biblioteker. En undersøgelse foretaget af Bibliotekarforbundet viser, at 70 procent af landets biblioteker oplevede konflikter, trusler og uro sidste år. Flere biblioteker i Københavnsområdet har derfor droppet at have åbent for brugerne i aftentimerne.

Kilder: Politiken, TV 2 Lorry, og Fagbladet FOA

4

procent af Teknik- og Servicesektorens medlemmer har inden for det seneste år været udsat for seksuel chikane.

Kilde: FOA Politik og Analyse

Slipper for mudder overalt

Før slæbte eleverne en masse sand, jord og salt med ind på skolen. Men det er slut, efter at Hans Rømer Skolen i Aakirkeby på Bornholm har investeret i nye måtter ved skolens hovedindgang.
De tykke gummimåtter med huller og stive nylonbørster tager skidtet, og bagefter kan det nemt støvsuges op fra måtternes huller. "Det er en kæmpe lettelse for rengøringspersonalet," siger driftskoordinator Hasse Larsen. Måtterne betyder også mindre slid på linoleumsbelægningen på gangene.

P-vagter gav mere end 60.000 bøder

60.420. Så mange parkeringsbøder blev der uddelt i Danmarks næststørste by i 2017. Det er godt 10.000 flere end året før og knap 25.000 flere end i 2015. Aarhus Kommune afviser, at man målrettet går efter at drive flere penge ind via parkeringsvagterne. Stigningen skyldes ifølge kommunen, at der er kommet flere biler og arrangementer til Aarhus.

Kilde: TV 2 Østjylland

Foto: Colourbox.com

> *Vi har længe efterspurgt en seriøs undersøgelse af det borgernære kommunale redningsberedskab.*
>
> Formand for FOAs Teknik- og Servicesektor, Reiner Burgwald, bakker op om, at der i regeringens forsvarsforlig lægges op til, at beredskabets robusthed og dimensionering skal undersøges i 2019

foa hjælper

Annie Espersens krop sagde stop efter 40 år i hjemmeplejen. Med FOAs hjælp har hun fået **over 300.000 kroner i erstatning** for erhvervsevnetab og men.

Annie fik økonomisk tryghed

Vejen til erstatning

2011 September
Annie Espersens sag anmeldes til Arbejdsskadestyrelsen (hedder nu Arbejdsmarkedets Erhvervsforsikring) som erhvervsbetinget lænderyglidelse. Tre måneders arbejdsprøvning på plejehjem.

2012 Februar
Arbejdsskadestyrelsen afgør et erhvervsevnetab på 12 procent. FOA anker. Annie Espersen bevilges fleksjob på 16 timer om ugen.

December
Annie Espersens erhvervsevnetab opgøres til 15 procent og et skattefrit engangsbeløb på 250.198 kroner. Erhvervsevnetabet tilkendes fra 9. februar 2012, og det betyder, at Annie modtager 3.450 skattepligtige kroner pr. måned fra februar til december. Dertil får hun skattefri erstatning på 77.213 kroner for 12 procent varigt men.

2014 Juni
Annie Espersens fleksjob nedsættes til 12 timer om ugen.

2017 Maj
Annie Espersens fleksjob nedsættes til 8 timer om ugen.

December
Annie Espersen fratræder sin stilling og går på fleksydelse.

"Hvad skal det ende med?" Sådan tænkte ***Annie Espersen***, når hun endnu en gang måtte sygemelde sig eller slæbe sig på aftenvagt med smerter i led og ryg.

35 år i hjemmeplejen i Hjørring Vest havde sat sine spor, og efter en periode med mange sygemeldinger blev hun kaldt ind til sin leder og spurgt, om det ikke kunne være en idé at søge førtidspension.

"Den tanke var helt fjern for mig. Jeg har altid været glad for mit arbejde, og jeg ville gerne fortsætte, men jeg kunne jo også mærke, at det ikke gik," fortæller Annie Espersen.

TR viste vejen

Det blev tillidsrepræsentant Heidi Lykkegaard, der viste vejen til en løsning. Hun opfordrede Annie til at tage kontakt til FOA Vendsyssel. Hun mente, der kunne være mulighed for erstatning som følge af en erhvervsbetinget lidelse.

"Det var slet ikke faldet mig ind," siger Annie Espersen.

I FOA Vendsyssel mente de, Annie havde en god sag.

"Jeg udfyldte papirer og indleverede mine lønsedler, og så kørte det."

I første omgang fik hun anerkendt 12 procents tab af erhvervsevne. Det var ikke nok til at få erstatning, så FOA ankede.

> *Det var et godt arbejde, men jeg havde konstante smerter i alle led.*

Erstatning gav tryghed

Annie Espersen kom i arbejdsprøvning på et plejehjem. Hun mødte fra klokken 15 til 19 og hjalp i køkkenet.

"Det gik rimeligt, og jeg fik tilkendt fleksjob på 16 timer med skånehensyn, så jeg blev fritaget for rengøring og tunge løft. Jeg kørte i mit gamle område og skulle guide selvhjulpne, demente borgere."

Annie var glad for arbejdet, men havde stadig konstante smerter i alle led.

"Jeg mistede også mange penge ved at gå i fleksjob, og min mand var lige gået på efterløn. Vi måtte sælge vores hus, og jeg var usikker på, hvordan det hele skulle gå. Det var godt nok en træls periode," husker Annie.

I december 2012 fik hun anerkendt 15 procent erhvervsevnetab, og det udløste en erstatning på 250.198 kroner. Derudover fik hun 77.213 kroner for varigt men.

"Erstatningerne betød meget. Det gav mig økonomisk tryghed igen," fortæller Annie Espersen.

Af Anni Heiberg ★ foto: Niels Åge Skovbo

Væltede på cyklen

I sommeren 2016 væltede Annie Espersen på sin cykel i forbindelse med arbejdet og måtte opereres i knæet.

"Jeg var hos FOA for at høre om mulighederne for efterløn, og så spurgte de, hvordan det gik. Jeg fortalte, at jeg var væltet på cyklen, og FOA mente, der var en ny sag. Den kører nu. Hvis jeg selv skulle have stået for det hele, var jeg stået af for længst," siger hun.

I december 2017 valgte Annie Espersen at stoppe og gik på fleksydelse efter i alt 40 år i hjemmeplejen.

"Der er ingen brusk tilbage mellem knoglerne i min ryg. Jeg har daglige smerter og får meget smertestillende medicin. Dengang, jeg begyndte i hjemmeplejen, havde vi ikke mange hjælpemidler, og vi kunne have 40 besøg eller mere på en aftenvagt. Det er godt, de unge i dag er mere bevidste om at passe på sig selv." ★

info@anniheiberg.dk

En samlet erstatning på godt 327.000 kroner gav Annie Espersen økonomisk sikkerhed efter en lang periode, hvor hun ikke vidste, hvordan hun skulle klare nedgangen fra løn til fleksydelse.

[bag om ordet]

Fleksydelse er en tilbagetrækningsordning for fleksjobbere, der ønsker at trække sig tilbage fra arbejdsmarkedet inden folkepensionsalderen. Minder om efterløn.

Kilde: Beskæftigelsesministeriet

Forlig eller forlis

Ender overenskomstforhandlingerne i 2018 fredsommeligt med underskrifter på nye overenskomster eller med røde hænder i gaderne med krav om mere i løn? Det er det store spørgsmål i skrivende stund (5. marts), hvor overenskomstforhandlingerne er brudt sammen for både de statsansatte og de ansatte i kommuner og regioner. Herefter kommer hovedslaget om din løn de næste tre år til at stå i Forligsinstitutionen, som vil forsøge at mægle mellem parterne for at undgå en storkonflikt. De statsansatte vil fortsat have en andel af opsvinget efter otte års økonomisk krise. Det samme vil vi i kommuner og regioner.

[kort sagt]
I skrivende stund er det uvist, om det lykkes at lande et forlig. Vi håber det, men hvis ikke, er vi klar til strejke.

Under krisen var vi tvunget til at indgå forlig, som lige med nød og næppe kunne sikre reallønnen – dét du kan få for din løn. Nu er krisen aflyst, og så skal de offentligt ansatte naturligvis have andel i det opsving, som resten af befolkningen oplever. Nu skal reallønnen forbedres.

Nu er krisen aflyst, og så skal de offentligt ansatte naturligvis have andel i det opsving, som resten af befolkningen oplever.

Der er også andre bolde i luften. Det gælder sikring af frokostpausen for dem, der har haft den i årtier, uden at den er nedskrevet i overenskomsten. Desuden gælder det lærernes arbejdstid.
I kommuner og regioner spiller arbejdsgivernes krav om færre seniordage en væsentlig rolle. Det samme gør vores krav om et særligt løft til de kvindedominerede fag og de lavtlønnede – ud over lønspørgsmålet for alle.

Kan de statsansatte og innovationsminister Sophie Løhde ikke nå hinanden, og de kommunalt og regionalt ansatte ikke komme overens med kommuner og regioner, så ender det i konflikt. Enten strejke fra lønmodtagernes side eller lockout fra arbejdsgivernes side. Eller begge dele. I FOA har vi afsluttet udpegningen af strejkesteder, så vi har hjemmearbejdet på plads. Alle forhandlere håber naturligvis på en løsning i Forligsinstitutionen med et ordentligt indhold, men lykkes det ikke, så må vi lægge arm med hinanden. Det er lige efter bogen. ★

Dennis Kristensen

Af Dennis Kristensen, formand ★ foto: Jørgen True

Facebook

OK18: Ros til sammenholdet

22. februar 2018

Jeg har i mange år haft en negativ holdning til jeres arbejde. Men må tage det til mig. I disse forhandlinger gør I virkelig noget for sagen, og jeg elsker samarbejdet med de andre fagforbund. Lad dem mærke et sammenhold.

Mikah Kjær Dalum

Facebook

Stå sammen for bedre (køre)tider

20. februar 2018

I alt for mange år har vi kørt stærkere og rendt hurtigere. Og på den måde ændrer vi ikke en skid. Vi må ikke nedlægge arbejdet, men vi må gerne stå sammen og sige: 'Det kan IKKE nås'. Jeg ved, det er hårdt, fordi vi har med mennesker at gøre, og vi vil så gerne nå vores opgaver, men stå nu sammen!

