

Nyhedsbrev – medlemmer december 2025

Kære medlem

Vi i FOA Nordsjælland ønsker dig og din familie en rigtig glædelig jul og et godt nytår. Vi vil samtidig takke alle jer der er på arbejde når vi andre har fri i juledagene – jeres bidrag til velfærden er vi rigtig mange der sætter stor pris på.

I FOA Nordsjælland har 2025 været et år med fuldt fokus på vores store fagpolitiske dagsordener, som vi hver dag arbejder for, skal komme til gavn for dig som medlem. Vi arbejder hver dag med at arbejdsmiljøet skal være sundt på de arbejdspladser vi repræsenterer – og når det ikke er sådan, så er vi i tæt dialog med dig som medlem eller dine tillidsvalgte. Vi er hver dag i kontakt med medlemmer som vi forsøger at få forhandlet den bedst mulige løn til og medlemmer som vi hjælper med tjek af løn- og arbejdstidssager. Desværre går en del af vores tid også med sygdoms- og opsigelsessager, hvor vi rådgiver, bisidder og forhandler på vegne af jer, der af den ene eller anden grund ikke skal være på jeres arbejdsplads længere. Og ikke mindst så har vi i 2025 uddannet endnu flere dygtige tillidsvalgte som er jeres FOA-repræsentant ude på arbejdspladsen, og hvis fornemmeste opgave er at understøtte jeres arbejdsvilkår lokalt. 2025 har været et travlt år ligesom så mange år før det – og vi sætter stor pris på jeres tillid og medlemskab. Brug os i fagforeningen og tal løbende med jeres tillidsvalgte – sammen gør vi forskellen!

På vegne af politisk ledelse

Lene Lindberg, fagforeningsformand

Kurser og aktiviteter:

Vi har også valgt at gentage vores IT-kurser, så har du brug for at få nogle opfrisket eller lært noget helt nyt kan du tilmelde dig:

IT-kursus for nybegyndere: <https://www.foa.dk/afdelinger/foa-nordsjaelland/kurser-arrangement/it-begyndere-26>

IT-kursus for let øvede: <https://www.foa.dk/afdelinger/foa-nordsjaelland/kurser-arrangement/letovede-26>

Vi har også to andre kurser, der dog pt. er venteliste på, som du er velkommen til at skrive dig på så du får besked, hvis der bliver en ledig plads:

Kunstig intelligens og chatGPT: <https://www.foa.dk/afdelinger/foa-nordsjaelland/kurser-arrangement/aikunstig-intelligens-26>

Er du nysgerrig på ledelse? Vi tilbyder et spændende kursus for dig som måske har noget uformel ledelse af kolleger eller bare er nysgerrig på, hvordan du vil være i rollen som leder. Læs mere og tilmeld dig her:

<https://www.foa.dk/afdelinger/foa-nordsjaelland/kurser-arrangement/idv-ledelse-26-it>

Alle aktiviteter foregår hos FOA Nordsjælland, Frederiksværksgade 10, 3400 Hillerød og når du har tilmeldt dig, skrives du først på venteliste og får derefter endeligt tilsagn om, hvorvidt der er plads på aktiviteten.

Vel mødt til nogle spændende, lærerige og hyggelige timer hos FOA Nordsjælland!

OK26 – har vi de rigtige informationer på dig?

Vi er ved at være klar til at forhandlingerne om jeres nye overenskomster går i gang. De starter i løbet af december og fortsætter når vi er kommet godt ind i det nye år. Der er et par ting som du som FOA-medlem kan hjælpe os med. Tjek om vi har de rette oplysninger på dig – fx om dit arbejdssted og hvor mange timer du er ansat, står korrekt i vores medlemssystem. Det gør du ved at logge på MitFOA [har vi et link vi kan sætte ind Annette?] og tjekke alle dine oplysninger igennem. Det er rigtig vigtigt i tilfælde af konflikt, men generelt er det også rigtig godt at vi ved, hvor du arbejder, så du fx får information, der er målrettet din arbejdsplads osv.

