

VÆKKE ELLER EJ?



Formandsskifte:

Britt Petersen siger farvel

Læs side 6

Misbrugsbehandling:

Hvor er de helt unge

Læs side 22

Stram struktur:

Giver tid til alt det bløde

Læs side 28

Udgiver:

LFS, Landsforeningen for
Socialpædagoger
Rosenvængets Allé 16,
2100 København Ø
Telefon: 3544 4546
www.lfs.dk

Ansvarshavende redaktør:

Britt Petersen (formand)

Redaktion:

E-mail: lfsnyt@lfs.dk

Anna Louise Stevnhøj,
Daglig redaktør

Telefon: 4697 1662/ 3071 8947

Email: alst@foa.dk

Agnete Solvej Christiansen,
Journalist

Telefon: 4697 1663

Email: agch@foa.dk

Debatindlæg modtages på mail
lfsnyt@lfs.dk. Maksimal længde:
3000 anslag med mellemrum.

Forsidefoto:

Agnete Solvej Christiansen

Layout: Falk og musen

Grafisk produktion: Jørn Thomsen
Elbo A/S, som er certificeret efter
følgende internationale standarder:
ISO 14001 miljøcertificering, ISO
9001 kvalitetscertificering, FSC-
certificering og Svanemærket. Trykt på
miljørigtigt papir med vegetabiliske
farver.

Medieinfo og deadlines på:

lfs.dk/118

Oplag: 12.500 ISSN: 0903-1553
48. årgang

Næste nummer udkommer i
uge 38 2022.

Deadline 8. september 2022.

Åbningstider:

Mandag, tirsdag, onsdag
og fredag 10.00-14.00
Torsdag 12.00-16.00
Telefon: 3544 4546

E-mail faglig afdeling: lfs@lfs.dk

E-mail: akasse@lfs.dk



ARTIKLER

- 3 **Leder: Vi skal have mere i løn. Og det giver ikke inflation. Punktum**
- 6 **Britt siger farvel**
- 12 **Her er plads til luren**
- 16 **Nulvækkepolitik giver nul mening**
- 20 **Medlemsportræt: Jeg er dagplejer langt ind i hjertet**
- 22 **Bekymrede for mørketal af helt unge rusmiddelbrugere**
- 24 **Sådan skaber du et godt forældresamarbejde**
- 28 **En stram struktur skaber tid til alt det bløde**
- 30 **LFS-kalenderen**
- 32 **LFS-arrangement: Et kor med højt til loftet – og plads til flere**



6

“Det har været en af de vigtigste ledestjerner for mig som formand: At være troværdig til alle sider.”

22



VI SKAL HAVE MERE I LØN. OG DET GIVER IKKE INFLATION. PUNKTUM

Det er så sikkert som amen i kirken, at vi vil blive mødt med suk og beklagende blikke, når vi lige om lidt indleder de næste overenskomstforhandlinger med massive lønkrav: Jamen, I kan da ikke forvente at få mere i løn, når inflationen er, som den er. Vil I måske være ansvarlige for, at samfundsøkonomien brænder helt sammen? Men det er bare tågesnak og dårlige undskyldninger. Læs her de fem grunde til, at lønstigninger ikke forårsager inflation, så du har argumentationen i orden:

1. Lønningerne er ikke steget de seneste +10 år. Alligevel er inflationen stigende

Det vigtigste argument er et simpelt blik på fakta. Reallønnen er faldet i mere end et årti. Korrigeret for inflation er lønningerne nu lavere, end de var under krisen i 2008. Alligevel er inflationen i Danmark og EU allerede steget til mere end 9 procent. At acceptere en lønnedgang i denne situation vil ikke gøre noget for at bringe priserne ned og har aldrig gjort det.

2. Lønningerne fik heller ikke priserne til at stige i 1970'erne

Det spørgsmål, der altid kommer frem, er perioden i 1970'erne, hvor inflationen i Danmark lå på over 15 procent. Men de faktorer, der førte til en stigning i inflationen dengang, var meget mere komplekse. En nøglefaktor var Yom Kippur-krigen mellem Israel og arabiske stater, som fik råvarepriserne til at stige kraftigt. Det er rigtigt, at i begyndelsen af 1970'erne voksede arbejdernes lønninger højere end inflationen, et tegn på, at deres kollektive forhandlingsstyrke var meget bedre, end den er nu. Men fra midten af 70'erne overhalede inflationen lønvæksten.

3. Inflationen er i høj grad drevet af globale faktorer

Oliekrisen i 1973, corona og krigen i Ukraine er alle globale begivenheder, som forstyrrer forsyningskæderne og får råvarepriserne til at stige. Det har intet at gøre med lønkamp og lønstigninger i de enkelte lande. Dette forklarer, hvorfor inflationen er stigende i mange forskellige lande på samme tid.

“Der er en anden faktor, som ikke er blevet behandlet tilstrækkeligt, hverken i pressen eller fagbevægelsen, og det er spørgsmålet om profit”.

4. Centralbankfolk udvikler en recession (og beder dig om at betale for det)

Siden finanskrisen i 2008 har centralbankerne sprøjtet hidtil usete mængder af penge ind i økonomien gennem kvantitative lempelser, opkøb af stats- og virksomhedsgæld og med andre midler. Centralbankerne har også holdt låneomkostningerne rekordlave i mere end et årti.

Meget få af de milliarder, der er sprøjtet ud på de globale finansmarkeder, er nået ned til almindelige mennesker. I stedet har disse politikker pustet de finansielle markeder op. Nu hvor inflationen er stigende, mener centralbankfolk, at de kan kontrollere den ved at hæve renten. Antagelsen her er, at man ved at gøre lån dyrere kan reducere forbrugernes efterspørgsel og bringe priserne ned. Det kan medføre en recession og mere arbejdsløshed.

Hvis man tilslutter sig teorien om, at inflation er forårsaget af et overoplyst arbejdsmarked, så vil en stigning i arbejdsløsheden blive betragtet som et nødvendigt onde for at bringe lønningerne og i sidste ende inflationen ned.

Men hvis inflationen ikke er forårsaget af stigende lønninger, vil disse foranstaltninger gøre meget lidt for at kontrollere inflationen. De vil til gengæld forårsage ekstreme økonomiske vanskeligheder for mange almindelige mennesker, som allerede nu kæmper med en historisk leveomkostningskrise.

5. Priserne stiger, fordi overskuddet stiger

De fleste økonomer er enige om, at inflationen i dag er forårsaget af et sammenbrud af forsyningskæder og lukning af virksomheder, først på grund af covid og derefter krigen i Ukraine. Som følge heraf er priserne på råvarer og en masse mellemvarer steget. Men der er en anden faktor, som ikke er blevet behandlet tilstrækkeligt, hverken i pressen eller fagbevægelsen, og det er spørgsmålet om profit.

Jan Hoby,
næstformand i LFS





ARBEJDSGLADE DAGPLEJERE

Dagplejere ligger i top fem, hvad arbejdsglæde angår.

Den nyeste undersøgelse af danskernes forhold til deres arbejde blev gennemført af Arbejdstilsynet i første halvår af 2021, og trods coronanedlukning rapporterede næsten 6 af 10 danskere, at deres arbejde i meget høj grad eller i høj grad giver selvtilid og arbejdsglæde.

Dagplejere ligger i top fem sammen med læger, ledere, undervisere og forskere ved landets universiteter, farmaceuter, tandlæger og dyrlæger.



ANKER JØRGENSEN PÅ AR- BEJDERMUSEET

Jeg angler ikke efter et stort eftermæle. Jeg håber bare, at de siger: Anker, han var sgu god nok. (citater: Anker Jørgensen)

Den 13. juli 2022 ville Anker Jørgensen være fyldt 100 år. Det markerer Arbejdermuseet med en særudstilling, som tager os med ind i Ankers univers. Her er håndskrevne dagbøger, originale manuskripter, studiehefter, talepapirer, protesterklæringer, kærestebreve, ministerlister og meget mere. Udstillingen er rig på billeder, og Anker selv kommer til orde undervejs gennem citater og nedfældede erindringer.

Udstillingen vises frem til 31. december 2022 på museets førstesal, tæt på museets Kaffebar, hvor Anker i sine år som pensionist elskede at indtage kaffe med blødt brød.

SUND SEKSUALITET HOS BØRN OG UNGE MED HANDICAP



Børn og unge med handicap er både i større risiko for at blive udsat for overgreb og for selv at komme til at begå overgreb end deres jævnaldrende.

Derfor har Socialt Udviklingscenter i samarbejde med Socialstyrelsen og en række handicaporganisationer skabt en hjemmeside

med materialer, der lærer børn og unge med handicap om sund seksualitet. Hjemmesiden præsenterer indholdet i et letforståeligt sprog og med enkle illustrationer og er holdt så simpelt som muligt for at gøre det nemt at finde de emner, man gerne vil vide noget om – fra pubertet, lyst og kærester til deling af nøgenbilleder og følgevirkninger af overgreb.

Hjemmesiden findes på www.forebyggseksuelleovergreb.dk og er især tænkt til fagpersoner og pårørende, som kan støtte barnet eller den unge i at bruge materialet.

KONTORLOKALER TIL LEJE I LFS-HUSET PÅ ØSTERBRO

Der er per 1. november 2022 et ledigt kontorlejemål i LFS-huset på Rosenvængets Allé 16, som ligger centralt på Østerbro ved Trianglen.

Der er tale om et kontorlejemål på ca. 280 m², som er velegnet til kontorfællesskab med syv hyggelige kontorlokaler, tekøkken samt toilet. Til lejemålet er der derudover adgang til fællesfaciliteter såsom kantine med varm og kold mad, dejligt gårdmiljø samt stor mødesal (op til 100 personer) til udlån.

Læs mere på www.lfs.dk/15459.



NYE REGLER NÅR DU SKAL ANMELDE ARBEJDSULYKKE

Det er fra 1. juli 2022 blevet enklere at anmelde en arbejdsulykke.