Zascha Birkedal

Sendt til redaktionen

Mange ufaglærte i psykiatrien

16. februar 2018

Jeg arbejder i psykiatrien, og der ansættes flere med titlen 'miljøarbejder'. Det hedder sig, at de kun skal være omkring patienterne som aflastning til for eksempel at spille kort og gå ture. Men fakta er, at de bruges som ekstra per-

Vores mission er ikke selvmedlidenhed og udbredelse af synd-for-kultur.

GERDA LARSEN

Hvad mener du?

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

sonale, fordi der ikke kan rekrutteres nok uddannede. Det sniger sig langsomt ind, selvom vi som personale protesterer – for hvem skal beskytte det personale, som ikke er uddannet, ved eksempelvis voldsepisoder?

Anni Marschall Kristensen

Sendt til redaktionen

Jeg er træt af synd-for-kulturen

3. *februar* 2018

Der er en udtalt synd-for-kultur i pleje- og omsorgsfagene. For eksempel i forhold til at arbejde i weekender og helligdage. Men vi er ikke de eneste, der får samfundet til at fungere døgnet rundt, året rundt. Fly-, tog- og færgetrafik fungerer også på ubekvemme tidspunkter. Transportsektoren og detailhandlen ligeså. Her arbejder mennesker også med at imødekomme vores behov næsten uanset tidspunkt på døgnet. Som ansat i plejesektoren ved man, at vi skal forsøge at støtte, ændre og lindre uanset tidspunkt. Det er vores mission. Vores mission er ikke selvmedlidenhed og udbredelse af synd-for-kultur.

Gerda Larsen

Sendt til redaktionen

Jeg forstår godt flugten fra hjemmeplejen

17. *februar* 2018

Jeg er tilknyttet et vikarbureau og kommer derfor i mange kommuner. Problematikken er den samme alle steder. Der sidder en planlægger, hvis fornemmeste opgave åbenbart er at frustrere det faste personale mest muligt. Ligeledes borgerne, som får besøg af mange forskellige hjælpere. Vores fornemmeste opgave i plejen er at observere og rapportere eventuelle ændringer hos borgerne. Hvordan skal man kunne det, når man ikke kender borgerne tilstrækkeligt godt? Måske kommunerne og deres ledere skulle prøve at kikke på årsagen til, at medarbejderne forsvinder.

Berit Gevad

Sendt til redaktionen

Hvorfor skal vi tages som gidsler i OK18?

19. *februar* 2018

Det er skræmmende, at det kommunale område kan havne i konflikt på baggrund af lærernes arbejdstid. Jeg har altid gået under fanerne, når urimelige indgreb har fundet sted og nedlagt arbejdet i et håb om at forandre uretfærdige forhold. Men aldrig sammen med lærere. De har undervist, mens vi andre demonstrerede og strejkede. Og nu vil vores forhandlere sende alle ansatte ud i konflikt på grund af lærernes arbejdstid. Jeg har aldrig oplevet lærerne være solidariske med os andre. Jeg kæmper gerne for bedre forhold, men på et ordentligt grundlag, og det mener jeg på nuværende ikke er til stede.

Marianne Kring

Virker aktivering?

Mange ledige kommer i praktik på arbejdspladserne. Har I gode erfaringer med at hjælpe dem videre i fast job?

Tema side 26-33

Skriv

Sig din mening på facebook
facebook.com/foadanmark

Mange har verdens bedste kolleger

FOAs Facebookside opfordrede brugerne til at dele en animation med et hjerte, hvis de havde verdens bedste kolleger. Og det var der mange, som havde: Over 6.000 gange blev opslaget delt og nåede ud til over 450.000 personer på Facebook.

Redaktionen forbeholder sig retten til at forkorte debatindlæg og læserbreve sendt til Fagbladet samt kommentarer på Fagbladet FOA og FOAs Facebookprofil.

Kortere aktivering stiller ledige dårligere

Ledige får **sværere ved at komme i job**, fordi kommuner forringer aktiveringsforløb, vurderer forsker.

Af Finn Danielsen

Arbejdsløse har fået kortere tid til at få fodfæste på de arbejdspladser, hvor de sendes i aktivering. Det viser tal fra statistikdatabasen jobindsats.dk. Kommunerne giver markant færre og kortere jobtilbud med løntilskud end i 2010. Derudover udgør kort virksomhedspraktik en større andel af aktiveringsforløbene.

Det giver arbejdsløse en dårligere chance for at få fast job, vurderer professor ***Thomas Bredgaard***, Aalborg Universitet.

"Korte forløb som virksomhedspraktik er det første trin på stigen, som handler om træning og afklaring, mens løntilskud kan ses som det sidste trin inden fastansættelse. Man kan frygte, at der nu mangler nogle trin på stigen," siger han.

Ifølge Thomas Bredgaard holder kommunerne igen med at lave langsigtede forløb, fordi de selv skal betale for dem. Tidligere fik de tilskud fra staten.

Ubekymret minister

Mona Striib, næstformand i FOA, ærgrer sig over, at en tid med faldende ledighed og færre ekstraordinært ansatte ikke bruges til at gennemføre ordentlige tilbud.

"Vores erfaring er, at de ledige dribler rundt i korte virksomhedspraktikker, uden at det fører nogle steder. Det er skidt for dem. Det er også skidt for vores travle arbejdspladser, der skal bruge tid på det, uden at de kan se resultater."

Beskæftigelsesminister ***Troels Lund Poulsen*** (V) er ikke bekymret over udviklingen.

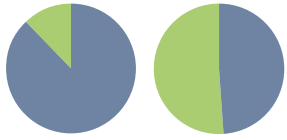
"Lange aktiveringsforløb er ikke noget succeskriterie. Tværtimod. Analyser viser, at offentligt løntilskud kan fastholde ledige i forsørgelse. Men hvis kommunen mener, at det er den rigtige indsats, er det stadig muligt," skriver han i en mail til Fagbladet FOA. ★

fida@foa.dk

Praktik fylder mere

Fra 2011 til 2016 er antallet af dagpengeberettigede i løntilskud i kommunerne faldet fra 10.282 fuldtidspersoner til 1.026. Flere kommer i virksomhedspraktik. En lignende udvikling ses for kontanthjælpsmodtagere.

Dagpengemodtagere i aktivering



2011
- Løntilskud 88 %
- Virksomhedspraktik 12 %

2016
- Løntilskud 49 %
- Virksomhedspraktik 51 %

Kilde: Jobindsats.dk

Kortere tilbud til ledige

- I 2010 varede et aktiveringsforløb med løntilskud i kommunerne for dagpengeberettigede 20,5 uger, i 2016 kun 11,4 uger.
- For kontanthjælpsmodtagere i løntilskudsjob er der sket et fald fra cirka 17 uger til cirka 12 uger.

Kilde: Jobindsats.dk

Social- og sundhedshjælperne Janni Harbo (tv.) og Tina Happel **er begge kommet i job efter aktiveringstilbud** på Funder Plejecenter.

"Vi kan ikke vurdere folk på fire uger"

På Funder Plejecenter hjælper de gerne ledige, men det er et **krav, at de vil arbejde eller uddanne sig inden for faget**. Det tager tid at vurdere.

Af Finn Danielsen ★ foto: Niels Åge Skovbo

Læs videre på næste side →

3

ledige ad gangen er grænsen for, hvad Funder Plejecenter kan klare. Det svarer til 10 procent af det faste personale.

Kilde: Funder Plejecenter

[bag om ordet]

- **Virksomhedspraktik** skal optræne faglige, sociale eller sproglige evner og afklare, hvor praktikanten gerne vil arbejde. Lønnen er den offentlige ydelse, som den pågældende får.
- **Jobtilbud med løntilskud** skal genoptræne faglige, sociale eller sproglige evner eller tilbyde ny oplæring. Løn- og arbejdsvilkår skal følge overenskomsten uden at være højere end den offentlige ydelse, personen får.

Kilde: Cabiweb.dk

Løntilskud giver flest job

I 2016 havde 47 procent af aktiverede med løntilskud i det offentlige arbejde tre måneder efter aktiveringen. Det samme gjaldt kun for 35 procent af dem, der var i virksomhedspraktik.

Kilde: Jobindsats.dk

Stor besparelse på aktivering

Et flertal i Folketinget har aftalt at ændre på den refusion, som kommunerne får, når de aktiverer arbejdsløse. Ændringen betyder en besparelse på 870 millioner, hvilket svarer til cirka en sjettedel af de midler, der i dag bruges til aktivering.

Kilde: AE-rådet

Leder Karen Flensted Lang (i midten) sammen med tillidsrepræsentant Pia Bjerregaard (øverst) og arbejdsmiljørepræsentant Tina Happel. De udgør tilsammen den trio, som **tager stilling til, hvor mange aktiveringsforløb der er plads til** på plejecentret.

Social- og sundhedshjælperne Janni Harbo (tv.) og Tina Happel **i snak med** beboer Karin Rasmussen.

"Vi kan ikke vurdere folk på fire uger"

Det er ikke hvem som helst, der kommer i aktivering på Funder Plejecenter, der ligger i Silkeborg Kommune. Målet er entydigt, at den arbejdsløse får arbejde og uddannelse i ældreplejen.

"Vi kræver, at man interesserer sig for ældre mennesker og for arbejdet med dem. Det handler grundlæggende om 'noget for noget', hvor vi giver en masse i starten og får en masse tilbage senere, som kommer vores beboere til gode," siger centrets leder ***Karen Flensted Lang***.

Den målsætning kan være sværere at opfylde, når de arbejdsløse får kortere forløb, mener hun.

"Vi kan ikke på for eksempel fire uger vurdere, hvad folk kan. Og så bliver det meget sværere at bruge dem som vikarer efterfølgende og finde ud af, hvad de videre skal."

Social- og sundhedshjælper og tillidsrepræsentant ***Pia Bjerregaard*** er enig.

"De kortere tilbud går især ud over de svageste ledige med fysiske eller psykiske problemer, som har brug for længere tid, inden de føler sig trygge," siger hun.

Brug for pauser indimellem

Både leder og tillidsrepræsentant ser indsatsen for at få arbejdsløse tilbage på arbejdsmarkedet som en naturlig del af arbejdet på plejecentret. Især fordi det kan fungere som rekruttering af arbejdskraft til plejeområdet. Og den positive holdning gennemstrømmer hele personalegruppen.

"Vi sætter stor pris på de ekstra hænder, og ingen oplever et pres på vores faste stillinger, fordi vi har nogle ekstraordinært ansatte. De kræver jo også noget mere af os," siger Pia Bjerregaard.

