

FOA SOSU

november 2023 – nr. 4

**Miguel Opstrup
er der for eleverne.
På fuld tid.**

Side 4-7

**Vend bladet
en omgang og find
beretningen
om fagforeningens virke
det seneste år – plus det
øvrige materiale til
generalforsamlingen
den 8. november.**

FOA SOSU 4

NOVEMBER 2023

DET FASTE

Leder	3
I kalenderen	14
Brevkassen	18
Særligt til tillidsvalgte	20
SOSU-kryds	22

4 ELEVERNE FÅR LOV AT FØLE SIG SOM ELEVER

Miguel Opstrup er ansvarlig oplæringsvejleder på fuld tid. Det gør en stor forskel for både elever og daglige vejledere.

8 FEM STJERNER

Fem af FOA SOSUs tillidsvalgte var med i opløbet som "ÅretsTR".



10 SKRÆDDERSYET VIDEREUDDANNELSE TIL HOSPITALER

For første gang har Akademiuddannelsen i Sundhedspraksis budt velkommen til et hold studerende, der alle er hospitalsansatte social- og sundhedsassistenter

17 PÅRØRENDE – FORSTYRRELSE ELLER FORNØJELSE?

Når samarbejdet med pårørende knager, får det betydning for arbejdsmiljøet.

Vend
bladet på hovedet
og find fagforeningens
beretning om året, der gik,
samt dagorden til generalforsamling og forslag
til budget.

SOCIAL- OG
SUNDHEDSAFDELINGEN

FOA

FOA Social- og Sundhedsafdelingen. Godthåbsvej 15, 2000 Frederiksberg
Tlf.: 4697 2222, sosu@foa.dk, www.foa.dk/sosu

Ansvarshavende Tina Græsted, tigr@foa.dk, formand
Redaktør Anne Guldager (angul@foa.dk).

Layout Karen Hedegaard. Tryk Stibo Complete. Oplag 16.000. ISSN 2596-4119

FORSIDE: SOCIAL- OG SUNDHEDSASSISTENT OG ANSVARLIG OPLÆRINGSVEJLEDER MIGUEL OPSTRUP. FOTO: MARK KNIUDSEN/MONSUN

DEN HELT STORE TALERSTOL

Som du kan læse, hvis du vender bladet på hovedet, afholder FOA SOSU generalforsamling onsdag den 8. november.

Når vi har generalforsamling, plejer mange medlemmer at deltage i debatten. Det er er fantastisk at høre det engagement, der bobler derude, og det er med til at sætte retning for fagforeningens politiske arbejde.

Vi vil altid gerne have endnu flere medlemmer til at deltage på generalforsamlingen og gå på talerstolen, men det er mindst lige så vigtigt at opleve alle jer medlemmer, der bruger "den store talerstol" – den offentlige debat – og råber op om urimelige arbejdsvilkår og velfærdssamfundets forfatning.

Der har været mange eksempler bare inden for de seneste måneder.

Medarbejderne i Albertslund hjemmepleje har fået nok og har råbt deres frustration ud til politikere, borgere og pårørende i et læserbrev i den lokale avis:

"Vi er kommet dertil, hvor vi dagligt – med en knude i maven – må stå overfor vores borgere, kigge dem i øjnene og undskylde på forhånd, at vi ikke kan nå at levere alle de ydelser, de er visiteret til".

Det budskab kunne jeg eller en af fagforeningens andre valgte sagtens have formidlet på et borgmestermøde – og det gør vi – men det er langt stærkere, når det kommer fra

jer, der har hånden direkte på den varme kogeplade. Så bliver der for alvor lyttet.

Et andet eksempel er et åbent brev til Folketingets medlemmer fra medarbejdere i 68 kommuner, som har givet genlyd i medierne.

Også her lød budskabet, at medarbejderne ikke kan blive ved med at påtage sig det ansvar, som politikerne flygter fra. Velfærden er under pres, og det kræver handling.