Tidligere har arbejdsgiveren skullet forholde sig til tre forskellige kriterier og tre forskellige frister for anmeldelse af arbejdsulykker, men nu skal alle arbejdsulykker anmeldes på samme måde i det elektroniske anmeldesystem EASY på virk.dk.

Fristen for anmeldelse af arbejdsulykker er også blevet justeret, så alle ulykker skal anmeldes senest 14 dage efter første fraværssdag fra sædvanligt arbejde ud over tilskadekomstdagen. Desuden skal der ske anmeldelse, hvis ulykken må antages at kunne begrunde krav på ydelser efter § 11 i arbejdsskadesikringsloven (fx behandlingsudgifter), også selv om ulykken ikke har medført fravær.

Tilskadekomne eller en partsrepræsentant kan som i dag fortsat selv anmelde arbejdsulykker inden for ét år.

OMSORG FOR BØRN



Hvordan hjælper man et barn, som er i sorg, men som ikke vil tale om det, og hvordan taler man med et barn om, at en forælder måske skal dø?

Det kan man få hjælp til via podcastserien 'OMSORG for børn', som er fremstillet og udgivet af Kræftens Bekæmpelse. I hver episode

svarer to eksperter sammen med vært Morten Resen på spørgsmål om alle de svære problemstillinger, der dukker op, når børn oplever sygdom og død i familien.

Du finder serien af podcast i din gratis podcastapp.



Britt siger farvel

Hvis nogen havde sagt til 31-årige Britt, at hun ville komme til at være formand for LFS i 32 år, ville hun have grinet dem lige op i ansigtet. ”Jeg ville have sagt, at det kommer aldrig til at ske. Det gjorde det så, og jeg fortryder ikke. Men hvis jeg fik et liv mere, ville jeg bruge det som pædagog på socialområdet sammen med de skæve eksistenser, som jeg er så glad for at arbejde med,” siger Britt Petersen. Hun siger farvel til formandsposten i november 2022, når denne repræsentantskabsperiode udløber.



Den 24-årige Britt Petersen som fællestillidsrepræsentant på daværende Sundbyvang.

Da Britt Petersen blev formand i 1990, var håbet om en fusion med BUPL og SL stadig levende.

Til gengæld var en stor gruppe københavnske pædagoger rasende over, at LFS havde indgået forlig med Københavns Kommune om 1000 ekstra pladser i de københavnske dagtilbud og dermed sagt ja til større børnegrupper over hele byen.

Den kun 31-årige socialpædagog overtog dermed en organisation, der stod foran forandringer og heftig intern debat – og som var stærkt præget af partipolitik. Hun var dog ikke nogen fagpolitisk novice. Hun blev nemlig tillidsrepræsentant ganske kort efter ansættelsen på sin første arbejdsplads Sundbyvang og blev kort tid efter fællestillidsrepræsentant med frikøb 10 timer om ugen.

”Jeg kom næsten direkte fra arbejdspladsen til ledelsen af LFS. Jeg blev opfordret til at stille op som suppleant i 1983 og blev så medlem af forretningsudvalget i 1987 og formand i 1990,” siger Britt Petersen, der efter eget udsagn var kompromiskandidat til formandsposten.

”Jeg havde ikke en partibog. Det betød, at jeg blev accepteret af både DKP-fløjen og oppositionen, som mestendels bestod af et sammenrend af partier på den øvrige venstrefløj.”

Man får snavsede fingre

Fusionen med BUPL og SL blev aldrig til noget.

”Det er ærgerligt, for vi har som pædagogiske medarbejdere mistet magt og indflydelse på den konto. Men hvis vi var langt fra hinanden i 1990, har vi bevæget os endnu længere væk fra hinanden med årene. Så fusionen er død. Det, tænker jeg, den er.”

1000-pladsers aftalen resulterede i en mangeårig borgfred mellem politikere og LFS og var med til at grundlægge det samarbejde, der har kendetegnet Britt Petersens formandsperiode.

”Vi blev på baggrund af den aftale fredet for de værste besparelser i en lang årrække og slap for mange af de salaminetskæringer, andre områder blev udsat for. Det var det værd. Jeg er altid gået efter indflydelse og efter at få de bedste resultater for vores medlemmer. Vi har i min tid valgt at gå ind i maskinrummet for at få indflydelse. Det gjorde vi også, da klyngestrukturen blev skabt, selv om det gav utilfredshed. Det er klart, at man får snavsede fingre til undervejs, fordi man bliver nødt til at tage medansvar for nogle beslutninger. Men det har givet resultater,” siger Britt Petersen, der gerne indrømmer, at hun har været standby ved telefonen, når de københavnske politikere har forhandlet budgetter, fordi de typisk har ringet til hende undervejs for at forhandle delelementer, før de endelige aftaler blev indgået.

”LFS har indflydelse i København, og det har vi blandt andet fået ved at være troværdige samarbejdspartner. Det har været en af de vigtigste ledestjerner for mig som formand: At være troværdig til alle sider.”

Den uartige pige i klassen

En anden ledestjerne har været aldrig at komme for langt væk fra medlemmerne.

”Det er en generel sygdom i fagbevægelsen, at de politiske ledelser glemmer, hvad der betyder noget for medlemmerne på gulvet. Man overser værdien af det helt grundlæggende medlemsarbejde som lønftaler og så videre. Jeg har ikke villet havne i nogen højere luftlag, hvor jeg bare sad ved de fine mødeborde, så jeg er gennem alle årene fortsat med ▶



.....

"Jeg var utrolig glad for det tætte samarbejde, jeg havde med Britt gennem 10 år efter forbundssammenlægningen i 2005. Der var altid hjælp at hente for mig som ny sektorformand, der i starten bestemt ikke kendte alle faggrupper lige godt, og jeg fik en kæmpe respekt for Britts store viden og altid solidariske tilgang til at løse også de svære faglige opgaver. Det er vist ikke for meget sagt, at Britt ofte er meget kontant i sin kommunikation. I de år vi arbejdede sammen, var jeg aldrig i tvivl om, hvad Britt mente. Der blev aldrig gået om den varme grød, og det satte jeg stor pris på."

Jakob Sølvhøj, MF for Enhedslisten, fhv. formand for pædagogisk sektor i FOA

.....

"Britt Petersen er en dygtig fagforeningskvinde, og man er aldrig i tvivl om, at hun er på medlemmernes side, men samtidig er hun en dygtig og strategisk forhandler, der er helt klar over, at begge parter skal kunne se sig selv i et resultat. Hun har været med til at lande mange gode aftaler, men jeg synes, at hendes største resultat er, at hun har fået sat en helt ny politisk dagsorden. Det er i høj grad hendes fortjeneste, at der i dag arbejdes seriøst med tillidsbaseret ledelse og arbejdsfællesskaber. Hun indså ret tidligt, at det er vigtigt at kæmpe for løn og pension - men at det er også en fagforeningsopgave at kæmpe for arbejdsglæde og trivsel."

Frank Jensen, Socialdemokratiet, fhv. overborgmester i København

.....

"Jeg vil gerne takke Britt for at have været en virkelig god samarbejdspartner for kommunen og socialområdet. Jeg har kun oplevet Britt som en virkelig ordentlig og troværdig repræsentant for LFS. Britt er et menneske, der er god til relationer, og så har Britt hjertet på rette sted. Så selvom jeg godt kan forstå, at Britt efter 32 år vælger at stoppe, så kan jeg godt frygte, hvad det betyder for de mest udsatte og sårbare i vores kommune. Så kære Britt, alt det bedste fremover."

Mia Nyegaard, Radikale Venstre, kultur- og fritidsborgmester i København. Fhv. socialborgmester

.....

"Jeg har personligt sat stor pris på Britts strategiske overblik og forståelse af faglige og politiske muligheder, når der skal skabes resultater for medlemmerne. Hun er en meget dygtig forhandler og har bidraget med stor og vigtig viden til fællesskabet. Der har altid været kamp lige til stregen og det er en uvurderlig demokratisk kvalitet i en mangfoldig organisation. Her er det helt på sin plads at sige: TAK tillidsmand."

Mona Striib, formand for Forbundet FOA

.....

► at sagsbehandle og fx lave lønftaler," siger Britt Petersen, der erkender, at hun af nogle i forbundet FOA og i det øvrige FH bliver betragtet som den uartige pige i klassen. Det gælder eksempelvis, når hun gang på gang gennem årene har plæderet for, at de politiske ledelser i fagforeninger ikke må tjene væsentligt mere, end de medlemmer, de er valgt af, og som de repræsenterer.

"Det er vigtigt at huske, at det ikke bare er mig som person, der har stået med den holdning. Det er hele LFS. Vi er i det hele taget lidt mere besværlige end de andre afdelinger i FOA, og vi stiller nogle andre krav. Det positive er, at vi er begyndt at opleve en åbenhed over for, at vi tilfører organisationen noget godt på den måde."

Spørger man Britt Petersen hvilket resultat fra sin formandsperiode, hun er mest stolt af, kommer svaret prompte:

"Vi fik lavet nogle rigtig gode forhåndsftaler, da lokallønnen blev indført omkring år 2000. Man kunne have frygtet en helt individuel løndannelse. Men det undgik vi, og jeg er stolt af, at både pædagoger og pædagogmedhjælpere er stillet ret godt som gruppe."

Hun er til gengæld direkte ked af, at det ikke er lykkedes at få politikerne til at gøre mere for de specialiserede områder, hvor hun synes, at både medarbejdere og borgere med handicap og psykisk sygdom er utrolig dårligt stillet.

"Det er en sorg, at København er blevet en by, hvor man helst skal være rig og rask for at have det godt. Det er trist, for København burde være en by for alle. Men Metropol-trenden har taget overhånd."

Ikke en indkøbsforening

Det er en sund fagforening med en god økonomi, som Britt Petersen overleverer til en ny politisk ledelse.