Det overskud er der ikke altid, og det kan betyde nej tak til en arbejdsløs.

"Vi snakker altid i det enkelte team om, hvad og hvem vi kan klare, inden der tages en beslutning. Det kan både handle om beboersammensætningen, hvilke elever vi har, eller at vi bare har brug for en pause," siger sosu-hjælper ***Tina Happel***, der også er arbejdsmiljørepræsentant og vejleder for mange af de aktiverede.

Medarbejdere høres ikke
Side 30-31

Skal prøve hele paletten

Tina Happel udgør sammen med lederen og tillidsrepræsentanten den trio, som klarer de overordnede snakke om, hvor mange opgaver med aktivering, centret har plads og overskud til. Det er også trioen, der evaluerer forløbene.

Opgaverne til de aktiverede på plejecentret kan variere meget, for de tilpasses individuelt til den enkeltes formåen og evner.

"Men de laver det samme som os andre bortset fra opgaver, som ufaglærte ikke må påtage sig. Det er ikke sådan, at de for eksempel kun har rengøring," siger Tina Happel.

Pia Bjerregaard understreger, at det er vigtigt, at aktiverede får prøvet hele paletten.

"De får ikke snust rigtigt til faget, hvis de ikke er med i kerneopgaverne. Og så kan de jo ikke sige, om de vil arbejde med det her resten af livet." ★

fida@foa.dk

Fra tøjbutik til ældrepleje

Janni Harbo blev arbejdsløs, da hun sagde op efter 15 år i en tøjbutik. I 2014 var hun i et kort praktikforløb på Funder Plejecenter, hvor hun efterfølgende fik fire måneder i et løntilskudsjob. Det førte til et vikariat på halvandet år, hvorefter hun uddannede sig til social- og sundhedshjælper. Nu arbejder hun på en skole med unge udviklingshæmmede handikappede.

"Da jeg var i løntilskudsjob, tog det faste personale godt imod mig, og de var der altid, hvis jeg var i tvivl om noget," siger Janni Harbo.

Syerske blev til sosu

Tina Happel har en fortid som syerske gennem 20 år. Men en fabrikslukning i 2012 gjorde hende arbejdsløs.

Hun kom til Funder Plejecenter efter fire ugers praktik på et andet plejecenter. Efter mere praktik fortsatte hun i et løntilskudsjob, og så havde hun arbejdstimer nok til at uddanne sig til social- og sundhedshjælper på voksenelevløn. I dag er hun fastansat på Funder Plejecenter, arbejdsmiljørepræsentant og vejleder for arbejdsløse i aktivering.

"Som aktiveret oplevede jeg hurtigt at blive en del af fællesskabet. Jeg var ikke bare 'Tina i lønskud'," siger hun.

➔

En god virksomhedspraktik kræver ressourcer

Der skal være overskud til at give et ordentligt praktikforløb, men teknisk servicemedarbejder Michael Magnussen oplever ofte, at **medarbejderne ikke bliver hørt**, selvom loven kræver det.

Af Morten Olsen ★ foto: Niels Åge Skovbo

Det kræver tid og overskud hos teknik- og servicemedarbejderne, hvis de skal give en virksomhedspraktikant et ordentligt forløb. Det mener ***Michael Magnussen***, der er tillidsrepræsentant for teknik- og servicemedarbejderne i Viborg Kommune.

"Det er ikke nødvendigvis et plus, som mange tror. Det er jo mennesker, der ofte har en lang ledighedsperiode bag sig, så det kræver, at man lægger andre opgaver væk og nærmest mandsopdækker dem," forklarer han.

Michael Magnussen har bemærket, at nogle personer cirkler rundt i systemet i lang tid uden at komme videre, og det undrer ham.

"Det giver ingen mening at være i praktik i 13 uger som teknik- og servicemedarbejder for at

Teknik- og servicemedarbejder Michael Magnussen oplever at få folk i virksomhedspraktik, som han og kollegerne ikke har været med til at godkende. **Det har givet nogle ærgerlige situationer.**

finde ud af, om det er det, man vil – for så at få 13 uger igen et andet sted," siger han.

Reglerne bliver brudt

Han oplever, at han og kollegerne får folk ud, som de ikke har været med til at godkende. Det skuffer Michael Magnussen. For ifølge reglerne skal medarbejderrepræsentanter høres, før de får kolleger ud i ekstraordinære ansættelser. Men det glipper af og til og har givet ærgerlige situationer, hvor Michael Magnussen måtte sende folk hjem igen.

"Vedkommende har måske gået uden tilknytning til arbejdsmarkedet i lang tid og er jublende lykkelig over, at han eller hun kan komme ud i en arbejdsprøvning. Og så kommer der sådan en bastard af en tillidsrepræsentant og siger, reglerne er ikke overholdt, så du må gå hjem igen. Det er bestemt ikke særlig sjovt," siger Michael Magnussen.

Gode råd til aktivering
Side 32-33

Fire praktikanter og tre ansatte

Det sker også, at reglerne bliver brugt anderledes, end de var tiltænkt. For eksempel må der være 10 ekstraordinært ansatte på en arbejdsplads med 60 medarbejdere. Men Michael Magnussen har prøvet at stå med fire ekstraordinært ansatte til et team, der bestod af tre teknik- og servicemedarbejdere, men det levede formelt set op til reglerne, fordi lærere og andre ansatte på skolen bliver talt med i det samlede regnestykke.

Medarbejdere skal høres

Claus Jensen, der er afdelingsleder i arbejdsmarkedsafdelingen i Viborg Kommune siger, at det ikke er lovligt, og at han har understreget over for jobkonsulenterne, at der skal være et rimeligt forhold mellem ekstraordinært ansatte og ordinært ansatte.

Han siger også, at det hører til sjældenhederne, at nogle er i praktik i tre eller fire perioder, og hvis det sker, bør man prøve at finde forskellige typer af praktik i stedet for at blive ved med at forsøge samme fagområde.

Til gengæld afviser Claus Jensen, at der bliver sendt folk ud i ekstraordinære ansættelser uden medarbejderne er blevet hørt. Han understreger dog, at høringspligten ikke betyder, at medarbejderne har krav på at give samtykke til en ekstraordinær ansættelse. ★

mortenolsen99@gmail.com

Færre i aktivering

Fra 2010 til 2016 er antallet af ledige (omregnet til fuldtid) faldet fra 163.454 til 112.331. Antallet af dagpengeberettigede i aktivering er i 2016 kun en tredjedel af antallet i 2010, mens antallet af kontanthjælpsmodtagere i aktivering er næsten halveret i perioden.

Kilde: Danmarks Statistik

FOA-arbejdspladser bedst til svage ledige

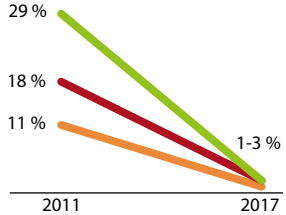
Kommunale arbejdspladser anses for bedre end private til at aktivere og inkludere mennesker med mange udfordringer. På FOAs område har de ansatte socialfaglige kompetencer, der også kan anvendes i forhold til aktiverede.

Kilde: Jobcentre og HR-afdelinger i SFI-undersøgelsen 'Rummelighed i praksis', 2017

Stejlt fald for løntilskud i FOA-faggrupper

Kommunerne har placeret mange ekstraordinært ansatte med løntilskud i FOAs faggrupper. Men alle grupper har oplevet et massivt fald i antallet, siden det toppede i foråret 2011.

Aktiveredes andel af fastansatte



29 % → 2 %
Tekniske servicemedarbejdere

18 % → 1-3 %
Ufaglærte sosu'er og husassistenter

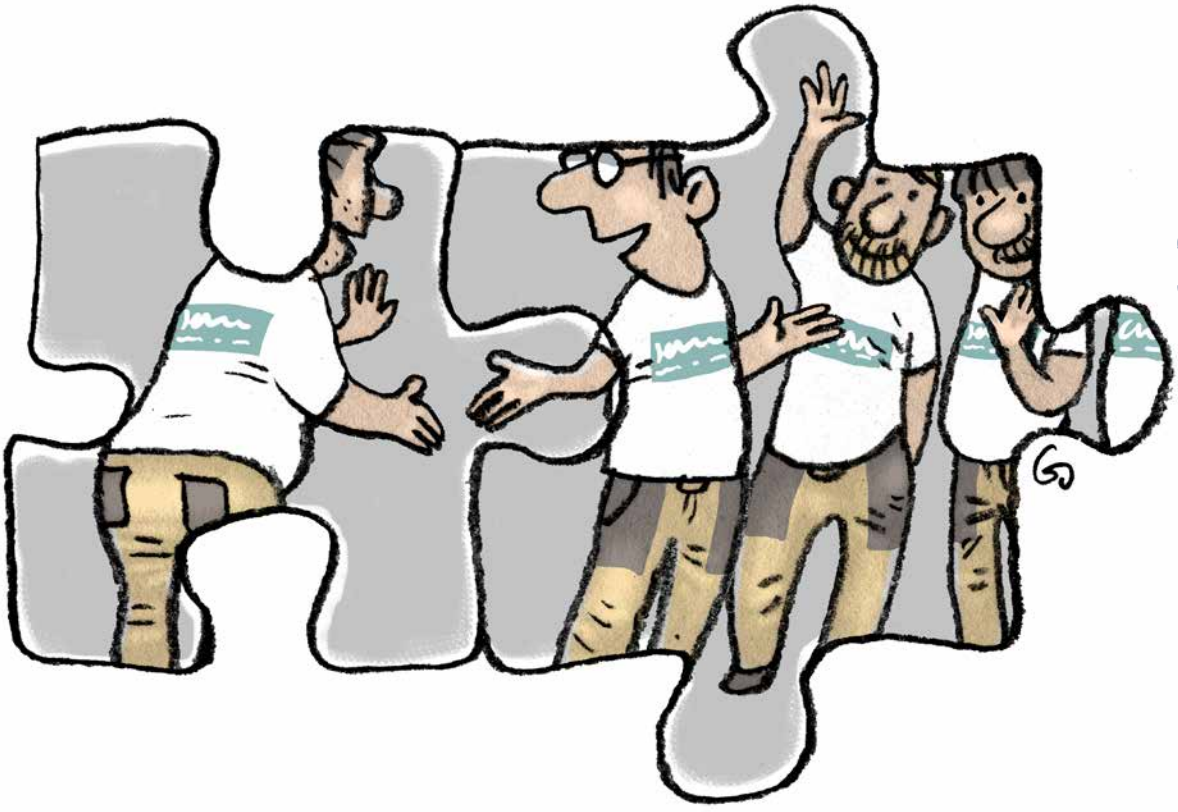
11 % → 1 %
pædagogmedhjælpere

Kilde: Kommunernes og Regionernes Løndatakontor

6 råd til god aktivering

Arbejdsløse i aktivering kan blive en gevinst for din arbejdsplads. Men I skal **investere tid og engagement og lave klare aftaler**.