Dernæst må du meget gerne minde dine kolleger om at det er vigtigt at være medlem af FOA (eller en anden relevant overenskomstbærende organisation, hvis de kommer fra en anden faggruppe). Fx i tilfælde af konflikt vil det få stor betydning fordi det kun er medlemmer, som er meldt ind INDEN 1. februar 2026, som modtager konfliktunderstøttelse.

Du kan læse meget mere om fx hvilke krav FOA går ind i forhandlingerne med her:

<https://www.foa.dk/temaer/ok-forhandlinger/ok26>

Nyt om arbejdsmiljøarbejdet

Rammen om et godt arbejdsmiljø er din arbejdsgivers ansvar, men som medarbejder kan du også selv gøre meget for at afhjælpe og forebygge eventuelle arbejdsmiljøproblemer. Her i FOA hjælper vores arbejdsmiljøkonsulent Carina dig på vej, hvis du oplever udfordringer i arbejdsmiljøet på dit arbejde. Det gør hun fordi, vi gerne vil passe på dig, som er medlem her hos os. Undersøgelser viser, at arbejdsmiljøet sammen med lønnen er den vigtigste faktor for din motivation til at gå på arbejdet. Nye undersøgelser peger på, at dårligt arbejdsmiljø kan koste dyrt i forhold til sygedage og dermed kan det have en alvorlig personlig konsekvens. Læs mere om dette i ny undersøgelse fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, [NFA](#). Oplever du udfordringer så tag fat i din TR eller AMR eller ring til vores arbejdsmiljøkonsulent Carina på 46 97 33 51. Hellere én gang for meget og hurtigere end du tror er nødvendigt. Jo hurtigere du får taget fat om det der er udfordrende des hurtigere, kan du komme videre.

Når man taler om godt eller dårligt arbejdsmiljø taler man i disse år oftest om det psykosociale arbejdsmiljø. Det vil sige om man fx har støttende kollegaer, indflydelse på arbejdet og tydelig retningsættende og retfærdig ledelse. Det som vi ser her i FOA Nordsjælland er, at travlhed har en stor indflydelse på hvordan disse ting folder sig ud på arbejdspladsen. Når det går for stærkt, sker uhensigtsmæssige ting og måske laver vi fejl i vores arbejde, bliver lidt for hurtige i kommunikationen eller glemmer den pause der gør, at man får talt med sine kollegaer i dag.

Nu er det jul så hvorfor ikke bruge anledningen til at sætte tempoet ned, overholde pauser og arbejdstid ligeså. Det handler om hvordan vi kan holde på den lange bane, hvordan vi kan være noget for os selv, de mennesker vi arbejder for- og med og vores familie når vi kommer hjem. Læs mere her om [restitution og pauser](#) og få en snak på din arbejdsplads hvordan I kan lave gode pauser hos jer.

Vi har lavet denne plakat [\[indsæt link til lokumsavis\]](#) som I kan printe og hænge op – på toilettet, på opslagstavlen eller i personalerummet.

Skal du på uddannelse i 2026? Bliv pædagogisk assistent og stå stærkere i din faglighed

"Når jeg står i konflikter med nogle børn, så har jeg nu en værktøjskasse med mig til at håndtere det. Og når vores unge vikarer står i de her dilemmaer, så træder jeg til. Det gjorde jeg ikke før. Men nu ved jeg, at jeg har noget at bidrage med. Jeg ved, hvad jeg snakker om". Bedre beskrivelse af udbyttet du får af en pædagogisk assistentuddannelse findes vist ikke. Ordene kommer fra Malene Jantzen, som er med i dette webinar: https://vpt.dk/boern-og-unge/paedagogisk-assistent-nu-har-jeg-en-vaerktoejskasse-med-mig?utm_campaign=P%C3%A6dagogisk%20assistent%3A%20Jeg%20st%C3%A5r%20mere%20sikkert%20i%20min%20faglighed%207C%20Ny%20bog%20om%20en%20mere%20inkluderende%20skole&utm_medium=email&utm_source=Newsletter og som på en virkelig god måde sætter ord på de forbehold hun havde ift. at tage en uddannelse, men heldigvis også hvor stort et udbytte hun har haft af at tage den. Webinaret varer en time og kommer med mange gode input til hvordan du kan tilrettelægge dit uddannelsesforløb, men har du ikke så lang tid, så gør dig i hvert fald den tjeneste at gå 32:45 min. ind i webinaret og se Malenes fine beskrivelse af hendes forløb.