"Men LFS skal fortsat passe på. Der er sket en ændring, fra dengang jeg begyndte og til i dag. Halvdelen af vores medlemmer er hos os, fordi de har en holdning om, at man selvfølgelig er medlem af en fagforening. Men der er også en stigende gruppe, der har en "hvad kan I gøre for mig" tankegang. Så den eneste fækkel, jeg vil sende videre, er en advarsel om, at vi ikke skal falde i den fælde, som jeg synes, mange faglige organisationer er faldet i – at gøre sig selv til en slags indkøbsforening med medlemstilbud. Det er ikke vores kerneydelse og bliver det aldrig. Det er oplagt, at LFS tilbyder medlemmerne at komme gratis på Arbejdmuseet. Men jeg synes ikke, det er oplagt at tilbyde rabat på Tivoli."

Britt Petersen er netop nu efter eget udsagn i de sværeste måneder af sit arbejdsliv i LFS.



Britt Petersen er gennem alle formandsårene fortsat med selv at sagsbehandle og fx lave lønftaler. Hun mener, det er en generel sygdom i fagbevægelsen, at de politiske ledelser glemmer, hvad der betyder noget for medlemmerne på gulvet.

”Jeg skal passe på ikke at få lagt nogle spor og få startet nogle ting, der binder en fremtidig ledelse i LFS. Det er en udfordring, for når man sidder på min post, lægger man grundlæggende mange nye spor ud hver dag. Men når man har været med så mange år, som jeg har, skylder man sine efterfølgere, at de kan komme til og bedrive deres egen ledelse.”

Der har været en pris

Britt Petersen har grundlæggende været på arbejde 24 timer i døgnet gennem 32 år.

”Når man er formand, passer man altid sin telefon og sin mail. Også når man er på ferie. Når der er overenskomstforhandlinger, budgetforhandlinger eller kriser, så er man på – uanset om der er fødselsdag i familien.”

Hun lægger ikke skjul på, at der har været en pris.

”Erling, min mand gennem 22 år, vidste, hvad han gik ind til. Men han har givet afkald på en hel del på grund af mit arbejde. Og det er nok meget godt, at jeg ikke har fået biologiske børn. For det havde ikke ladet sig gøre på en forsvarlig måde – i hvert fald ikke i de første år, jeg var formand. Dengang blev der ikke taget hensyn til, om politikerne havde et privatliv. Der tror jeg heldigvis, at tingene har ændret sig. Det er nemmere i dag. Men jeg er heldig, at jeg har tjenestemandspension, så jeg kan gå fra som 63-årig. Nu er det min mands tur til at få noget tid, og jeg har også gamle forældre, jeg gerne vil nå at være noget mere for. Og skulle jeg komme til at kede mig, er der altid nogle skæve eksistenser, der har brug for en hånd.” ●

.....

”Britt har altid for mig været et kæmpe forbillede med hendes store viden og empati for sine medmennesker. Hun har sin egen ydmyghed og alligevel stærke meninger. Jeg har altid oplevet, at jeg havde Britts støtte, og hun har altid på en sober måde hjulpet mig på rette vej, hvis jeg lavede fejl eller løb den forkerte vej. Hun er et så stort menneske, at hun ikke behøver at tage æren for alt, men godt kan leve med, at andre får æren og roserne.”

Pia Bah, klyngeleder i VVKF og medlem af hovedbestyrelsen i LFS

.....

”Årh, jeg ville ønske, at Britt blev lidt længere! Inden jeg mødte Britt, var jeg ikke i tvivl om, at Britt er en, som man skal lytte til. Når nogen omtaler Britt, så er der altid en dyb respekt og anerkendelse. Britt er ekstremt vidende og kender hvert et hjørne af Københavns Kommune. Hun er meget respekteret af de faglige organisationer og af forvaltningen. Britt har en helt særlig rolig og faglig måde at udtrykke sig på, hvor hun kan komme igennem med det meste, tror jeg. Britt er for mig et forbillede som fagforeningskvinde – hun er meget stærk. Britt har slet ikke været så ”tudetosset” for de københavnske fagforeninger.”

Katrine Fylking, formand for Københavns Lærerforening

Vil du være med?

Har du lyst til at være med til at sætte retningen for Pædagogernes Pension de næste fire år? Så stil op som kandidat til delegeretforsamlingen, som er det direkte demokratiske bindeled mellem Pædagogernes Pension og medlemmerne.

Valg af delegeret sker på LFS Almenområdets generalforsamling i efteråret 2022.

Du kan læse mere om at være delegeret på pbu.dk/delegeret



HER ER PLADS



TIL LUREN

Skal børnehavebørn have mulighed for at sove til middag? I Krible-Krable er svaret ja. Her oplever man mere overskud og færre konflikter mellem børnene, siden hele institutionen har indført tid til ro midt på dagen.

Ayah og Abdel Rahman har allerede aftalt, at de skal ligge ved siden af hinanden. På grønne yogamåtter kravler de to venner ned under hvert sit tæppe. Sammen med Elaan, Fatima og Sammy er det blevet tid til den daglige hviletid på larvestuen i Krible-Krable på Nørrebro.

”Vi prioriterer at holde afslapning, fordi vi kan mærke, at det gør en stor forskel for børnene i deres hverdag,” siger Danielle Chrilles Christiansen.

Hun er pædagog i Krible-Krable og var også tilknyttet institutionen, før fælles hviletid blev kulturen i hele huset.

”Vi kunne mærke om eftermiddagen, at der kom et meget højt aktivitetsniveau, som ikke var konstruktivt, men som var lidt et overlevelsesmode, hvor det bare blev vildere og højere. Det besluttede vi os for at prøve at finde en løsning på, så børnene kunne få en bedre eftermiddag,” siger hun.

For meget krudt bagi

Mindfulness, hvor alle børnene skulle ligge med lukkede øjne, blev afprøvet i Krible-Krable for at give børnene ro, når det pædagogiske personale kunne mærke, at børnene trængte til komme ned i arousal. Men erfaringen blev, at det var svært at gøre det til en god oplevelse i børnehaven.

”For nogle af de store var det for hårdt at skulle ligge på den måde, fordi de simpelthen havde for meget krudt i rumpetten,” siger Danielle Chrilles Christiansen.

Det betød, at de voksne brugte meget energi på at rette på børnene.

”Vi kunne mærke om eftermiddagen, at der kom et meget højt aktivitetsniveau, som ikke var konstruktivt, men som var lidt et overlevelsesmode, hvor det bare blev vildere og højere. Det besluttede vi os for at prøve at finde en løsning på, så børnene kunne få en bedre eftermiddag.”

”Det blev meget iredesættende og ikke hyggeligt og rart. Nu har vi haft afslapning så længe, at børnene har vænnet sig til, at det er en del af at gå i børnehaven her,” siger Danielle Chrilles Christiansen.

En hyggelig stund

I dag er det ikke alle børn, der skal ligge ned, når der er hviletid i Krible-Krable. De lidt ældre børn får læst en historie, imens de sidder og tegner. Det sker, at et barn, der for eksempel skal finde daginstitutionens rytmen igen efter at have været på ferie, kommer ind og hviler sammen med de lidt mindre børn, og coronaepidemien



Alle børn i Krible-Krable har individuelle søvnaftaler. På billedet ses Ayah og Abdel Rahman. De bliver selv spurgt, om de har lyst til at sove.



Danielle: Danielle Chrilles Christiansen er pædagog og har været tilknyttet Krible-Krable de seneste seks år. Hun oplever, at eftermiddagen forløber meget bedre, når børn har fået hvilet.

at alle børn både kan hvile og få noget at spise, når de er oppe igen.

”Det har en høj prioritet for os. Vi kan mærke, at hvis der for eksempel har været dage, hvor vi har været på en lang tur, hvor vi kommer for sent hjem til at holde afslapning, så har vi nogle dødtrette børn, der får en hård eftermiddag med langt flere konflikter. Så vi vægter afslapningen rigtig højt,” siger Danielle Chrilles Christiansen.

For hele institutionen

De fleste, der har haft med børn at gøre, ved, at børn ikke automatisk kan se værdien af at hvile og sove. I Krible-Krable har man fundet ud af, at det giver god mening at have en fælles kultur for hvile og afslapning i hele institutionen, så der ikke er nogle børn, der drøner rundt på legepladsen, imens andre skal finde ro. På den måde imødekommer man, hvad der virker som børns frygt for at gå glip af sjov og ballade.

”Det er lidt et sejt langt træk, for der går noget tid, før børnene også synes, at det er attraktivt at holde afslapning. De færreste børn synes, at det er fedt, hvis man fra den ene dag til den anden kommer og vil have, at de skal sove middagslur. Det kan blive

- har medført, at hvert barn i institutionen har fået sin egen yoga-måtte med et tilhørende sengesæt, der er forskelligt fra det, som de andre børn har.

”Det har gjort at hvilesituationen er endnu mere hyggelig og rar, og hvis man vil have noget legetøj med ind, så må man også gerne det, for det handler mest om at få denne her pause for kroppen,” siger Danielle Chrilles Christiansen.

Det er ikke svært for Krible-Krable at afse tid til afslapningen. Eftermiddagen er indrettet efter det. For eksempel bliver frugten ikke serveret på et bestemt tidspunkt, men serveres løbende, så det passer med,

”Det har en høj prioritet for os. Vi kan mærke, at hvis der for eksempel har været dage, hvor vi har været på en lang tur, hvor vi kommer for sent hjem til at holde afslapning, så har vi nogle dødtrette børn, der får en hård eftermiddag med langt flere konflikter. Så vi vægter afslapningen rigtig højt.”



endnu mere surt, hvis der er nogle stuer, hvor det ikke gælder. Men når alle gør det, og det er en del af rytmen, så er der ikke rigtig nogen diskussion,” siger Danielle Chrilles Christiansen.

Individuelle søvnaftaler

En dialog med forældrene har været helt central for at skabe forståelse for Krible-Krables tilgang til afslapning.

”Når vi har introduceret afslapning til nye familier, har vi oplevet, at forældrene havde forbehold for at lade deres børn hvile i institutionen. De var simpelthen bange for, at det kom til at rode med nattesøvnen,” forklarer Danielle Chrilles Christiansen.