Af Finn Danielsen ★ illustration: Gitte Skov



1 Åbn jeres fællesskab

I skal sørge for, at aktiverede føler sig som en naturlig del af kollega-fællesskabet. Den udpegede vejleder skal gennem jævnlige samtaler sikre sig, at aktiverede har en oplevelse af, at han eller hun tilfører værdi til arbejdspladsen og får anerkendelse for det.

2 Aktiveringen skal give mening for alle

Alle ansatte skal bakke om den aktiveredes forløb på jeres arbejdsplads. Og det skal give mening for både det faste personale og for den aktiverede. Tag altid en samtale med den aktiverede inden forløbet, så I får afstemt forventningerne.

3 Vælg opgaver med omhu

I skal blive enige om, hvilke opgaver den aktiverede må påtage sig. Både for at undgå, at kerneopgaven løses dårligere og for at undgå opgaveglidning fra fastansatte til aktiverede. Men vær også opmærksom på, at der kan være store forskelle på, hvad aktiverede kan bidrage med fra starten.

4 Brug jeres sociale kapital

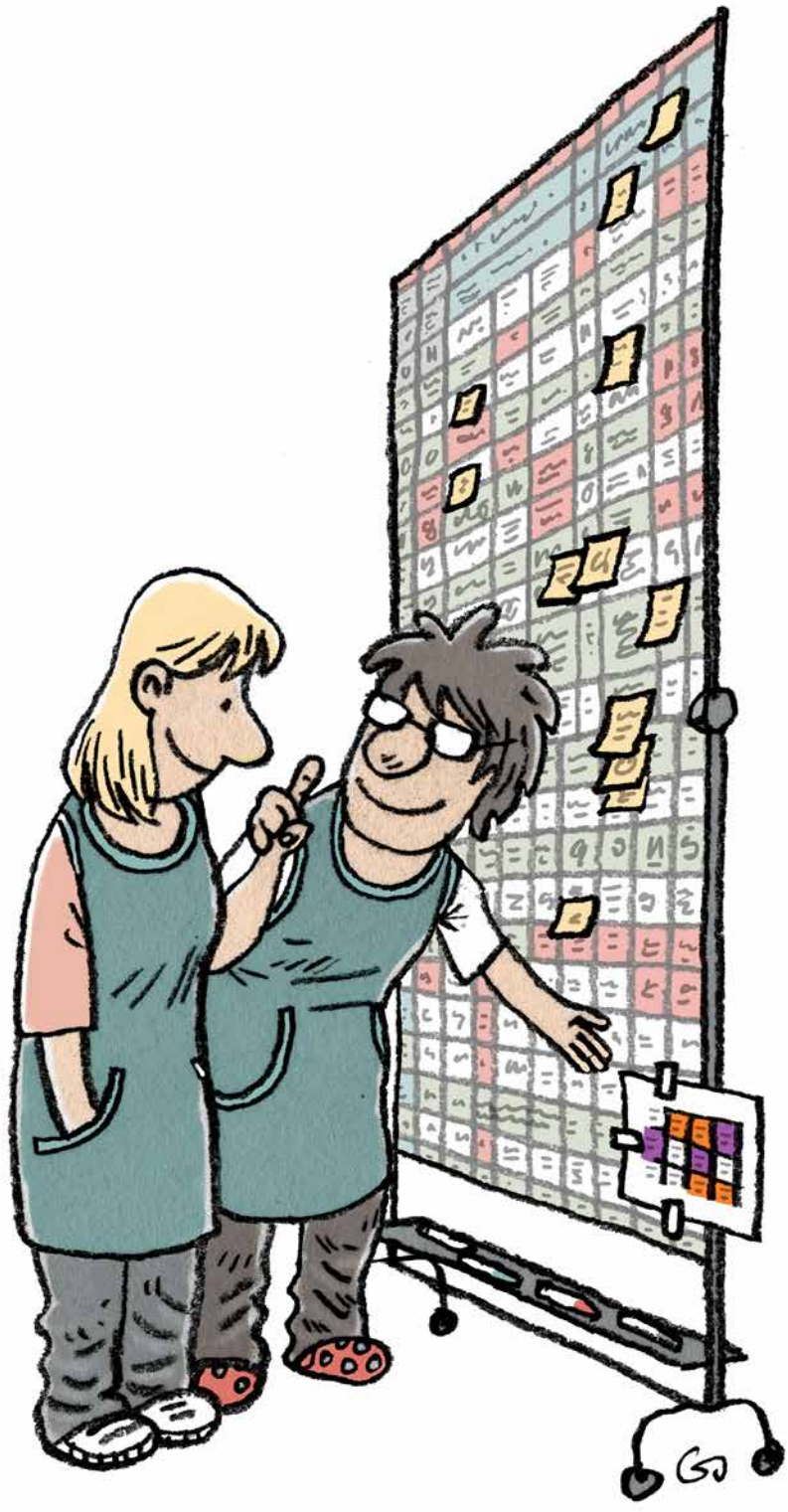
I skal have overskud til den aktiverede. Derfor er det godt, hvis I som arbejdsplads har rigeligt med social kapital, det vil sige et godt psykisk arbejdsmiljø, der bygger på tillid, retfærdighed og samarbejdsevne.

5 Tilrettelæg forløbet

I skal tilrettelægge et samlet forløb, som både I og den aktiverede samlet oplever mere som aflastning end belastning. Forløbet skal have en varighed, der både giver den aktiverede en grundig introduktion og efterfølgende giver den aktiverede mulighed for at bruge egne styrker og bidrage til løsningen af opgaverne på jeres arbejdsplads.

6 Husk formålet med aktiveringen

I skal være særligt opmærksomme på, at formålet med aktiveringen er, at den arbejdsløse senere ansættes i en fast stilling, begynder på en uddannelse eller på anden vis får fodfæste på arbejdsmarkedet.



Kilder: 'Rummelighed i praksis' fra SFI-Det Nationale Forskningscenter for Velfærd, 'Fra udsat til ansat' fra Væksthusets Forskningscenter samt Funder Plejecenter

Følg Fagbladet FOA på Facebook

- Få nyheder om din faggruppe fra Fagbladet FOA
- Giv din mening til kende
- Tip redaktionen med forslag til historier

7 skridt

Hvis du vil være sikker på at få din pension fra dag ét, så **søg i god tid**, inden du når folkepensionsalderen.

Til dig der skal på folkepension

1 Alle folkepensionister har som udgangspunkt ret til et grundløb. I 2018 er grundbeløbet på 74.844 kroner om året.

2 Når du nærmer dig pensionsalderen, skal du imidlertid selv sørge for at søge folkepension. Den bliver ikke udbetalt automatisk, og du modtager ingen påmindelser.

3 Du kan søge om folkepension på borger.dk op til et halvt år, før du når pensionsalderen.

4 Du kan også få et pensionstillæg til folkepensionen. Beløbet afhænger af, om du er enlig eller ej, og hvad du ellers har af løbende indtægter.

5 Som folkepensionist kan du desuden have ret til forskellige tillægsydelser som for eksempel ældrecheck og helbredstillæg. På borger.dk kan du beregne, om du kan få tillægsydelser.

6 På pensionsinfo.dk kan du få et overblik over, hvor du har pensionsopsparing stående, og hvor meget du kan få udbetalt, når du går på pension.

7 Udover folkepension vil du typisk også have en månedlig livslang udbetaling fra ATP og fra dit pensionsselskab. Udbetalingen fra ATP sker automatisk. Du skal selv kontakte dit pensionsselskab for at få sat udbetalingen af din pensionsopsparing i gang.

Kilde: PenSam

Gode råd

Kend din pensionsalder

Hvornår du har ret til folkepension, afhænger af din fødselsdato.
Før 1954: 65 år
1954: 1. halvår: 65,5 år, 2. halvår: 66 år
1955: 1. halvår: 66,5 år, 2. halvår: 67 år
1956-1962: 67 år
Fra 1963: 68 år
Fra 1967: Er du født i 1967 eller senere, kan din folkepensionsalder stadig blive reguleret.

Kilde: Borger.dk

Ikke alle har ret til fuld pension

For at få udbetalt fuld folkepension skal du have boet i Danmark i mindst 40 år, fra du var 15 år og frem til pensionsalderen. Har du boet her mindre, bliver beløbet mindre.

Læs mere
borger.dk

Få gode råd til pensionen

Er du fyldt 59 år og har pensionsordning i PenSam, kan du deltage i seniormøder og få gode råd til pension.

Læs mere
pensam.dk/senior

Af Rasmus Handberg Nielsen ★ illustration: Jørgen Stamp

Det betaler sig at prutte

Vær venlig og **forbered dig grundigt**, så kan du prutte prisen ned på næsten alt.

Tør du prutte om prisen på mange varer og tjenester, er der god chance for, at det lykkes. Det har ***Charlotte Flach*** personlig erfaring med. Hun har en baggrund som advokat og driver et firma, der rådgiver om forhandling.

"De fleste tror, at en pris er en fast pris, men intet kan være mere forkert. Fødevarer er sværere, men lige så snart man er ude i brugskunst, vaskemaskiner, biler, er man næsten blåøjet, hvis ikke man forsøger at prutte. Når man får lidt erfaring, går der sport i det," siger hun.

Forbered dig ved at undersøge priser på net og i butikker.

"Ved at få fakta på plads klæder du dig selv på mentalt. Så kan du begrunde, hvorfor du skal have varen billigere. Beslut også, hvad du maksimalt vil give, hvornår du vil sige nej og gå fra forhandlingen."

Når du står i butikken, lyder Charlotte Flachs råd:

"Vær venlig, ikke for ivrig, tal positivt, skru charmen på, få opbygget relationen. Så kan du komme med dit udspil: 'Kan jeg få en rabat?' Udspillet skal være ambitiøst, men realistisk. Sælger skal høre, at du er seriøs."