Skal du på uddannelse i 2026? Særlig pulje til social- og sundhedshjælpere

FOA og KL har besluttet at give et særligt tilskud til social- og sundhedshjælpere, der ønsker at udvikle sig inden for tre udvalgte kompetenceområder via Den Kommunale Kompetencefond.

De tre områder er:

1. Demens
2. Relationskompetencer

3. Velfærdsteknologi

Det betyder, at din arbejdsplads kan søge økonomisk tilskud til efteruddannelse gennem Den Kommunale Kompetencefond. Udover tilskud til kursusgebyr, transport og overnatning får I også støtte til vikarudgifter, når I deltager i AMU- eller Akademimoduler inden for de tre områder.

Husk at gøre dine kolleger og leder opmærksomme på mulighederne. For mere information om de nye tilskud er der lavet en lille film, der fortæller om arbejdet som social-og sundhedshjælper med særligt fokus på de tre områder. Derudover er der lavet en informationspjece, du som du fx kan give til din leder. Det hele kan findes her: <https://vpt.dk/organisation-udvikling/saerlig-pulje-med-vikardaekning-til-social-og-sundhedshjaelpere>

Nyhedsbrev tillidsvalgte december 2025

Kære tillidsvalgte

I får her årets sidste nyhedsbrev og sammen med det en stor tak for indsatsen i 2025. Vi er glade for at I har valgt at være en del af FOA som AMR, TR eller FTR – det betyder alverden for jeres kolleger og for os i fagforeningen at have en lokal medspiller. Vi håber, at I sætter lige så stor pris på samarbejdet og ved at I altid kan kontakte os når I har brug for et godt råd, hjælp eller input til jeres tillidshverv.

Tak til jer der var med på årsmødet – det var to gode dage med masser af engagement og drøftelser på kryds og tværs. Jeg synes, at vi levede godt op til temaet fællesskab – det kunne mærkes i både workshops, under de mange snakke og under vores hyggelige middag og bankospil.

Vi har en interessant start på 2026 foran os med et OK26 som skal forhandles i hus og forhåbentlig med gode elementer for FOAs medlemmer. I må MEGET gerne hjælpe os med at gøre opmærksom på at man skal være indmeldt i FOA inden den 1. februar 2026 for at være berettiget til konfliktunderstøttelse – i tilfælde af konflikt.

Med ønske om en rigtig dejlig jul og et godt nytår! Vi glæder os til at se jer i Fagforeningen og ude på arbejdspladserne.

På vegne af politisk ledelse

Lene Lindberg, fagforeningsformand

Arbejdspladsbesøg – må vi komme ud til jer?

Vi vil rigtig gerne ud og besøge en arbejdsplads hver uge og det håber vi, at I kan hjælpe os med. Anledningen kan være hvad som helst, som I som tillidsvalgte har lyst til at tale med os om eller som I ved at jeres kolleger har mange spørgsmål til. Det seneste år har vi besøgt en masse arbejdspladser og anledningen har fx været:

- Jubilæum
- Løntjek
- Arbejdsmiljøudfordringer
- Snak om uddannelse og kompetenceudvikling
- Valg af TR
- Arbejdstid
- Overenskomst
- 'Bare kig forbi'- besøg
- Rundtur hos kollegerne – hvis du fx er TR på flere matrikler/afdelinger
- Der er ALTID en anledning til et arbejdspladsbesøg 😊

Vi medbringer selvfølgelig merchandise, bolsjer osv. til jer og kollegerne, samt hvad I ellers har brug for af materialer. Vi oplever af og til at arbejdsgiver ikke synes det er en god idé at vi kommer – hvis det er tilfældet så hører vi også meget gerne fra dig!