For at imødekomme forældrenes bekymring beder Danielle Chrilles Christiansen og hendes kollegaer om lov til at afprøve at holde afslapning med børnene.

”Hvis det så slet ikke fungerer med både hviletid i børnehaven og putningen derhjemme, så laver vi det om.”

I Krible-Krable er det pædagogiske personale meget til rådighed med deres kroppe, som her hvor børnene mærker tryk fra en voksenhånd, inden de glider ind i søvnen.



Børnene bliver ikke tvunget til at ligge på en bestemt måde. Afslapnings- og sovetime handler om at skabe en rolig stund.



”Forældresamarbejdet er rigtig vigtigt, for jeg kan da godt forstå, at forældrene ville klø sig selv i håret, hvis vi havde børn, der sov tre timer hernede, og de så oplevede, at aftenerne derhjemme skred fuldstændigt.”

Netop fordi det er vigtigt, at putningen også fungerer derhjemme, har institutionen individuelle aftaler for alle børnene. For nogle børn bliver det aftalt fra dag til dag, om de må sove til middag, og andre har en max tid på, hvor meget de må sove, imens de er i børnehaven.

”Forældresamarbejdet er rigtig vigtigt, for jeg kan da godt forstå, at forældrene ville klø sig selv i håret, hvis vi havde børn, der sov tre timer hernede, og de så oplevede, at aftenerne derhjemme skred fuldstændigt,” siger Danielle Chrilles Christiansen. ●



NULVÆKKEPOLITIK

For meget søvn i institutionen kan få nattesøvnen til at skride. Det kan skabe en ond spiral, hvor barnet kompensations-sover i institutionen. Derfor er individuelle søvnaftaler vejen frem, mener søvnvejleder Karen Kildahl, som ikke er imod, at man vækker børn – bare man har den rette viden i bagagen.

Må man vække et barn, der sover midt på dagen og virker træt? En del institutioner har en såkaldt nul-vækkepolitik. Men en nul-vække politik kan faktisk gøre, at børnene sover for lidt på døgnbasis. Sådan lyder det fra Karen Kildahl. Hun er søvnvejleder hos Babyinstituttet, der vejleder forældre til børn i alderen nul til fem år.

”Jeg tror, at når nogle institutioner har en nul-vækkepolitik, så er det fordi, de kigger på det enkelte barn. Det pædagogiske personale observerer, at barnet er træt og derfor skal sove. Ligesom et barn, der er sultent, skal have mad, og det giver jo god mening, men ligesom et barn der spiser enorme mængder eftermiddagsmad ikke spiser aftensmad, vil et barn, der har sovet tre timer til middag ikke nødvendigvis have et søvnpres, som giver god søvn om natten også,” siger hun.

I stedet for at tage udgangspunkt i, om barnet ser træt ud, mener søvnvejleder Karen Kildahl, at man skal beregne, hvor meget vågentid barnet skal have, for på den måde at hjælpe det til en døgnrytme, der gør, at det ikke kompensationssover i institutionen.

IK GIVER NUL MENING

Tæt samarbejde er nødvendigt

Løsningen på børn, der kommer trætte i institution, og som ikke kan sove om aftenen, når forældrene forsøger at putte dem, skal findes i, at forældre og institution får et endnu tættere samarbejde omkring børnenes søvn, end de allerede mange steder har i dag.

”Søvn kan skabe frustration både i hjemmene og i institutionen, men det er slet ikke nødvendigt,” siger Karen Kildahl.

Karen Kildahl har gennem sit arbejde som søvnvejleder haft over 2.000 familier gennem hænderne og vejledt dem i at få deres børn til at sove bedre. Sideløbende med det har hun gennemtrawlet meget af den forskning og viden, der findes om søvn.

Søvnens matematik

Karen Kildahl har brugt sin opsamlede viden til at udvikle en metode, som hun kalder søvnens matematik. Søvnens matematik er skabt med udgangspunkt i, at vi alle har et søvnbehov, som afhænger af, hvor gamle vi er.

”Man ved for eksempel, at et barn på 18 måneder cirka skal sove 13 timer i døgn. Det, som man gør i søvnens matematik, er, at man tager udgangspunkt i, hvor mange vågne timer barnet har. For Anne på 18 måneder betyder det, at hun har 11 vågne timer, fordi hun jo sover 13 timer,” siger Karen Kildahl.

Når man er 18 måneder, så kan man være vågen cirka fem-seks timer ad gangen.

”Man skal hjælpe børn til at sove det, som de har brug for, men at søvn avler søvn og bliver ved med at avle søvn er ikke rigtigt. Når børn sover sin nattesøvn plus en for lang lur, så påvirker det kvaliteten af den næste nats søvn, og så bliver barnet mere træt.”

”Hvis man hjælper barnet med at være vågen nogenlunde lige lang tid på hver side af luren, så hjælper man barnet med at få den rytme, som vi anbefaler til voksne, hvor man er vågen 16 timer og står op og går i seng på nogenlunde samme tidspunkt. Min erfaring er, at man kan hjælpe barnet til at få den rytme ved at planlægge sammen med forældrene,” siger Karen Kildahl og tilføjer:

”På grund af signalstoffet adenosin, som kroppen udskiller, så er det optimalt, hvis der er nogenlunde lige lang vågentid på hver side af luren. Vi ved nemlig, at børn, der sover igen, kort tid efter de er vågnet og har lang vågentid længere på dagen, bliver kulrede om aftenen. Overtrætheden gør, at de har svært ved at sove. Disse børn vil også stå tidligere op om morgen pudsigt nok,” siger hun.

Der er lavet meget forskning i søvn hos voksne, men da det ikke er etisk forsvarligt at lave forsøg på børn, så har man ikke sikker viden om, hvorvidt de samme mekanismer, der gør sig gældende for voksne, også gælder børn. Karen

Kildahl baserer den viden, hun har om børns søvn på de erfaringer, som findes i litteraturen samt gennem de mange tilbagemeldinger og erfaringer, hun har fået fra de familier, som hun vejleder gennem sit arbejde hos den private virksomhed Babyinstituttet, der vejleder forældre.

Forskellige sovetider

Søvnens matematik tager udgangspunkt i, hvornår det enkelte barn står op, og medregner, hvor lang en lur det enkelte barn sover. Derfor vil det enkelte barns lur-tidspunkt være forskellig, da alle børn jo ikke vågner på det samme tidspunkt hver dag og sover den samme længde middagslur. Det er dog udgangspunktet for søvnens matematik, at børn på den samme alder har brug for den samme mængde af søvn i løbet af et døgn.

”Hvis Anne står op klokken seks om morgenen, skal hun puttes hen ad 11.30. Det kan være, at hun er sådan et barn, der sover tre timer til middag. Og det er rigtigt fint, men så mangler hun stadig 5,5 timers vågentid, og det betyder, at hun skal sove klokken 20,” forklarer Karen Kildahl.

Ganske anderledes kan det for eksempel se ud for Malthe. Han står op klokken fem og sover kun halvanden time til middag. Malthes lur ligger tidligere på dagen, fordi han står op tidligere, og så sover han kun halvanden time. Det betyder ifølge søvnens matematik, at han nærmest skal sove omkring klokken 18. ●

”Ligesom et barn der spiser enorme mængder eftermiddagsmad ikke spiser aftensmad, vil et barn, der har sovet tre timer til middag ikke nødvendigvis have et søvnpres, som giver god søvn om natten også”

- ◉ "Det er ikke noget problem hjerne-mæssigt. Der, hvor problemet opstår er, hvis børn sover for meget eller for lidt," siger Karen Kildahl.

Søvn avler ikke søvn

Når Karen Kildahl vejleder familier med børn mellem nul-fem år, fortæller de nogle gange, at institutionen sammenkæder en god middagslur med at få en god nats søvn.

"Man skal hjælpe børn til at sove det, som de har brug for, men at søvn avler søvn og bliver ved med at avle søvn, er ikke rigtigt. Når børn sover sin nattesøvn plus en for lang lur, så påvirker det kvaliteten af den næste nats søvn, og så bliver barnet mere træt," siger Karen Kildahl.

Karen Kildahl har set eksempler på, at det pædagogiske personale putter et barn, der kommer træt i institution, og lader det sove, indtil det ikke kan længere.

"Sover barnet for få timer i døgnet er det helt rigtigt, at søvn avler mere søvn, men fakta er bare, at nogle børn sover for lidt i døgnet, fordi man ikke hjælper dem ind i en mere hensigtsmæssig rytme. Og fordi man ikke kan tvinge børn til at sove, må man nogle gange tvinge dem til at være vågne for at få brudt rytmen og få dem op på den mængde søvn og den rytme, som gør, at hele døgnet fungerer," siger Karen Kildahl.

"For at hjælpe børnene til at opnå en optimal udvikling, så kræver det, at man tager individuelle hensyn til det enkelte barn."

Hun påpeger, at det kan starte en negativ spiral, hvis barnet sover for længe til middag, fordi forældrene så først kan få barnet til at sove klokken 22 eller 23.

"Det er klart, at når man kun er halvandet år, så er man rigtigt træt, når man kommer i institution efter kun at have sovet otte timer om natten. Det betyder,

"Sover barnet for få timer i døgnet er det helt rigtigt, at søvn avler mere søvn, men fakta er bare at nogle børn sover for lidt i døgnet, fordi man ikke hjælper dem ind i en mere hensigtsmæssig rytme. Og fordi man ikke kan tvinge børn til at sove, må man nogle gange tvinge dem til at være vågne for at få brudt rytmen og få dem op på den mængde søvn og den rytme som gør at hele døgnet fungerer."

at barnet kompensations-sover i dagtimerne."

Individuelle soveplaner

Det er Karen Kildahls erfaring, at man kan sikre, at det enkelte barns rytme ikke skrider, ved at institutionen og forældrene i samarbejde laver søvnens matematik og på den måde tilrettelægger det enkelte barns soveplan.

"For at hjælpe børnene til at opnå en optimal udvikling, så kræver det, at man tager individuelle hensyn til det enkelte barn," siger Karen Kildahl.