Fortvivl ikke, hvis du får et nej.

"Spørg ind til hvorfor? Hav mod til at være i det, hold dialogen i gang. Måske får du inspiration til at få noget andet, en mængderabat, flere varer eller ekstra service." ★

Mester i rabat

Dagplejer **Lene Madsen** fra Brørup får tit rabat eller ekstra varer med i prisen, når hun handler.

"I Brugsen før lukketid spørger min mand og mig: Skal vi hjælpe med at rydde fadet? Så får vi fem bøffer, men betaler for tre."

Sidst de købte bil, fik de nej til en rabat på 10.000 kroner.

"Vi mente nu godt, de kunne give lidt. Til sidst fik vi et sæt vinterdæk og fælge uden beregning."

I en antikbutik i Hellerup blev Lene Madsens talent sat på prøve, før hun fik en sølvkniv med i købet.

"Året efter, da vi kom derind igen, sagde den nydelige dame: 'Gud, det er da jer fra Jylland, der skal have rabat!' Så måtte jeg i gang igen."

Lene Madsen ved, at både køber og sælger skal være glade.

"Kunsten er at finde balancen, det mulige set med den andens øjne. Du skal ikke forlange det ublu, du skal kunne være dig selv bekendt. Når begge har en god dag, går man derfra og siger: 'Yes, det var fedt!' ★

Af Lis Hornø ★ foto: Robert Attermann ★ illustration: Jørgen Stamp

At prutte er at forhandle

Er du god til forhandlingsteknik, opnår du nemt rabat på varer og tjenester. Følg rådene her.

Vær venlig
God forhandling gør begge parter til vindere. Tal aldrig butik eller vare ned.

Find en sælger, der må forhandle.
Så tæt på chefen som muligt.

Find fakta
Tjek priser, også for sammenlignelige produkter.

Bliv i dialogen
Får du nej, så spørg ind. Stil hv-spørgsmål: hvordan, hvorfor. Brug åbninger til nye forslag.

Forbered udspil
Hvad vil du bede om og med hvilken begrundelse?

Få mere med i prisen
Bed om ekstra varer eller service.

Fastlæg maksimum
Beslut på forhånd, hvad du vil give, og sig det eventuelt.

Find fejl
Er varen uperfekt, bør du have rabat.

Kilde: Advokat og rådgiver Charlotte Flach, Forbrug.dk

85

procent af dem, der pruttede om hårde hvidevarer i 2015, opnåede en bedre pris. Konkurrence- og Forbrugerstyrelsen undersøgte 13 typer af varer og tjenester som f.eks. babyudstyr, tandlæger, håndværkere, pakkerejser, mobilabonnementer og forsikringer. Fitnessabonnementer var sværest, her fik 62 procent dog forhandlet prisen ned.

Kilde: Megafonmåling for Konkurrence- og Forbrugerstyrelsen

Bag om ordet

Ordet **prutte** i betydningen tinge om prisen kommer fra tysk dialekt, hvor 'proten' betyder gøre indvendinger, mukke, skælde ud. På norsk dialekt betyder 'pruta' at skændes.

Kilder: Ordnet.dk og Dansk Sprognævn

Få lidt ekstra udsalg

Selvom der allerede er udsalg, udelukker det ikke, at du kan få et ekstra nedslag i prisen. Køber du både varer, der er nedsat, og varer, der ikke er, så prøv at høre sælgeren, om der kan 'smitte lidt udsalg af' på de varer, der ikke er nedsat. Det kan meget vel være, at du på den måde kan være heldig at få lidt ekstra rabat.

Kilde: Forbrug.dk

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.

Husk

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

Husk at udfylde din joblog

Mindst en gang om ugen skal du skrive de job, du søger, i en digital joblog – enten via **foa.dk/akassen** eller **jobnet.dk**. Du skal logge mindst en-to job om ugen, så du som minimum logger seks job over en periode på fire uger. Derudover skal du hver måned gemme mindst én jobansøgning i din joblog. Det kan få konsekvenser for dine dagpenge, hvis du ikke opfylder disse krav.

Nyt job?

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

Digital post

Vi sender de fleste af vores breve digitalt til din indbakke på **foa.dk/indbakke**. På 'Mit FOA' i øverste højre hjørne på hjemmesiden kan du vælge, om du vil have besked pr. mail eller sms – eller begge dele.

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.

Skal du holde ferie i ferieåret 2018-2019?

Måske har du optjent feriepenge hos din arbejdsgiver. Men har du for eksempel været ledig, eller har du modtaget barselsdagpenge i 2017, kan det være, at du også har optjent feriedagpenge fra a-kassen. Hvis du har optjent dage med feriedagpenge, vil du modtage et brev.

Du kan maksimalt optjene 25 dage med feriedagpenge, og du skal holde ferien i perioden 1. maj 2018 til 30. april 2019.

Krav til dig, hvis du skal have feriedagpenge

Feriedagpenge kan betragtes som en erstatning for, at du ikke har optjent ret til fuld ferie hos en arbejdsgiver, for eksempel fordi du har været på dagpenge i en periode. I modsætning til feriepenge optjent efter ferieloven er feriedagpenge en særlig ydelse, som du kun har ret til, hvis du opfylder visse betingelser.

Du skal blandt andet have ret til dagpenge på ferietidspunktet og være i arbejde som lønmodtager eller være ledig og tilmeldt jobcentret. Hvis du har ret til at forlænge din dagpengeret, kan du også modtage feriedagpenge i den forlængede dagpengeperiode. Du skal desuden umiddelbart før ferien opholde dig i Danmark og stå til rådighed for arbejdsmarkedet.

Sådan søger du

Du kan læse mere om reglerne på foa.dk/feriedagpenge. Her kan du også søge om at få udbetalt feriedagpenge. I feriedagpengebrevet, som du modtager i foråret 2018 i din indbakke på foa.dk/indbakke, kan du se, hvor mange dage du har optjent med feriedagpenge. Du kan som regel tidligst få udbetalt dine feriedagpenge, når du har holdt den ferie, du måtte have optjent fra en arbejdsgiver – husk altid at oplyse om tidligere afholdt ferie, når du søger om feriedagpenge.

Husk at give besked

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

Søg om feriedagpenge i god tid

Hvis du ikke overholder denne frist, har du pligt til at deltage i de møder og aktiviteter, som jobcentret indkalder til – også selvom du holder ferie. Deltager du ikke, risikerer du at få en karantæne og miste dagpengene for en periode.

Hvis du vil være sikker på at have dine feriedagpenge inden feriens start, skal vi have modtaget din ansøgning senest en måned, inden du holder ferien. Du kan søge om feriedagpenge for perioden 1. maj 2018 til 30. april 2019 helt frem til 31. maj 2019.

Hvis du har feriedagpenge til gode for perioden 1. maj 2017 til 30. april 2018, kan du søge om at få disse udbetalt frem til 31. maj 2018. ★

Af Mette Wiederholt Pedersen

foa.dk

FOAs hjemmeside holder altid åbent. Her kan du finde nyttig viden og få et hurtigt overblik over de fordele, du har som medlem af FOA.

Illustration: Jørgen Stamp

OK18 – Følg med i din nye overenskomst

Der er gang i overenskomstforhandlingerne for FOAs offentligt ansatte medlemmer. Følg med i forhandlingerne og få svar på alle dine spørgsmål.

Læs mere

foa.dk/ok18

Foto: Colourbox.com

Mad på svensk og fransk

FOA sætter fokus på mad i dagtilbud som en vigtig del af et godt børneliv. Kom med til Sverige, Frankrig og Spanien i dette tema, som giver inspiration til mad og måltider i dagpleje og institutioner.

Læs mere

foa.dk/madiandrelande

Foto: Colourbox.com

Få styr på forårets fridage

Forårets helligdage er på vej, og flere af dem er omfattet af reglerne for søgnehelligdagsfrihed, de såkaldte FO-dage. Få overblik over, hvad du har ret til.

Læs mere

foa.dk/fo-dage

Mærkbare medlemsfordele

Hver eneste dag gør FOAs medlemmer en forskel for andre. FOA mener, at det arbejde fortjener at blive anerkendt og belønnet. Derfor tilbyder FOA inden for syv overordnede områder en række medlemsfordele som giver faglig udvikling, juridisk hjælp, oplevelser og en hjælpende hånd til økonomien. ★

Læs mere

foa.dk/medlemsfordele

Følg FOA på Facebook

Her kan du finde masser af nyheder og debat.
facebook.com/foadanmark

Af Louise Mousten Andreassen ★ foto: Jørgen True

gæt et job

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

Jeg har to sæt arbejdstøj

I mit job er det en fordel at være lokalkendt.

Jeg har to sæt arbejdstøj til mit job. Det ene er blåt, det andet er gult.

Folk siger, at det er os, der bestemmer, hvor mange fisk der er i fjorden.

Jeg har både dag-, nat- og weekendvagter.

Jeg skal have sikkerhedssko på, når jeg er udendørs på mit arbejde.

Jeg bruger computer og telefon hver dag.

På mit job snakker vi meget om slusen.

Hvad laver Søren?

Kan han være ...

- Gadeplans-medarbejder
- Maskinmester
- Bademester
- Havnebetjent
- Miljøkontrollør

Gæt og vind

Send svaret og dine kontaktoplysninger til **quiz@foa.dk** senest 9. april. Så er du med i lodtrækningen om et gavekort til Coop Danmark til en værdi af 250 kroner.

Annette og de andre

- FOA har 20 medlemmer der er børnehaveklasse-medhjælpere og 9 børnehaveklasseassistenter.
- Børnehaveklassemedhjælperen er med til at skabe en stabil, tryg og udfordrende hverdag for børnene.
- Det kræver ingen uddannelse at varetage jobbet som børnehaveklassemedhjælper, men man skal være god til børn.

[i nummer 7, 2017]

Annette Sørensen er børnehaveklasse-medhjælper

Lea Kielsholm i København har gættet, at Annette Sørensen er børnehaveklassemedhjælper. Hun er den heldige vinder af et gavekort til Coop Danmark. Tillykke til Lea.

[cv]
Navn: Annette Sørensen
Job: Børnehaveklassemedhjælper på Lergravsparkens Skole i København
Medlem af FOA: siden 1998

Af Emilie Kristine Clausen ★ foto: Robert Attermann og Jørgen True

Få hjælp til at finde dit næste job

FOA JobMatch

Jobformidling til FOAs medlemmer

FOA JobMatch er en gratis og landsdækkende jobformidling til FOA-medlemmer og arbejdsgivere
Læs mere på foa.dk/jobmatch

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

Et hævet tå- eller fingerled kan være **første varsel om leddegigt**. Hvis sygdommen behandles tidligt, kan den 'slukkes' næsten uden at give mén.

