

## Kender du til forråelse?

### FOA inviterer alle medlemmer til webinarer med Dorthe Birkmose

Hvad kan vi gøre ved tabuet om forråelse – og den omsorgstræthed og moralske stress der ligger bag? Alle FOA-medlemmer inviteres til webinarer med psykolog Dorthe Birkmose.

FOA sætter i disse år særlig fokus på at tage medansvar for at forebygge og håndtere forråelse, omsorgstræthed og moralsk stress.

Derfor inviterer vi nu til to webinarer med Dorthe Birkmose. Til webinarerne inviteres alle FOAs medlemmer, valgte og ansatte. Du kan vælge mellem disse to forskellige webinarer:



Dorthe Birkmose

#### Webinar #1

##### "Fem skridt på vej væk fra forråelse"

Webinaret er til dig, der ønsker en introduktion til emnet forråelse. Måske oplever du et stort arbejdspress? En rå tone overfor børn, borgere og pårørende?

På webinaret introduceres du til hvorfor forråelse, omsorgstræthed og moralsk stress opstår. Du hører om de fem skridt på vej væk fra forråelse og præsenteres for relevante værktøjer fra værktøjskassen "[Sig det højt! Gør det fagligt](#)"

#### Webinar #2

##### "Vi har prøvet alt – noget må kunne gøres"

Webinaret er til dig, der kender til begreberne om forråelse, omsorgstræthed, moralsk stress og psykologisk tryghed, men savner inspiration til samarbejdet med børn, borgere og pårørende – også når det er svært.

På webinaret introduceres du til det nødvendige perspektivskifte, der går forud for valget af metoder. Du får overblik over forskellige metode-paradigmer, lærer af andres eksempler\* og får relevant inspiration fra værktøjskassen "[Sig det højt! Gør det fagligt](#)"

\*) Har du et eksempel du gerne vil dele på webinaret (evt. i anonymiseret form, så kontakt arrangørerne Marianne Boye ([mabo@foa.dk](mailto:mabo@foa.dk)) eller Sune Rosdahl ([sros@foa.dk](mailto:sros@foa.dk))

### Hvordan kommer jeg med?

Tilmeld dig et eller flere webinarer via tilmeldingslinksne nedenfor:

Tidspunkt	Webinar	Tilmeldingslink	Tilmeldingsfrist
24.11.2021 kl. 13-15	#1 "Fem skridt på vej væk fra forråelse"	<a href="#">Klik hér</a>	15.11.2021
24.11.2021 kl. 16-18	#1 "Fem skridt på vej væk fra forråelse"	<a href="#">Klik hér</a>	15.11.2021
07.12.2021 kl. 13-15	#2 "Vi har prøvet alt – noget må kunne gøres"	<a href="#">Klik hér</a>	29.11.2021
07.12.2021 kl. 16-18	#2 "Vi har prøvet alt – noget må kunne gøres"	<a href="#">Klik hér</a>	29.11.2021

FOA-medlemmer, tillidsvalgte og FOAs valgte og ansatte kan deltage.

Har du spørgsmål eller problemer med tilmelding? Kontakt Helle Kragkov på telefon 4697 2427

Få dage inden webinarer modtager alle tilmeldte et Zoom-link samt deltagerinformation. Du opfordres til at **logge på webinarerne 30 min.** før starttidspunktet, så du har mulighed for at få teknikken til at virke.