Karen Kildahl understreger, at man ikke skal vække børn i tide og utide, da det er vigtigt at værne om børns søvn, men efter hun selv har sat sig ind i litteraturen og forskningen om søvn, har hun erfaret, at søvn er mere kompliceret, end at det giver mening at have en nul-vækkepolitik.

"Jeg har søgt bredt, dybt og højt. Der er mig bekendt ingen forskning, der peger i retning af, at nul vækning er vigtigt. Det er, hvor meget vi sover, der betyder noget. Jeg oplever hos mange af de familier, jeg vejleder, at nul vækning kan give store problemer," siger Karen Kildahl.



Hvad de forskellige typer søvn gør for barnet

Videnskaben inddeler søvn i fire faser:

Fase 1. Let søvn – NREM. Her glider barnet langsomt ind i søvnen og vækkes derfor også nemt. En del vil påstå, at de slet ikke sover her. Muskelaktiviteten nedsættes.

Fase 2. Andet stadie af let søvn NREM. Her glider barnet et lag dybere ned i bevidstheden, og hjernebølgerne bliver langsommere. En stor del af søvnen foregår i den lette søvn. Den lette søvn arbejder på vores hukommelse, og man kan sige, at her flyttes viden, vi har fået i dagens løb, fra USB-stikket op på harddisken. Det er også her, at børn, der over sig på nye bevægelser, virkelig får glæde af søvnen.

Fase 3. Dyb søvn (NREM). Her er vi så dybt, som man kan komme under søvnen. Hjernebølgerne bliver på et EEG signal store og meget langsomme. EEG er en måling af hjernens elektriske signaler. Muskelaktiviteten er under dyb søvn minimal, og vi er svære at vække. Faktisk mener man, at mennesker, som vækkes i dette stadie, er 30 minutter om at genvinde deres fulde hjernefunktion. Den dybe søvn er vores hjernes rengøringskone. I dette stadie bliver der ryddet op og gjort rent. Hjernen skylles bogstaveligt talt ren af cerebrosproinalvæske. Flere gram skidt



Søvnbehov

1 år	13-14 timer
2 år	13 timer
3 år	12 timer
4 år	11,5 time
5 år	11 timer
6 år	10,5 – 11 timer

Kilde: Karen Kildahl.



“Naturlig” rytme kan forhindre trivsel

Karen Kildahl bruger Signe på to år som eksempel. Hun sover tre timer i vuggestuen. Hun sover meget tungt, for hun sover ikke så meget om natten. Signes forældre kan ikke få hende til at sove før kl. 23 om aftenen, og de sidste timer inden puttetid er nærmest en brydekamp.

“Vuggestuen ser en træt pige i dagstid og lader hende naturligvis sove. Men det betyder, at Signe kun sover otte timer natten. Og med sine tre timer i dagstid kan hun kun skrabe sig op på 11 timers søvn i døgnnet,” siger Karen Kildahl.

Hun mener, at løsningen er, at man vækker Signe efter 1,5 times middagslur, for så ville forældrene angiveligt kunne putte Signe kl. 19, og så ville hun pludselig sove 11,5 timer om natten, have brug for mindre søvn i dagstid og sove 13 timer i døgnnet.

“Vækningen giver bedre balance i søvnens signalstoffer og flere timer på døgnbasis. For slet ikke at tale om bedre aftener i familien,” siger Karen Kildahl.

Karen Kildahl er uddannet jordemoder. Hun er nu ansat hos den private virksomhed, Babyinstituttet, hvor hun vejleder forældre til børn mellem 0 og fem år i blandt andet søvn. Hun har gennem de seneste år haft mere end to tusinde børn gennem hendes rådgivning.

om dagen. Når hjernens USB-stik er fyldt, skal stikket renses. Noget skal slettes. Vi skal jo ikke huske alt, vi oplever. Faktisk vokser hjernen, mens vi er vågne og tager stimuli ind, men under søvnen skrumper hjernen, så der bliver plads til nye ”data”. Ellers ville der ikke være plads sådan helt fysisk, derfor ved man også, at man lærer dårligere, hvis man ikke har sovet. Og man husker dårligere det, som man har lært, hvis man sover dårligt bagefter. Hjernen producerer store mængder dyb søvn først på natten. Jo længere ud på morgenen, vi kommer, jo mindre dyb søvn.

Fase 4. REM. Nogle børn vågner efter dyb søvn. Måske efter 20 minutters lur. Nu bliver søvnen nemlig igen lettere end i andet stadie af den lette søvn. Denne fase af søvnen hedder REM søvn. REM står for ”Rapid eye movement” og kan kendes på, at øjnene bevæger sig hurtigt bag øjenlågene. Det er interessant, at hjernen her er lige så aktiv, som når vi er vågne. Til gengæld er kroppen lammet. Det er smart nok, så vi ikke udlever det, som vi drømmer. REM-søvnen bidrager til vores kreativitet, læring, den hjælper os med at organisere, forudse fare og finde gode løsninger. Meget REM søvn ligger i tiden ud på morgenen. Derfor er der også mange børn, som vågner netop i REM-søvnen meget tidligt ud på morgenen. REM-søvnen er også en stor medspiller i at kalibrere vores følelser. Den forbinder gamle oplevelser med nye og ”punkterer” svære følelser.

Karen Kildahl kunne komme på mange eksempler, hvor den ”naturlige” rytme forhindrer trivlsen. Man ved fra forskningen, at voksnes søvn kan placeres på mange måder, uden at det har konsekvens for hjernen, men at det er vigtigt, at hjernen får søvn nok og får sine søvncyklusser uden for mange forstyrrelser. Derfor skal man vække med respekt for søvnens stadier og ikke vækkes i dyb søvn. Her er hjernen nemlig 30 minutter om vende tilbage til normal.

“For nogle er et døgn med tre timers lur og 10 timers nat en fantastisk løsning. Det er jo bare perfekt. Jeg taler både med frustrerede forældre og pædagoger om nulvækkepolitikens fordele og ulemper. Jeg forstår begge sider. Men jeg vil godt slå et slag for at vi altid kigger på barnet, trivlsen ●

LFS har knap 12.000 medlemmer, som alle arbejder med pædagogik i den ene eller anden form. Du kan i denne serie møde en række LFS'ere og læse om, hvordan de havnede i netop deres job.

MEDLEMSPORTRÆT

Har du en kollega, som du synes, vi skal portrættere, eller har du selv en historie at fortælle, så kontakt redaktionen på ifsnyt@ifs.dk.

JEG ER DAGP I HJERTET

”Jeg genopstiller ikke til forretningsudvalget på Repræsentantskabsmødet i november. Det er med vemod, og jeg kommer til at savne LFS og hele dagplejeområdet. Men jeg bliver 67 i september, og jeg har en mand med et svigtende helbred. Han trænger til, at jeg får mere tid derhjemme. Jeg må da også indrømme, at jeg glæder mig til at få flere kræfter og mere tid til at nyde livet, herunder min strikkeklub og alle mine børnebørn. Men jeg kommer til at være del af Seniorklubben i LFS, ingen tvivl om det.”

”Det sjove er, at det altid har ligget i kortene, at jeg skulle arbejde med børn. Alligevel skulle jeg en række omveje først. Da jeg var barn, var jeg altid den, der var babysitter for naboernes børn, og hvis jeg ikke var det, gik jeg tur med deres hunde. Mit største barndomsønske var at få et børnehjem, når jeg blev voksen. Senere fandt jeg ud af, at jeg ville være forsorgspædagog, som det hed dengang, og arbejde med handicappede børn. Jeg nåede da også at være både forpraktikant i en børnehave og ung pige i huset hos en daginstitutionsleder. Men jeg var gået ud af 10. klasse og skulle søge ind på seminariet i kvote 2. Det var meget mere eftertragtet at blive pædagog dengang, og jeg skulle samle mange points for at komme ind – så jeg mistede tålmodigheden.”

”Jeg fandt ud af, at det da også kunne være interessant at arbejde i butik, så jeg søgte og fik en læreplads i Daells Møbelhus. Jeg blev faktisk uddannet bolig- og indretningsarkitekt. og endte med at arbejde i Daells i adskillige år med en afstikker til Illums boligafdeling. Undervejs blev jeg tillidsrepræsentant. Det er ikke fordi jeg kommer fra et hjem med tradition for fagpolitisk aktivisme. Men min far var tolder og socialdemokrat, så det politiske var ikke helt fremmed for mig. Når jeg blev tillidsrepræsentant, var det nok først og fremmest fordi jeg ikke kan tie stille, og fordi jeg altid har en mening om tingene. Det var meget lærerigt at være tillidsrepræsentant i det private, og jeg hentede en masse erfaring, som jeg har kunnet drage nytte af senere.”

”Jeg fik min ældste søn Thomas i 1978, og dengang var barselsorloven på tre måneder. Heldigvis kunne min mor passe ham de første måneder. Men jeg var helt overbevist om, at min søn skulle i dagpleje, så da kommunen tilbød mig en vuggestueplads stillede jeg mig på bagbenene – nej tak! Jeg var opvokset med en nabo, som var dagplejer, og det forekom mig så naturligt, at så bittesmå børn skulle i dagpleje. Det lykkedes da også at få en plads til Thomas og senere også til Martin, da han blev født i 1981.”

LEJER LANGT IND

”Da Thomas skulle i skole og Martin i børnehave, kom jeg til en skillevej. Jeg har altid sagt, at mine børn ikke skulle have ”to arbejdspladser”, så jeg ville gerne være hjemme, når Thomas kom hjem fra skole. Så jeg søgte ind som dagplejer, og det var som at komme hjem. Jeg trives helt fantastisk godt, og det gjorde mine børn også. Jeg havde de små med hen i børnehaven for at hente Martin, og de legede lidt med i sandkassen sammen med de store børn – for det måtte man godt dengang – og alle var glade.”