Leddegigt skal bremses tidligt

Mennesker med forkrøblede knogler på grund af leddegigt er ved at være fortid i vores del af verden. Nu kan en hurtig behandling, så snart leddegigten er opdaget, bremse sygdommen næsten fuldstændigt. Halvdelen af patienterne bliver symptomfri.

"Vi er blevet markant bedre til at slukke for leddegigt, inden den breder sig og ødelægger leddenes knogler og brusk," siger ***Mogens Pfeiffer Jensen***, overlæge i reumatologi på Aarhus Universitetshospital.

Leddegigt er en form for betændelse i leddene. Den opstår på grund af ændringer i immunsystemet, som får kroppen til at bekæmpe raske celler.

Mogens Pfeiffer Jensen fortæller, at man i dag sætter ind med aggressiv behandling med gigtmedicinen Methotrexate, lige så snart sygdommen er opdaget. Ofte supplerer man med binyrebarkhormon sprøjtet ind i leddene for at tage smerterne her og nu.

"På den måde holdes leddegigten i skak, og folk kan leve videre stort set som før, passe deres job og dyrke sport," siger han.

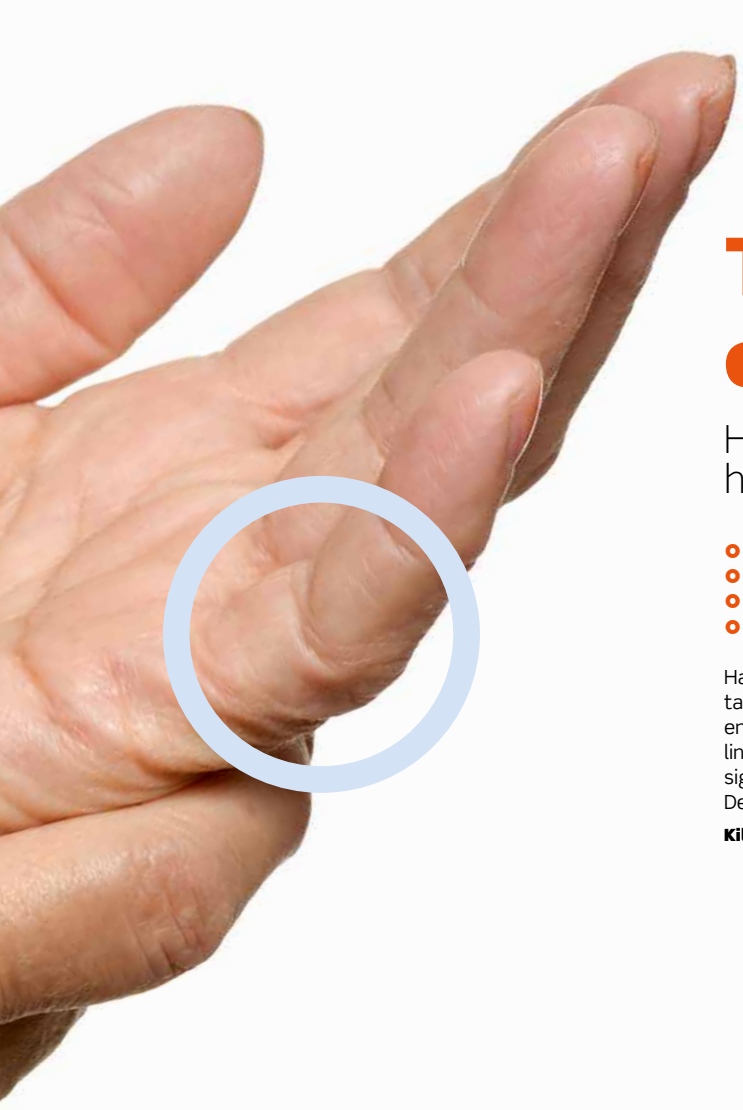
Mogens Pfeiffer Jensen understreger dog også, at det er afgørende, at sygdommen opdages tidligt.

"Hvis man har ømme og især hævede led, skal man gå til læge," siger han.

Leddegigt er som regel kronisk, og der kan være gode og dårlige perioder. Hos nogle går sygdommen helt i ro. ★

jonna@periskop.dk

Af Jonna Toft ★ foto: Colourbox.com



Tjek dine led

Hold øje med, om du har hævede led på:

- Knoerne på hænderne
- Mellemled på fingrene
- Føddernes 'knoled'
- Mellemled på tæerne

Har du hævede led, skal du gå til læge og få taget en blodprøve. Hvis den viser tegn på en betændelsesproces, begynder behandlingen af leddegigt. Leddegigt kan sprede sig til andre led og føre til deforme knogler. Derfor er det vigtigt at stoppe det tidligt.

Kilde: Overlæge Mogens Pfeiffer Jensen

Leddegigt er et mysterium

- Forskerne ved ikke, hvorfor leddegigt opstår.
- Der var ikke leddegigt i Europa før 1500-tallet, men indianerne i Amerika var ramt. I nogle stammer havde hver 10. leddegigt. Så hvad mon Columbus tog med hjem?
- Mange forskere har fokus på mundhulebakterier, fordi det ser ud til, at leddegigtpatienter har flere paradentosebakterier end raske. Men man ved ikke, om der er en sammenhæng.
- Både arvelighed og livsstil påvirker risikoen for leddegigt.

Kilde: Overlæge Mogens Pfeiffer Jensen

2

ud af 3, der får leddegigt, er kvinder. Cirka 48.000 mennesker har leddegigt, og der er cirka 1.300 nye tilfælde hvert år.

Kilde: Gigtforeningen

Rygning øger risikoen

Et par cigaretter om dagen forhøjer risikoen væsentligt for at udvikle leddegigt. Desuden har rygning en negativ effekt på medicinen.

Kilde: Dagens Medicin

Større risiko for blodpropper

Mennesker med ubehandlet leddegigt har dobbelt så stor risiko for hjerte-kar-sygdomme som raske jævnaldrende.

Kilde: Gigtforeningen

Bornholm

4 nætter
3.195,-
totalpris for
2 personer
inkl. færge med bil

Sol, strand og vand

- Flot ferielejlighed på Dueodde
- Færge Ystad-Rønne tur/retur med bil
- Rengøring og strømforbrug
- Gratis guideture
- 4 nætter: Totalt for 2 personer: **3.195,-***
  **Ankomst er mulig alle ugedage*
- 7 nætter: Totalt for 2 personer: **3.795,-****
  ***Ankomst på man-, tirs-, ons- el. torsdage*
- *Tillæg ved ankomst i perioden 10/6 -20/8*

Jeanet
Ferierådgiver

Ring til mig nu på 56 95 85 66
- så giver jeg dig gode råd til skønne feriedage på Bornholm

Flot lejlighed med fiskebuffet

- Flot ferielejlighed i Årsdale
- Færge Ystad-Rønne tur/retur med bil
- Gratis cykelleje alle dage
- Guidetur, rengøring og strømforbrug
- Fiskebuffet for 2 personer på røgeri
- 5 nætter: Totalt for 2 pers: **3.995,-***
  * *Ankomst er mulig alle ugedage*
- 7 nætter: Totalt for 2 pers: **4.195,-****
  ***Ankomst på man-, tirs-, ons- el. torsdage*
- *Tillæg ved ankomst i perioden 9/6 -29/8*

Hotel med Søudsigt

- Skønt værelse med søudsigt i Sandvig
- Stor morgenbuffet hver morgen
- Dejlig tre-retters-menu hver aften
- Færge Ystad-Rønne tur/retur med bil
- 4 nætter: Totalt for 2 pers: **6.195,-***
  * *Ankomst er mulig alle ugedage*
- 7 nætter: Totalt for 2 pers: **9.895,-****
  ***Ankomst på man-, tirs-, ons- el. torsdage*
- *Tillæg ved ankomst i perioden 2/6 -7/9*

TEAM BORNHOLM
Det bli'r en god ferie!

www.teambornholm.dk **56 95 85 66**

Opskrifter og gode råd til **ordentlig mad i hverdagen.**
I denne måned handler det om æg.

mad med klinken

Månedens råvare:
Æg

Brune, hvide, store eller små æg kan bruges til det samme i køkkenet. Smagen afhænger ikke af, hvordan æggene ser ud, men hvilket foder hønsene har fået, og om æggene er friske. Nylagte æg er gode til æggeretter, mens et par uger gamle æg kan bruges i bagværk, fars og lignende.

Æg er en god basisvare at have i køkkenet. Mange enkle hverdagsretter kan suppleres med æg. Æg kan bruges på mange måder: æggeblomme til at jævne sovser som mayonnaise og bearnaisesovs, og æggehvide til at lave luftige retter som gratin og citronfromage.

Spinat-kartoffelsuppe med pocheret æg

4 personer

- 2 store løg
- 25 g smør
- 750 g melede kartofler
- ca. 1 l hønsebouillon
- 500 g frisk spinat eller 250 g frossen spinat
- salt og friskkværnet peber
- ca. ½ tsk. fintrevet muskatnød
- 1 ½ dl græskarkerner
- 4 friske æg
- 1 dl eddike
- salt og friskkværnet peber

Spinat-kartoffelsuppe:
- Pil løg og hak dem.
- Skræl kartoflerne og skær dem i tern på ca. 2 x 2 cm.
- Varm en gryde med smør. Steg løgene ved middelvarme, til de er klare. Tilsæt kartoflerne og bouillon.
- Kog ca. 15 min. til kartoflerne er møre. Tag ca. ¼ af de kogte kartofler op med en hulske.
- Rens spinaten og fjern evt. grove stilke. Skyl spinaten fri for jord. Frossen spinat er renset. Tilsæt spinaten til suppen og kog et par minutter mere. Blend suppen til ensartet konsistens. Spæd med bouillon eller vand, hvis suppen er for tyk. Tilsæt de kogte kartofler i tern. Smag suppen til med salt, peber og muskatnød.

Græskarkerner:
- Rist græskarkernerne ved middelvarme på en tør pande, til de er gyldne på alle sider. Hæld dem straks af den varme pande.