Hvis vi skal besøge din arbejdsplads, så kontakt Signe på sibl@foa.dk og så aftaler vi det praktiske derfra.

Overvågning på arbejdspladsen

I borgerboliger på plejehjem og i private hjem, har der længe været tilfælde af, at borgere der modtager offentlig hjælp eller deres pårørende sætter overvågningskameraer op. Det er selvsagt rigtig ubehageligt som medarbejder at opdage, at man bliver overvåget og vi vil rigtig gerne hjælpe, hvis du som tillidsvalgt hører om eksempler på dette. Det er nu kommet frem, at der i nogle af tilfældene også forekommer aflytning via disse kameraer, hvilket er strafbart, medmindre den aflyttende person selv er til stede. Denne praksis har alvorlige konsekvenser for arbejdsmiljøet for det personale, der arbejder i disse hjem eller boliger, og derfor tager FOA sagerne med stor alvor. Du må meget gerne informere dine kolleger om at de skal kontakte dig/FOA, hvis de oplever overvågning/aflytning, så vi kan gøre opmærksom på at det kan være en ulovlig handling. Du kan orientere dig mere omkring ulovlig aflytning i straffelovens §263.

Nyt om arbejdsmiljøarbejdet

1. Sammen skaber vi det gode arbejdsmiljø

Når vi i FOA Nordsjælland modtager opkald om arbejdsmiljøet handler det ofte om et behov for at få ” et godt råd” til løsninger på arbejdsmiljøproblemstillinger man står i.

Når vi indgår i en dialog, kan vi se at problemerne ofte er sammensatte både med fysiske udfordringer og psykiske påvirkninger af arbejdsmiljøet.

Måske problemstillingen viser sig hos ét enkelt medlem der henvender sig til TR for hjælp. Men kigger man mere systemisk på denne ene henvendelse vil man ofte se, at problemet skal løses både for den enkelte men også for en hel gruppe af medarbejdere.

På Årsmødet, der blev afviklet i november, brugte vi derfor tid på at kigge på hvilke arbejdsmiljøopgaver AMR og TR kan løse sammen. Hovedbudskabet for de snakke er, at rigtigt mange opgaver kan løses i et fællesskab af TR og AMR netop fordi disse funktioner har forskelligt blik på løsninger. AMR tager afsæt i lovgivning, men TR kommer med mindst lige så vigtige input fra alle de aftaler, der er lavet samt den overenskomst som også skal overholdes.

Derfor ræk altid ud til de andre tillidsvalgte på din arbejdsplads når du står med arbejdsmiljøproblemer. Det er i snitfladen imellem TR og AMR's arbejdsfelt, at de gode og bæredygtige løsninger ofte findes.

Vedlagte ”dækkeserviet” **[indsæt dokument]** (Du kan printe den ud i A3 og lægge på dit skrivebord) er en oversigt over de lovgivningsmæssige arbejdsmiljøopgaver” her kan du se, hvor opgaverne ifølge loven skal løses.

2. Hvor finder du den bedste viden om arbejdsmiljø

Har du brug for input til dit arbejdsmiljøarbejde er der kun 4 steder, du behøver at lede:

- AMR-hjælperen. Er en chatbot til dine arbejdsmiljøspørgsmål der har afsæt i arbejdsmiljølovgivningen: <https://www.foa.dk/raad-regler/tillidsvalgt/vaerktoejer-tillidsvalgte/amr-hjaelper>
- FOA Nordsjællands hjemmeside: <https://www.foa.dk/afdelinger/foa-nordsjaelland/arbejdsmiljoe>
- BFAs hjemmeside. Dette er et branchefællesskab for arbejdsmiljø: <https://www.godtarbejdsmiljo.dk/>
- Arbejdstilsynet hvor der er kommet en ny og brugervenlig hjemmeside: <https://at.dk/>

Og HUSK. Du er også meget velkommen til at booke arbejdsmiljøkonsulent Carina Holst-Christensen til et besøg hos dig eller i FOA Nordsjælland. Du kan også ringe, hvis du behøver flere vinkler på de arbejdsmiljøudfordringer, du står med på tlf.: 30 37 55 48.