”Jeg havde jo erfaring med TR-arbejde, så jeg blev tillidsrepræsentant for dagplejerne i Rødovre, og i 1997 blev jeg også opfordret til at blive områdeformand for dagplejerne. Det var dengang, LFS opløste kredsene til fordel for områder, og jeg havde et månedligt frikøb på fem dage, samtidig med at jeg passede dagplejebørn. Det var en frustrerende periode, hvor jeg ikke syntes, jeg slog til nogen steder, og hvor jeg manglede at være fuldgældigt del af et arbejdsfællesskab. Så jeg er meget enig i, at områdeformænd skal være fuldtids frikøbt. Det gør en kæmpe forskel i kvaliteten af arbejdet. Da jeg blev opfordret til at stille op til forretningsudvalget i 2002, sagde jeg ja, selv om jeg havde lidt svært ved at se mig selv som fuldtidspolitiker; jeg har altid set mig selv mere som et menneske, der trives bedst ”på gulvet”. Jeg syntes heller ikke, at jeg havde forstand på det der politik, som jeg opfattede som ret højtravende. Britt Petersen fik imidlertid overbevist mig om, at politik ikke bare er ideologiske paroler, men de dagligdags fagpolitiske kampe. Og dem identificerer jeg mig jo fuldt ud med. Og nu er det blevet til 19 år i LFS.”

”Det er en hjertesag for mig, at dagplejen er et fantastisk tilbud, som der bør værnes om. Der er også virkelig mange forældre, der ser værdierne, og de skelner ikke mellem private børnepassere og kommunale dagplejere. Det bekymrer mig, at vi har den vækst blandt de private børnepassere, for jeg tror i bund og grund på, at det bør være en offentlig opgave. De private børnepassere er heller ikke altid bevidste om, at de står helt uden beskyttelse og sikkerhedsnet, hvis noget går galt. De kommunale arbejdsgivere bør virkelig tænke over de arbejdsforhold og rammer, de tilbyder deres dagplejere, hvis de vil bevare denne unikke pasningsordning.”

Navn: Pia Borggaard Ludvigsen

Alder: 66 år

Arbejdssted: Valgt medlem af forretningsudvalget i LFS

Bonusinfo: Bor med sin ægtemand i Rødovre, hvor hun har boet hele sit liv på skiftende adresser. De to sønner, som bor inde for en radius af fem kilometer med deres familier, har beriget familien med tilsammen fem børnebørn i alderen 6 til 16 år, som Pia er tæt knyttet til, og som hun har fulgt tæt gennem hele deres opvækst. Pia ses sjældent uden et håndarbejde, og hun er kendt for at kunne rådgive og vejlede i selv de mest komplicerede strikke- og hækleopgaver, lige som kolleger og samarbejdspartnere med jævne mellemrum nyder godt af hendes store produktion.



BEKYMREDE FOR UNGE RUSMIDDE

Behandlerne i U-turn undrer sig. Efter covid-19 er der nemlig lavere efterspørgsel på U-turns intensive daggruppebehandlingsforløb for helt unge, der bruger mange rusmidler, og som bliver væk fra skolen. "Vi er bekymrede for, om der er et mørketal, der er gået under radaren," siger teamkoordinator og behandler Hossein Habibian.

Der plejer at være smæk på i U-turns daggruppe, som er et intensivt og helhedsorienteret behandlingstilbud for 14-18 årige, der har et bekymrende forbrug af hash, alkohol og stoffer, og som er karakteriseret ved højt skolefravær.

Men køen er ikke nær så lang, som den plejer at være, og det bekymrer behandlerne Hossein Habibian og Bo Engelgaard.

"Vi har en teori om, at det kan være covid-19, der fortsat trækker spor. For det er typisk fravær fra skole, der gør, at myndigheder eller forældre reagerer og beder om hjælp til den unge. Men de unge har meget bedre kunnet putte sig under nedlukningerne," siger Bo Engelgaard.

Misbrug eller mistrivsel

Bo Engelgaard finder det usandsynligt, at der pludselig skulle være væsentligt færre unge, der har brug for et intensivt tilbud.

"Vi oplever tvært om blandt de unge, at der er kommet nye stoffer til: Der er blandt andet flere og flere unge,

Det er børn og unge af begge køn, der søger hjælp i U-turn, og de kommer fra alle typer familier og miljøer. Dog er de minoritetsetniske unge underrepræsenteret. "Vi har dem i rådgivningen, men hvis unge under 18 år skal indskrives i daggruppebehandling, skal vi have forældresamtykke, og det kan i nogle mange tilfælde være en afgørende forhindring at skulle indvie forældrene i, at de har brug for hjælp til deres rusmideldforbrug," fortæller Hossein Habibian.

der er begyndt at bruge benzodiazepiner, det vil sige receptpligtig beroligende medicin, som de køber på det sorte marked. Det er stærkt bekymrende, for det er enormt vanedannende," siger Bo Engelgaard.

Det er dog stadig hash, der dominerer billedet hos ungegruppen, der kommer i U-turn. Ofte suppleret med alkohol og diverse andre stoffer.

For behandlerne i U-turn er forbruget af rusmidler dog mere et symptom, end det er målet for behandlingen. Som Hossein Habibian udtrykker det, kan man diskutere, om arbejdet med rusmiddelbehandling ikke i lige så høj grad handler om mistrivselbehandling.

Rusmidler som redningsvest

"Der er masser af store børn og unge, som prøver kræfter med hash og alkohol, men som lever normale ungdomsliv. Vores unge har typisk en bagage med problemer, som gør, at rusmidlerne kommer til at tage overhånd. De har oplevet mobning, skolevanskeligheder og ofte også svigt i hjemmet. Vores opgave er at hjælpe dem med at få ro på deres tilværelse, så der bliver plads til at finde ud af, hvad der egentlig er galt," siger Hossein Habibian.

Nogle unge hører selv om U-turn og dukker op i døren i Studiestræde, mens andre følges derhen af forældre, sagsbehandler eller andre professionelle. De



MØRKETAL AF HELT LBRUGERE



unge, der vurderes til at have behovet, får tilbud om at blive indskrevet i rusmiddelbehandling i Daggruppen, som er et intensivt forløb på mellem seks og otte måneder, hvor den unge får intensiv psykosocial støtte samtidig med lovpligtig undervisning i dansk og matematik.

Toppen af isbjerget

"Rusmidlerne er bare toppen af isbjerget. Under overfladen er der ensomhed, mindreværd og manglende sociale kompetencer. Så det arbejder vi med, og mønsteret er, at rusmidlerne fylder mindre, jo bedre den unge lykkes og står på egne ben," siger Hossein Habibian, der dog understreger, at der ikke er nogen nemme løsninger.

"De har som oftest været ude af skolesystemet i lang tid og har store huller, der gør, at de ikke bare kan sluses ind i det ordinære skolesystem igen. Så en del af vores arbejde er at hjælpe dem videre i praktikker og særlige skoletilbud, hvor de kan få støtte til deres ungdomsliv. Det er derfor, det er vigtigt, at børn får hjælp så hurtigt som muligt. Det er svært at komme tilbage på sporet, hvis man har følt sig dømt ude og derfor har fravalgt skolen og alt det, der hører med." ●

"Alle vores unge har haft problemer med skolen. Nogle har haft op til 10 skoleskift. Men under covid-19 blev der ikke registreret fravær, og mange kom ikke til eksamen. Derfor kan der være et stort efterslæb af unge, der er gået under radaren," siger Bo Engelgaard.



U-turn

U-turn, som har adresse i Studiestræde 47, retter sig først og fremmest mod københavnere under 25 år, som har et problematisk forbrug af rusmidler. U-turn tilbyder derudover hjælp til forældre/pårørende samt professionelle, der arbejder med børn og unge. Alle U-turns tilbud er gratis.

Den anonyme rådgivning tager imod alle, der henvender sig personligt eller telefonisk. Vejen ind i U-turn kan gå igennem den åbne anonyme rådgivning eller ved direkte henvendelse til daggruppeteamet. Den unge kan selv henvende sig til U-turn, men kontakten kan også ske gennem familie, sagsbehandlere, lærere, pædagoger eller andre professionelle.

U-turn tilbyder sparring til professionelle og afholder forskellige kurser omkring unge og rusmidler. Mere information på www.uturn.kk.dk. Kontakt 8256 2300 eller uturn@kk.dk.



SÅDA FO



Tina Brandt (tv.) og Louise Klinge kombinerer i deres nye fælles bog deres erfaringer. Tina Brandt har været daginstitutionsleder, mens Louise Klinge er forsker i relationer mellem børn og fagpersoner.

N SKABER DU ET GODT RÆLDRESAMARBEJDE

”Jeg ønsker, at pædagogerne bliver mere bevidst kompetente i forhold til, at nogle helt konkrete ord og handlinger er bedre end andre. Og jeg ønsker, at de bliver lidt mindre ydmyge. Når kommunen sender et nyt koncept ud, eller der kommer nogle konsulenter og fortæller dem, hvad de skal gøre, så må de gerne stole lidt mere på deres egen faglighed, for det er dem, der står i det hver dag,” siger tidligere dagtilbudsleder Tina Brandt. Hun er medforfatter på en bog om pædagogens relationskompetence, der netop er udkommet.

Relationer mellem mennesker består af så mange forskellige elementer, at de er komplekse at forstå.

Men den nye bog ”Pædagogens relationskompetence – Kendetegn og betingelser” går gennem en lang række praksisnære eksempler i dybden med alle de helt fine processer i det pædagogiske arbejde, som gør, at børn udvikler sig og trives. Bogen kommer desuden med forslag til, hvordan man kan skrue op for det, der virker.

Bogen kombinerer praksisnær forskning med virkeligheden i daginstitutionerne. Den ene af bogens forfattere, Tina Brandt, kender daginstitutionsverdenen indefra gennem et langt arbejdsliv, som pædagog og daginstitutionsleder. Hun blev landskendt, da hun som konsekvens af forholdene sagde op som leder af Børnehuset Hurlumhej i dokumentaren ”Hvem passer vores børn”. Den anden forfatter, Louise Klinge, har i mere end 10 år forsket i relationer mellem børn og fagpersoner.