Pocheret æg:
- Bring vand i kog og tilsæt eddike. Vandet skal stå 8 cm højt op ad kanten.
- Skru ned for vandet, så det kun simrer. Slå et æg ud i en lille skål og krydr med salt og peber. Lad æggene glide ned i vandet et ad gangen. Lad dem simre 5-6 min.
- Tag dem op med en hulske. Hæld spinat-kartoffelsuppe i 4 skåle og læg et pocheret æg øverst i hver skål. Drys med ristede græskarkerner.

Af Katrine Klinken ★ foto: Line Falck

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.com

God mad i en fart
Af få ingredienser kan man få et velsmagende og mættende måltid. Sæt en bagekartoffel i ovnen, når du kommer hjem fra arbejde og lav et enkelt fyld med hytteost og krydderier. Kog pasta med tomatsovs, eller lav en rugbrødsmad med stegt fiskefilet. Nyd et stykke ost eller frugt, hvis maden ikke mætter nok.

Foto: Colourbox.com

Pikant smag
Smagen fra for eksempel chili, peber eller peberrod kan give en god spiseoplevelse. Et vrid peber på avokadomaden eller revet peberrod på et stykke med saltkød giver velsmag. Når det bliver brugt som krydderi, opleves det nærmere som pikant end stærkt.

Sidste chance!

Deltag og vind biograftur

Har vi din rigtige e-mailadresse og telefonnummer?
Eller har du skiftet arbejdssted for nylig uden at fortælle det til FOA?
Tjek dine medlemsoplysninger og deltag i lodtrækningen om billetter med popcorn og drikkevarer for to personer. Vi trækker nye vindere hver uge til og med 1. april 2018.

Deltag på foa.dk/vind-biotur

FOA
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

det sker

Frederikssund

Seniorklubben. 18. april kl. 13.30: Cafe dag og Musikquiz. Arrangementet handler om fællesskab og sanglæde, og der er plads til alle. Bestyrelsen bager traditionen tro lækkerier til kaffen. 16. maj: Udflugt 2018. Turen går til Zen Garden i Vedde/Stenlille. På vejen derned holder vi en formiddagspause i det grønne. Derefter kører vi til Bromølle Kro, hvor vi spiser middag. Herefter besøger vi Zen Garden. Tilmelding, som er bindende, skal ske til bestyrelsen senest 18. april. Afgang fra Frederiksværk (Gjet Huset) kl. 9. og fra Frederikssund St. kl. 9.30. Prisen er 350 kr. for FOA-medlemmer og 400 kr. for gæster. Der kan indbetales på konto i Nordea reg. 1335 konto 644855 0654 – husk at skrive navn på indbetalingen.

Guldborgsund

Teknik-Kost- og Servicesektoren. 26. maj: Tur til København med besøg i Folketinget m.m. Læs mere på foa.dk/guldborgsund/medlemsaktiviteter. Turen er med ægtefælde/kæreste og koster 150 kr. pr. person. Tilmelding senest 3. maj kl. 12 til FOA på 46 97 17 50. Afbud pga. sygdom på dagen kontakt Britta på 29 90 48 62. Betaling senest 3. maj.

Nordsjælland

E+P Klubben Hillerød. 24. april kl. 10: Route 66 – og andre historier. Hans Jacob Sternkopf fortæller om hans oplevelser som turistguide, igennem de seneste 20 år. Pris 30 kr. – inkl. kaffe og brød + salg af amerikansk lotteri. Tilmelding til FOA Nordsjælland senest 17. april.

Odense

Afdelingen. 11. april kl. 19.30: Generalforsamling i Marienlystcentret, Windelsvej 138, Odense. Spisning kl. 18.30 og fagligt, kulturelt oplæg kl. 17.30. Deltagelse i spisning og det faglige kulturelle oplæg kræver tilmelding senest 4. april på 46 97 18 00 eller via foa.dk/odense. Dagsorden jf. lovene. Indkomne forslag skal være afdelingen skriftligt i hænde senest 28. marts kl. 12. Ved personvalg kan der ved fremmøde i afdelingen i åbningstiden eller efter aftale, skriftligt afgives stemme fra 5.-11. april kl. 12. Regnskab kan afhentes i afdelingen fra 28. marts. Der vil være amerikansk lotteri.

Seniorklub. 20. marts kl. 10-13: Generalforsamling på Vesterbro 120, Odense. Dagsordenen ifølge lovene. Bagefter er klubben vært ved smørrebrød

Medlemspulsen

Vinderne i januar 2018

Hovedpræmie:
Mona Monique Grandt Brønshøj

Gavekort til Coop 300 kr.:
Sine Wilhelmine Johannsen, Kruså
Jeannette Winther Hornbæk, Skanderborg
Trine A Bakka, Nyborg
Bente Larsen, Vanløse
Lis Reedtz, Stenderup

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/medlemspulsen**

FOA SAMMEN GØR VI FORSKELLEN

det sker

og drikkevarer. 10. april: Udflugt til den skjulte bro og Danmarks smukkeste jernbane. Efter opsamling kører vi til den genfundne bro, hvor en guide fortæller historien om broen. Derefter middag på Pejsegården, og så kører vi med veterantoget, som stopper ved Vrads Station. Herfra kører vi til Kongernes Jelling, hvor der er tid på egen hånd, til turen går hjemad, hvor vi forventer at ankomme kl. ca. 18. Pris 300 kr. Ikke-medl. 525 kr., hvis der er plads. 24. april kl. 9.30-10: Tilmelding og betaling til Odense Åfart og æggekage på Carlslund 8 maj. Pris 150 kr., ikke-medlemmer 210 kr. Betaling restbeløb til Harzen–Goslar 11.-14. juni – restpris 1.000 kr., ikke medlemmer 1.450 kr. hvis der er plads. Tillæg for eneværelse 360 kr. 24. april kl. 10-12: Kim Larsen kopi Anders Munch på FOA Vesterbro 120. 8. maj kl. 9.45-15: Sejltur på Odense Å og æggekage på Carlslund. Der er ingen aktiviteter i Nyborg, idet gruppen er ophørt pr. 1. januar.

#ipraktik

LÆR NOGET NYT OM DIN EGEN OG ANDRES ARBEJDS-PLADS

Deltag i den landsdækkende Innovationspraktik i uge 37.

Tilmeld jer på coi.dk/ipraktik senest 1. maj.

CENTER FOR OFFENTLIG INNOVATION

Randers

Afdelingen. 16. maj: Generalforsamling i Randers FCs lokaler, BioNutria Park Randers, Viborgvej 92. I forbindelse med generalforsamlingen vil afdelingens 25 års jubilæum blive fejret. Dagsorden kan læse på foa.dk/randers senest 16. april 2018.

Roskilde

Afdelingen. 26. april kl. 19: Generalforsamling på Hotel Scandic ved Ringen 2, Roskilde. Dagsordnen er lagt på afdelingens hjemmeside samt sendt ud med FOA Roskilde nyhedsbrev. Indkomne forslag skal være afdelingen i hænde senest 26. marts 2018. Indkomne forslag, skriftlig beretning, regnskab samt forslag til budget kan afhentes på afdelingens kontor eller rekvireres i afdelingen 14 dage før generalforsamlingen.

Silkeborg-Skanderborg

Afdeling: 10.-13. maj: Invitation til FOA familiedage i Djurs Sommerland. Billetter kan bestilles i afdelingen fra 19. marts.
Seniorklubben: 19. april kl. 11.30: Forårstur. Vi mødes ved Silkeborg Kirke. Er kirken åben, kan vi måske gå derind ellers går vi en lille tur. Frokost på Den gode fe. Pris 125 kr. 29. maj: Tur ud i det blå. Vi mødes ved Circle K, Søtorvet. Tidspunkt oplyses ved tilmelding. Pris 250 kr. Gæster 350 kr. Tilmelding skal ske på 46 97 20 20 senest 8 dage før arrangementet. Oplys ved tilmelding, om du er diabetiker.
Nyhedsbrev: Modtager du ikke vores nyhedsbrev, bedes du kontakte os for registrering af din mailadresse.

Sjælland

Afdelingen: 5. april kl. 18 i Holbæk: OK-medlemsmøde. Hør om overenskomstresultatet – før du stemmer. Tilmelding på foa.dk/sjaelland. 10. april: Fortæl om dine stjernestunder på arbejdspladsen og send den/dem til sjaelland@foa.dk senest 10. april. På den Internationale Arbejdsmiljødag 28. april udtrækker hvert område én stjernestund, som præmieres med 2 biobilletter inkl. guf. 12. april kl. 8.00: Tur til forbundshuset og Københavns Rådhus. Deltagerpris 200 kr. (kun for medlemmer) inkl. frokost og rådhuspandekager. Bus fra Slagelse, Sorø og Holbæk – se mere og tilmelding på foa.dk/sjaelland. 1. maj: Se tid, sted og program sidst i april på foa.dk/sjaelland. 17. maj kl. 8: Health & Rehap Scandinavia i Bella Center. Deltagerpris 100 kr. for medlemmer og 150 kr. for ledsagere inkl. frokost. Bus fra Slagelse, Sorø og Holbæk. Se mere og tilmelding på foa.dk/sjaelland.
A-kasse. 10. april kl. 13.30 i Kalundborg: Café for ledige. Tilmelding på foa.dk/sjaelland. 19. april kl. 17 i Holbæk: Efterlønsmøde – du er velkommen til at tage en ledsager med. Se mere og tilmelding på foa.dk/sjaelland. 8. maj kl. 13.30 i Slagelse: Café for ledige. Tilmelding på foa.dk/sjaelland.
Efterløns- og seniorklubben Holbæk. Torsdage kl. 11.45: Bowling, Megabowl, Mellemvang 5, Holbæk. 9. april kl. 13: Mindfulness ved Gitte Alstrup. 7. maj kl. 10: Kør selv tur til Audebo Pumpestation. Pris 50 kr. og evt. 40 kr. til samkørsel. Tilmelding på 26 21 45 04 senest 1. maj til Marianne. 4. juni kl. 13: Lys i mørket – mit liv som blind ved Eva Melhof.
Efterløns- og seniorklubben Slagelse. Mandage kl. 13: Bowling, SuperBowl, Bredegade 50, Slagelse. 18. april kl. 14: Tænk hvis vi bliver 100 år ved Helene Andersen.