3. National indflydelse med besøg i Folketinget

I arbejdsmiljøugen (uge 43) var Rie Hestehave, Kristina Kristiansen, AMR Neurologisk afdeling Nordsjællands Hospital og Rie Biersted, Hjemmeplejen Helsingør en tur i Folketinget. Her mødtes de med andre AMR fra Region Hovedstaden til en snak med politikere om, hvad der kan blive bedre i forhold til arbejdsmiljøet på de danske arbejdspladser. Emner som chikane, vold og trusler, tempoet, mulighed for pauser var blandt det, der blev talt om.

Allerede nu er vi i samarbejde med Fagbevægelsens Hovedorganisation i Hovedstaden (FHH) i gang med at planlægge endnu et besøg i uge 43 2026. Her håber vi at få endnu flere med fra Nordsjælland.

Hold øje med FH- Hovedstadens hjemmeside - de er ambitiøse aktører i arbejdsmiljøarbejdet:

<https://fho.dk/blog/category/arbejdsmiljoe/>

4. Ingen skal blive syge af at gå på arbejdet heller ikke i en tid med forandringer

I FOA-samarbejdet i Region Hovedstaden har vi netop være med til at afholde en konference for AMR om indflydelse. Konferencen havde fokus på, hvordan man som AMR kan få mere indflydelse i de store forandringer, der kommer med Sundhedsreformen og den nye Region Østdanmark. Emnet blev belyst ud fra mange vinkler. Bla. blev det tydeligt, at INDFLYDELSE er en af de vigtigste faktorer i forhold til at trives på arbejdet.

Indflydelse kan man bruge på mange måder og fx på Bornholms Hospital har FTR brugt sin indflydelse på at arbejde ambitiøst ind i sygefraværet. Læs med her hvordan man kan arbejde med sygefravær uden det bliver "dødens pølse", men i stedet et fokus på forbedret trivsel. På Bornholm har man ved at have fokus på trivsel vendt skuden. Læs med her: <https://www.bornholmshospital.dk/presse-og-nyt/pressemeddelelser-og-nyheder/nyheder/sider/m%C3%A5lrettet-indsats-s%C3%A6nker-sygefrav%C3%A6ret-p%C3%A5-bornholms-hospital.aspx>

En anden, desværre, også meget vigtig faktor er ledelse. Se her nye data på, hvad dårlig ledelse betyder for sygefraværet: <https://fho.dk/blog/2025/05/01/ny-analyse-loenmodtagere-med-daarlig-ledelse-har-langt-flere-sygedage/>

5. AMR netværk i FOA Nordsjælland

I efteråret 2025 kom vi i gang med AMR netværksmøder i FOA Nordsjælland. Fire gange mødes AMR'ere fra hele vores område til en snak om arbejdsmiljø, uddannelse og sparring. Vi mødes kl. 12-16 i FOA Nordsjælland og HUSK at din arbejdsgiver kan få refusion for deltagelse.

Datoerne for det nye år er:

- 26. februar
- 29. april
- 3. september

- 8. december

Du kan allerede nu tilmelde dig her: <https://www.foa.dk/afdelinger/foa-nordsjaelland/kurser-arrangement>

6. Mega meget undervisning i arbejdsmiljø i 2026

I 2026 er der mulighed for at blive meget klogere på det systematiske arbejdsmiljøarbejde. Det eneste du skal foretage dig er at tilmelde dig og kører op i FOA Nordsjælland. Kom gerne både TR og AMR, så I får mulighed for at få skabt et rigtigt godt fælles afsæt for arbejdsmiljøarbejdet fremadrettet. De første par datoer er:

- 22. januar – Styrk samarbejdet om arbejdsmiljøet på din arbejdsplads
- 26. marts – Systematisk arbejdsmiljø og APV
- 21. maj AI og Chat GBT
- 17. sep. Psykisk arbejdsmiljø – dag 1
- 10. November Psykisk arbejdsmiljø – dag 2

Tilmelding kommer løbende på vores hjemmeside her: <https://www.foa.dk/afdelinger/foa-nordsjaelland/kurser-arrangement>