Kompetent forældresamarbejde

Det er ikke kun pædagogens relationskompetence i samspillet med børn, som man i bogen kan læse om, men også hvordan den kommer til udtryk i samarbejdet med børnenes forældre.

”Forældresamarbejdet og vigtigheden heraf er desværre overset både i uddannelsen af pædagoger og i den pædagogiske praksis. Det er bekymrende, fordi forældre og pædagoger sammen og hver for sig har afgørende betydning for, hvordan et barn udvikler sig og trives, og for hvordan barnets to verdener hænger sammen,” kan man læse i bogen.

Tina Brandt peger på, at der ligger uendelige mængder af viden hos forældrene, som kan hjælpe til at forstå et barns udtryk og adfærd. Det gælder viden og erfaring om barnets liv uden for institutionen. Kendskab til familiens normer og værdier, rutiner, glæder og udfordringer vil med andre ord gøre det pædagogiske personales arbejde lettere. ▶

- Det er et lovkrav, at det fremgår af den pædagogiske læreplan, hvordan dagtilbuddet samarbejder med forældrene om børns trivsel, læring og udvikling. Men i et forskningsprojekt fra 2015 angiver pædagoger forældresamarbejdet som det mindst vigtige at prioritere, når de ikke kan nå alt.

I en undersøgelse fra tænketanken DEA har man spurgt 350 dagtilbudsledere om deres oplevelser med at ansætte nyuddannede pædagoger. Af den undersøgelse fremgår det, at lederne oplever, at forældresamarbejdet er særligt udfordrende for nyuddannede.

“Rammer og regler bør altid tage udgangspunkt i pædagogiske argumenter. De må ikke være så bundne, at de ikke til enhver tid kan forandres, hvis der er gode grunde til det.”

Tre behov

Louise Klinge og Tina Brandt trækker i deres bog på de amerikanske psykologer Edward Deci og Richard Ryan, som gennem årtiers undersøgelser med forskere fra store dele af verden har påvist, at alle mennesker har tre psykologiske behov, vi skal have opfyldt, før vi trives og udvikler os optimalt. Det er behovene for at opleve autonomi – at vi har en indflydelse på vores eget liv. At opleve kompetence – at vi kan håndtere de udfordringer, som vi står overfor. Og at opleve samhørighed – at vi hører til og er vigtige for et fællesskab. Det gælder for børn, men også for børnenes forældre.

“Man kan imødekomme forældrenes autonomibehov ved at sørge for tydelighed, gennemsigtighed og give gode grunde bag regler og forventninger. Det giver en oplevelse af meningsfuldhed, som er helt afgørende for, at mennesker kan tilslutte sig noget – og dermed opleve autonomi” er en af pointerne, som de to forfattere bruger teorien til at komme med.

Tydelige rammer

Man kan være tilbøjelig til at tro, at forældre selv kan regne ud, hvorfor der er regler om det ene eller andet, men det kan de ikke nødvendigvis. Det er institutionen, det vil sige lederen og personalet i fællesskab, og eventuelt i samarbejde med forældreråd eller bestyrelse, der beslutter regler eller rammer.

“Rammer og regler bør altid tage udgangspunkt i pædagogiske argumenter. De må ikke være så bundne, at de ikke til enhver tid kan forandres, hvis der er gode grunde til det. Forældre bør til stadighed have mulighed for at kunne stille spørgsmål til institutionens praksis,” siger Tina Brandt og lægger vægt på, at det altid er de professionelle, som både har ansvaret for at gøre opmærksom på rammerne på en måde, som ikke gør forældrene forkerter, og for at imødekomme forældrenes eventuelle ønske om at få en forklaring på en bestemt regel eller praksis i institutionen.



Relationskompetent praksis over for forældre

- Smil, og vær imødekommende over for forældrene.
- Øv dig i forældrenes navne, og brug dem
- Lyt aktivt – nik- små anerkendende tilkendegivelser.
- Position: Vær så vidt muligt i øjenhøjde. Hvis du sidder ned, og forælderen står, så rejls dig. Agér omsorgsetisk
- Vær rollemodel: Tal respektfuldt om alle børn og andre forældre. Indrøm, hvis du har taget fejl af noget.
- Bekræft noget positivt i forældrene: Selvom Mayas mor måske ikke altid har styr på skiftetøjet, så sig det højt, den dag, du oplever, at hun har købt nyt regntøj i den rette størrelse: “Hvor er det dejligt, at du har sørget for, at Maya kan lege ude, selvom det regner.”
- Lad forældrene praktisere et etisk ideal: “Vil du lave kaffe til forældremødet?” “Jeg har lagt mærke til, at du interesserer dig meget for dagligdagen i institutionen. Var det ikke noget for dig at stille op til bestyrelsen?” “Jeg synes, det er svært for Asger at sige farvel om morgenen i øjeblikket. Jeg har brug for, at vi sammen finder ud af, hvordan vi gør det bedst for ham.”
- Indgå i dialog med forældrene: “Jeg vil gerne tale med dig om, hvorfor vi tager på ture på den måde, vi gør. Lige nu skal jeg dog have en gruppe med til rytmik. I morgen er jeg her ti minutter i ni. Hvad siger du til, at vi taler sammen dér?”

Kilde: Tina Brandt og Louise Klinge



Pædagogens Relationskompetence

– **Kendetegn og betingelser** er udgivet på akademisk forlag, som en del af EDUK-serien, som giver viden til fagprofessionelle, studerende, ledere og beslutningstagere inden for det pædagogiske område om, hvordan man kan understøtte børn og unge, så de har det godt, mens de vokser op og videre i livet som livsduelige, kompetente og ansvarsfulde borgere.

Vejledende pris: 240 kr.

Understøt forældrenes kompetencebehov

Forudsigelighed og tydelige forventninger er med til at gøre forældrene trygge ved det pædagogiske personale og institutionen og muliggør, at de oplever sig kompetente. Tina Brandt peger på, at nyhedsbreve er en mulighed for at imødekomme forældrenes behov for at føle sig kompetente.

Man kan bruge nyhedsbreve til på en anerkendende måde skabe en tydelig struktur, udtrykke positive forventninger og stille opgaven klart og tydeligt ved for eksempel at henstille til, at forældrene taler sammen ude i garderoben.

”Når voksne mennesker står op og taler med hinanden på en stue, er det ekstremt forstyrrende for de børn og voksne, der er i gang med at lege, spille spil eller andre aktiviteter. Er et barn mødt klokken 7, vil det klokken 9 have oplevet op til 21 gange, at en forælder kommer med sit barn. Mange børn og forældre ankommer samtidig, og forældrene vil gerne enten hygge sig med at tale med hinanden eller ud-

”Man kan godt være personlig uden at blive privat. Det betyder ikke, at pædagogen som den professionelle kan bruge forældrene som fortrolige. Pædagogen må aldrig glemme den asymmetriske relation.”

veksle beskeder og hyggesnakke med personalet,” skriver Tina Brandt og Louise Klinge i bogen.

Giv noget af dig selv

For at imødekomme forældres samhørighedsbehov kan det pædagogiske personale, når det er muligt, spørge ind til forældrenes øvrige liv.

”Det kan være mormors sygdom eller det nye arbejde. Det vil ikke blive opfattet som utidig indblanding og nysgerrighed. Pædagogerne er tit tæt på familierne, fordi de er vidner til alle aspekter af familiens liv, sygdom, skilsmisser, flytninger, mærkedage og så videre,” skriver Tina Brandt & Louise Klinge. De opfordrer til, at man også som professionel deler lidt ud af sig selv.

”Man kan godt være personlig uden at blive privat. Det betyder ikke, at pædagogen som den professionelle kan bruge forældrene som fortrolige. Pædagogen må aldrig glemme den asymmetriske relation. At det er pædagogen, som er på arbejde og i sidste ende har magten til at gribe afgørende ind i familiernes liv, for eksempel ved at underrette de sociale myndigheder om bekymringer.” ●



Understøt forældrenes behov for autonomi:

Forældrenes autonomibehov understøttes bl.a. gennem inddragelse og valgmuligheder. Lad forældrene få så mange valg og så megen indflydelse som overhovedet muligt:

- “Har du nogle ønsker til, hvilken børnehavestue dit barn skal gå på, når det flytter fra vuggestuen?”
- “Vi vil gerne have Oliver med på aktiviteten med løbicykler, hvad synes du om det?”
- “Vi kunne godt tænke os at hjælpe Olga med at få smidt bleen. Hvordan ser det ud hjemme hos jer i forhold til at give det den tid og opmærksomhed, der er brug for?”

Kilde: Tina Brandt og Louise Klinge

En stram struktur skab

Børnehuset Nykløveret på Frederiksberg har på trods af stramme rammevilkår skaffet sig overskud til at arbejde systematisk med Marte Meo og holde ugentlige teammøder og stuemøder. Opskriften er minutøs planlægning – og at inddrage alle pædagogiske medarbejdere, uddannede som ikke uddannede.

Hver tirsdag, onsdag og torsdag klokken 12.15 finder en sindrig rocade sted i Børnehuset Nykløveret. Nogle medarbejdere haster til møde, mens andre indtager deres på forhånd aftalte roller rundt omkring i huset.

Der er nemlig tre faste medarbejdermøder fra klokken 12.15 til 13.00 hver uge: Teammøde for henholdsvis de tre børnehavegrupper og vuggestuegrupper, stuemøder og så Marte Meo tilbagemeldingsmøder.

Mødesystemet kan kun lade sig gøre på baggrund af en minutøs planlægning, understreger leder Thomas Cederblad:

”Det højner vores kvalitet, at vi får mulighed for at tale om pædagogik, og at vi arbejder så systematisk med Marte Meo. Men det må ikke gå ud over

børnene. Derfor har vi detaljerede planer for, hvem der afløser hvornår, så børnene ikke møder nye ansigter,” siger Thomas Cederblad.

Risen skal helst ikke brænde på

Det kræver både præcision og en smule held at overholde mødestrukturen.