Kontakt FOA

FOA, forbundshuset
Staunings Plads 1-3
1790 København V

Telefon: 46 97 26 26
Telefax: 46 97 23 00

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

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

FOA
SAMMEN GØR VI FORSKELLEN

13. juni kl. 8.30: Tur til Bogense og Humlemagasinet. Pris medlemmer 350 kr. og ledsagere 450 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland. 22. august: Tur til Dyrehavsbakken. Pris medlemmer 250 kr. og ledsagere 350 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland. 29. aug.-2. sept.: Tur til Polen. Pris medlemmer 2.700 kr. og ledsagere 3.000 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland.

Efterløns-og seniorklubben Ringsted. 5. april kl. 14: Bedstemor som vagabond ved Lis Ingemann. 3. maj kl. 14: Medens Mogens forsvinder ved Aase Helveg. 7. juni kl. 8.30: Tur til Thorsvang Samlermuseum. Pris medlemmer 275 kr. og ledsagere 375 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland.

Efterløns-og seniorklubben Nordvestsjælland. 16. maj kl. 12: Bowling i StarBowl, Elmegade 16, Kalundborg. Pris 50 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland. 26. juni: Tur til Sporvejsmuseet Skjoldenæsholm. Pris 200 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland. Tur til Karen Blixen Museet og Dyrehavsbakken. Pris 250 kr. Tilmelding på foa.dk/sjaelland.

Ringsted Kongrescenter – nye oplevelser med 10 % rabat til alle forestillinger, køb billetter via linket i nyhedsbrevene udsendt pr. mail. Telefon- og åbningstider. Mandag og tirsdag kl. 9-15, onsdag lukket, torsdag kl. 9-17 og fredag kl. 9-13 på 46 97 38 60, foa.dk/sjaelland, sjaelland@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.

Skive

Afdelingen. 5. april kl. 18.30: Generalforsamling i Fagforeningshuset, Jægervej 12, Skive. Flere informationer samt dagsorden udsendes senere.

Husk

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

Find det her

foa.dk/afdelingen

Sønderjylland

Seniorklub. 18 april: Bowling i Haderslev Bowlingcenter. Vi spiser fra kl. 13. Bowlingen starter kl. 15.00 til 16.00. Samkørsel fra FOA Rødekro, Brundevej 2 kl. 12. Ikke-medlemmer 220 kr. Tilmelding til afdelingen tlf. 46 97 35 00. senest 11. april. 16. maj: Besøg Søby Brunkulslejre. Bus afgang fra Brundevej 2, Rødekro kl. 9. Time Out Hammelev kl. 9.15. Ikke-medlemmer 250 kr. Tilmelding 9. maj til afdelingen på tlf. 46 97 35 00. 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 efterlønner og pensionist.

sjaelland@foa.dk
Social- og Sundhedsafdelingen:
46 97 22 22
sosu@foa.dk
Sydfyn: 46 97 27 27
sydfyn@foa.dk
Sydsjælland: 46 97 28 00
sydsj@foa.dk
Sønderborg: 46 97 34 00
soenderborg@foa.dk
Sønderjylland: 46 97 35 00
soenderjylland@foa.dk
Varde: 75 21 01 00
varde@foa.dk

Vejle: 75 82 52 88
vejle@foa.dk
Vendsyssel:
46 97 10 30/46 97 13 46
vendsyssel@foa.dk
Viborg: 46 97 30 30
viborg@foa.dk
Århus: 89 36 66 66
aarhus@foa.dk

PMF-afdelinger:
PMF afd. 1: 46 97 31 01
pmf-afd1@foa.dk
PMF afd. 4: 43 71 66 90
pmf-afd4@foa.dk

FOA/PMF Kbh. Syd:
46 97 28 50
kbhsyd@foa.dk
PMF Fyn: 46 97 13 13
pmffyn@foa.dk

PenSam
Jørgen Knudsens Vej 2
Postboks 282
3520 Farum

Telefon: 44 39 39 39
Telefax: 44 39 39 40
pensam.dk

Forsideillustration:
Jørgen True

Medlem af Danske Medier

SVANEMÆRKET
Tryksag
5041 0004

DANSKE MEDIERS OPLAGSKONTROL

Tilsluttet Specialmediernes Oplagskontrol

Oplag: 188.927/7. årgang
Tryk: Color Print A/S
ISSN: 1901-0230

Redaktionen sluttet:
2. marts

Indlæg til 'det sker' sendes til Henriette Monrad, hmon@foa.dk
Frist til nummer 4: 12. april
Frist til nummer 5: 30. maj

Annoncer:
Dansk Mediaforsyning
Telefon: 70 22 40 88
dmfnet.dk

Annoncefrist:
Nummer 4: 25. maj

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

Nummer 3 udkommer:
uge 18

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

Udgiver:
FOA
Staunings Plads 1-3
1790 København V
Telefon: 46 97 26 26
foa.dk
e-mail: 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 senest 5. april. Du kan også besvare quizzen på **foa.dk/quiz**
Kun medlemmer af FOA kan deltage i lodtrækningen.

Vinder af quizzen i Fagbladet FOA nr. 1 blev **Tanja Rasmussen, Farum**.

1. Hvor mange penge fik Annie Espersen udbetalt i erstatning for erhvervsevnetab og men?

A. 100.000 kroner
B. Over 300.000 kroner
C. Over 500.000 kroner

2. Hvor har både Janni Harbo og Tina Happel fået job efter et aktiveringsforløb?

A. I Funder Plejecenter som social- og sundhedshjælpere
B. De har ikke fået noget job og er stadig på dagpenge
C. På en skole som børnehaveklassemedhjælpere

3. Hvordan lyder et af rådene til at prutte om prisen på en vare?

A. Lad som om du er ligeglad med varen
B. Vær aggressiv
C. Vær venlig

4. Hvad fik dagplejer Lene Madsen forhandlet med i prisen sidst hun købte bil?

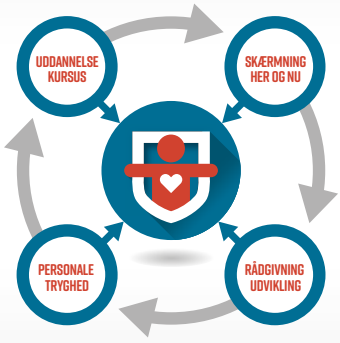
A. En Wunderbaum
B. Et sæt vinterdæk og fælge
C. En p-skive

5. Vi er gået tæt på et af billederne i dette nummer af fagbladet FOA. Hvad forestiller det?

A. Røde pølser
B. Chilier
C. Lakerede negle

Af Emilie Kristine Clausen

PÆDAGOGISK SIKKERHED®



Med konceptet Pædagogisk Sikkerhed®, arbejder vi med Voldsforebyggelse uden at gå på kompromis med støtte, pleje og omsorgen. Det gør vi bl.a. sammen med Region Nord, -Midt og -Syddanmark, samt Aarhus og Esbjerg Kommune.

Vi hjælper ved:

- Akut tilkald ved behov for skærmning.
- Akut tilkald ved behov for ekstra personale eller en vikar.
- Undervisning i bl.a. konflikthåndtering og fysiske nødværgeteknikker.
- Rådgivning ved svære borger problematikker.

Måske skulle I prøve et anderledes konflikthåndteringskursus næste gang?
Book evt. et uforpligtende møde for mere information. Ring eller send en sms på tlf. 7199 6322, med teksten "møde", så kontakter vi dig eller send en mail på post@s-t-o-p.nu.

VIKARSERVICE · TRYGHEDSSKABENDE PERSONALE

S·T·O·P
SIKKERHED · TRYGHED · OMSORG · PÆDAGOGIK

For **AKUT** assistance
Tlf. 7060 5929
– hele døgnet, hele ugen

www.s-t-o-p.nu
Landsdækkende service: Tlf. 7199 3775 • post@s-t-o-p.nu

NYHED

SKYD PAPEGØJEN
FÅ 3% I RENTE
PÅ DIN LØNKONTO

NYE FOA FORDELE

Selvfølgelig skal det kunne betale sig at have penge i banken.
Derfor kan du nu få 3% i rente* på din lønkonto.

Ring **44 39 39 53** og hør, hvordan du
kan få mere ud af dine penge i **PenSam Bank**

*Rentesatsen er variabel og gældende pr. 15. januar 2018. 3% i rente gælder op til 25.000 kr. (herefter 0,05%). For at få den høje rente skal du være medlem af FOA fagforening. Du skal blive helkunde og samle din privatøkonomi i PenSam Bank. Vi skal kunne kreditvurdere din økonomi i forhold til den samlede pakke. Nemkonto skal være oprettet i PenSam Bank.

PenSam FOA

Kendte mærker og populære modeller - til arbejde og fritid!

praxis®
...gør din dag behagelig

Hos Praxis har vi et stort udvalg af netop de produkter,
som du har brug for. Se hele det store udvalg på **PRAXISWEAR.DK**

20%
OG FRI FRAGT
BRUG KODEN
F0A218

Tee Jays

Model 959611
Allround damejakke
Let figursyet. Str. S - XXL
Fås også til herrer - model 959610
Før pris 599,-

Nu 479,20

OXYPAS

Model 920090
Maud
Kvalitet: Mesh
Farve: Lys grå - Fuchsia - Hvid - Navy
Str. 36 - 42
Før pris 499,-

Nu 399,20

SKECHERS

Model 910040
Skechers GOwalk 4 - Exceed
Kvalitet: Tekstil. Farve: Blå
Før pris 799,-

Nu 639,20

Model 96305
Dame buks med elastik i livet og regulerbare elastik-stropper i livet og ved fod.
2 - way stretch - Perfekt til arbejde, fritid og sport.
88% polyamid/12% elestan
Str. XS/36 - 4XL/50
Før pris 499,-

Nu 399,20

BIRKENSTOCK

Model 940060
Arizona sort
Damesandal i skind med to remme over vristen.
Farve: Sort
Før pris 699,-

Nu 559,20

PRAXIS TOPMODEL

Model 25410
Marina
Damesandal med velcrolukning.
Kvalitet: Skind med indersål af ruskind
Farve: Sort - Hvid - Denim
Størrelse: 36 - 42
Før pris 549,-

Nu 439,20

MERRELL

Model 900030
Merrell Siren Strap Q2
Kvalitet: Skind
Farve: Sort. Str. 36 - 42
Før pris 699,-

Nu 559,20

Tilbudet gælder til 15.04.2018 eller så længe lager haves . Fuld retur- og bytteret inden 30 dage.

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

Praxis
Hammershusvej 16 i, 7400 Herning