”Hvis risen brænder på, så maden bliver forsinket, så ryger planlægningen. Men der er enighed om, at det er værd at prioritere. Udgangspunktet var oprindeligt, at medarbejderne følte behov for mere tid til at tale pædagogik. Så vi satte os i MED og lagde vores time puslespil om. Vi har fx skåret en halv time af vores fælles personalemøde, som ligger uden for åbningstid, for at skaffe mere tid til møder i dagtimerne,” fortæller Thomas Cederblad, der faktisk er stolt af, at det lykkes at arbejde systematisk med Marte Meo inden for de bestående rammer.

Minus fnidder i krogene

Mille Thomsen er pædagogmedhjælper i Nykløveret, og hun er ikke i tvivl om, at det store fokus på faglighed skaber god trivsel.

”Vi har et lavt sygefravær, og der er ikke fnidder i krogene. Jeg tror, det handler om, at vi rent faktisk har tid til at tale fagligt sammen. Men det handler også om, at vi via Marte Meo har lært at reflektere sammen, og at vi ser det positive frem for det negative,” siger Mille Thomsen, der har været i Nykløveret siden 2014, hvor institutionen blev til på baggrund af en sammenlægning af to andre børnehuse.

Nykløveret har arbejdet med Marte Meo siden begyndelsen, og Mille Thom-

”Vi bruger Marte Meo til at implementere pædagogik. Det kan kun lade sig gøre, fordi vi har prioriteret den mødestruktur, vi har,” siger leder Thomas Cederblad.



sen erkender, at det stadig efter otte år kan føles grænseoverskridende at blive filmet og at få optagelsen kommenteret af en af de tre Marte Meo uddannede pædagoger, som arbejder i Nykløveret.

På lige fod

”Man værner sig nok aldrig 100 procent til at se sig selv på film. Men det er helt klart det værd. Man får øje på nogle ting, man ellers aldrig ville have set,” siger Mille Thomsen.

I Nykløveret er pædagogmedhjælperne så vidt muligt med til alt på lige fod med de uddannede pædagoger, også hvad Marte Meo angår.

For Thomas Cederblad handler det om meningsskabelse og forståelse for det, man laver.

”Jeg forventer selvfølgelig mere af de uddannede. Men pædagogmedhjælperne er lige så meget sammen med børnene, og det handler også om at vande talenterne: Der er så store rekrutteringsproblemer, at det ville være decideret dumt ikke at gøre brug af de gode kræfter, der er. Jeg forsøger da også så vidt muligt at overtale vores pædagogmedhjælperne til at tage merituddannelsen,” siger Thomas Cederblad. ●



Marte Meo bruges helt systematisk i Nykløveret. Metoden bruges til at gå i dybden med enkelte elementer i læreplanerne, men den bringes også i anvendelse, hvis et barn eller en børnegruppe kræver en særlig opmærksomhed. Børnehavegrupperne har tilbagemeldingsmøde den ene uge, mens vuggestuegrupperne har den næste.

er tid til alt det bløde

"Vi har en åben kultur, hvor vi ikke er så bange for at sige tingene til hinanden. Jeg tror, det er resultatet af, at vi er vant til Marte Meo, hvor vi ser optagelser af hinanden og drøfter dem," siger Mille Thomsen.



Marte Meo

Marte Meo er en metode til observation, analyse og vurdering af kommunikations- og samspilssituationer. Det sker via videooptagelser af almindelige hverdagsituationer. Marte Meo-metodens filosofi er at tage udgangspunkt i det positive. På videoklippene ser man helt konkret på, hvad der sker i samspillet mellem de filmede personer, hvad der lykkes i samspillet, og hvad medarbejderne kan gøre mere af.

Kalender

22. august

Fyraftensmøde
om prekarisering
15.30 – 17.00
LFS kantinen
Tilmelding:
www.lfs.dk/15466



Forberedelse for
deltagere til FOAs
løntræf
17.30 – 18.30
LFS sal A
Tilmelding:
www.lfs.dk/15409

23. august

Almen-
bestyrelsesmøde
8.30 – 15.30
LFS sal A

24. august

Faglig fordybelse
– almenrådet
17.30 – 20.00
LFS
Tilmelding:
www.lfs.dk/15449

26. august

Dagplejens
ledersektion
09.00 – 12.00
LFS sal D

29. august

Hoved-
bestyrelsesmøde
9.30 – 16.00
LFS sal A

Dagpleje-
bestyrelsesmøde
18.00 – 21.00
LFS kantinen



1. september

Foredrag:
inkluderende fæl-
lesskaber mellem
skole og fritid
18.00 – 20.00
LFS sal A
Tilmelding:
www.lfs.dk/15185

2. september

DHL-stafetten
Fælledparken
Tilmelding:
www.lfs.dk/15418

15. september

Dagpleje-
bestyrelsesmøde
12.00 – 17.30
LFS sal D

Dagplejens
generalforsamling
17.00 – 21.00
LFS sal A
Tilmelding
(til spisning):
www.lfs.dk/15428



21. september

Almen-
bestyrelsesmøde
12.00 – 15.00
LFS sal A

Almenrådets
generalforsamling
17.00 – 22.00
Festsalen,
Arbejdermuseet
Tilmelding
(til spisning):
www.lfs.dk/15426

Har du også
kræft inde
på livet?

Som medlem af
Kræftens Bekæmpelse
får jeg særlig gode
forsikringer for kun
4 kr./md.



Sammenhold
betaler sig



Kræftens Bekæmpelse

Sandra, 31 år, kunde i TJM Forsikring

Læs mere på www.tjm-forsikring.dk/kraeftens-bekaempelse

TJM

Forsikring

LFS Senior

Klubben for førtidspensionister – efterlønnere og pensionister

Medlemsmøder:

Onsdag den 21. september kl. 10 fra Lyshøjgårdsvej (Valby Station)

Vi tager til Pederstrup ved Ballerup, hvor vi kan se den gamle købmand og smedje. Museet fortæller os om Storfyrstinde Olgas liv i Ballerup og viser hendes malerier. På økologiske Grantoftegård er der en hyggelig gårdbutik. Vi spiser frokost på "Konditorgården" kl. 13.

Betaling på 250 kr. for medlemmer og 350 kr. for gæster. Dette kan ske på vores møde den 24. august eller på bankkonto 5361 0687637 senest den 31. august.

Mandag den 24. oktober kl. 11 i LFS mødesal A, Sorøgade 6.

Kan bedstemor gå i cowboystøvler? Foredrag ved Camilla Lindemann.

Ekstrature:

Fredag den 2. september kl. 17.30. DHL 2022 i Fælledparken.

Seniorklubben har tilmeldt to gåhold. Strækningen er på fem km, og vi deler holdene i et hurtigt/langsamt gående hold. Tilmelding til Kirsten på telefon 4147 4922, Husk tøjstørrelse. Delta-gelse er gratis.

Tirsdag den 6. september. Tur til Immigrantmuseet i Farum

Vi mødes på Valby station, hvor vi tager linje B mod Farum kl. 10.08 med ankomst kl. 11. (Man kan også stå på toget ved Nørreport kl. 10.20). Vi sætter os forrest i toget.

Immigrantmuseet er Danmarks første og eneste museum for indvandringens kulturhistorie. Gennem en mosaik af historier tages vi med på en rejse i

fortællingen om 500 års indvandring i Danmark. Vi slutter på cafeen ved siden af museet. Der er gratis adgang til museet.

Onsdag den 5 oktober. Rundvisning på Christiania

Vi mødes ved hovedindgangen til Christiania på Prinsessegade kl. 11. Bus 2A til Holmen eller metro til Christianshavns Torv og derefter 2A ti Refshaleøen.

Vi mødes med en christianit, der fortæller om områdets historie og guider os rundt i ca. 1 ½ time. Vi kan spise sammen på Spiseloppen. Pris 60 kr. som skal medbringes i kontanter.

Husk: Ekstrature betaler man selv.

ifs.seniorklub@gmail.com

Udgivelsesplan 2022

Nummer	Deadline	Udgivelsesuge
7/2022	8. september	38
8/2022	6. oktober	42
9/2022	3. november	46
10/2022	1. december	50



Pia Bah 40-års jubilæum

Klyngeleder Pia Bah har 40-års jubilæum i Københavns Kommune.

Det fejres den 1. september 2022 fra kl. 15.00 til 17.00 i Havnen på Gamle Køge Landevej 3B, 5 sal, hvor der er åbent hus for såvel gamle som nye kolleger og samarbejdspartnere.



Et kor med højt til loftet – og plads til flere

Når LFS Koret mødes efter sommerpausen torsdag den 8. september, er det med ny korleder.

Det er Kristian Bach, som er en dreven korleder, der udover at lede to andre kor og står for fællessang på Vartov, også skriver og udgiver sin egen musik.

Han glæder sig til at møde korsangerne i LFS:

”Vi skal have det sjovt og dejligt, og så skal vi arbejde med de sange, som koret ønsker sig. Vi kommer selvfølgelig også til at synge nogle af de gamle arbejdersange, og det bliver en fornøjelse,” siger Kristian Bach, der har et lønligt håb om, at flere sangglade LFS’ere, herunder gerne nogle mandlige pædagoger eller pædagogmedhjælpere, melder sig, så der bliver endnu flere stemmer at lege med.

Han understreger, at den eneste forudsætning for deltagelse i koret er, at man har lyst til at synge.

”Jeg arbejder med noder, og man kan godt lære noder på begynderniveau, når man synger i kor hos mig, hvis man synes, det er spændende. Men det er intet krav,” siger Kristian Bach.

Tid og sted

LFS Koret øver torsdage kl. 17.30-19.00. Første mødegang efter sommerpausen er 8. september 2022. Koret holder til i LFS sal A med indgang fra Sorøgade 6.

Koret synger ofte til faglige og sociale arrangementer som fx juletræsfest og 1. maj.

Det er gratis at deltage, man skal blot være medlem af LFS.

Hvis du er interesseret eller har spørgsmål, er du velkommen til at kontakte Lisbeth Waidtløw på mail lisw@foa.dk eller telefon 46 97 16 53/30 94 81 34.