Et tredje eksempel er et debatindlæg i Politiken skrevet af de faglige organisationer med medarbejdere i Region Hovedstaden på vegne af 40.000 ansatte:

"Vi løber stærkt, vi er fleksible, vi finder på nødløsninger, og vi gør alt vi kan for at give patienterne den behandling, de har brug for og krav på. Men vi kan ikke gøre det alene; vi har brug for ressourcer, vi har brug for stabilitet, og vi har brug for en anerkendelse af dette opråb fra virkeligheden".

Også i Rødovre bobler det. Der er varslet massive nedskæringer på velfærden, og FOA SOSUs medlemmer har delt opslag på de sociale medier henvendt til både politikere, borgere og pårørende.

Mange, mange tak til jer både i regionen, i Albertslund, Rødovre og alle de andre kommuner, der på vegne af os alle sammen er trådt op på den store talerstol.



Det er mindst lige så vigtigt at opleve alle jer medlemmer, der bruger "den store talerstol" – den offentlige debat – og råber op om urimelige arbejdsvilkår og velfærdssamfundets forfatning.

ELEVERNE FÅR LOV AT FØLE SIG SOM ELEVER

Miguel Opstrup er ansvarlig oplæringsvejleder på fuld tid. Allerede efter et halvt år har det gjort en stor forskel for både eleverne og de daglige vejledere. Og ikke mindst har arbejdspladsen fået lettere ved at tiltrække faglært arbejdskraft.

TEKST ANNE GULDAGER
FOTO MARK KNUDSEN

Manglen på faglærte medarbejdere presser den kommunale ældrepleje, men ikke alle steder.

"Det første, eleverne spørger om, når de stopper deres oplæringsperiode hos os, er, hvordan de kan komme tilbage", fortæller social- og sundhedsassistent Miguel Opstrup, der er ansvarlig oplæringsvejleder på fuld

tid i hjemmeplejen Virum og hjemmeplejen Sorgenfri i Lyngby-Taarbæk Kommune.

DAGLIG VEJLEDER STOD MED DET HELE

Sidste år indgik FOA SOSU og Lyngby-Taarbæk Kommune en aftale, der skal tiltrække flere medarbejdere til ældreplejen.

Som en udløber af aftalen blev det besluttet at forbedre forholdene for elever og daglige oplæringsvejledere

ved at oprette to nye stillinger som ansvarlig oplæringsvejleder på fuld tid i hjemmeplejen, og Miguel Opstrup blev opfordret til at sende en ansøgning.

"Før lå funktionen som ansvarlig vejleder hos sygeplejerskerne, og den skulle presses ind mellem en masse andre opgaver. Der var ikke tid til at koordinere, være synlig og opbygge et fællesskab omkring eleverne. Derfor var det ofte den daglige vejleder, der stod med det hele", siger Miguel Opstrup.

Tanken med en ansvarlig vejleder på fuld tid var, at det meste af tiden skulle bruges sammen med eleverne ude hos borgerne, men behovet har vist sig at være et andet, fortæller Miguel Opstrup.

Han gætter på, at han kun bruger cirka en tredjedel af sin tid sammen

OPLÆRINGSVEJLEDER

Oplæringsvejleder er det, der tidligere hed praktikvejleder.

I denne artikel skrives indimellem blot ansvarlig eller daglig "vejleder" af hensyn til læserytmen, men det er underforstået, at der er tale om oplæringsvejledere.





Daglig oplæringsvejleder Julie Marie Bugge har i Miguel Opstrup fået en, hun kan sparre med i hverdagen.

med eleverne hos borgerne. Resten bruges som tovholder, tage imod, introducere, følge op og koordinere. Og i det hele taget skabe det rum omkring eleverne, der gør hjemmeplejen til et sted, hvor man som elev kommer for at lære.

Miguel Opstrup gemmer sig ikke bag en lukket dør, men sidder i et kontorlandskab, som eleverne

også bruger i forbindelse med deres refleksionstid om eftermiddagen.

"Eleverne kan nogle gange være modløse, frustrerede og forvirrede. I stedet for at sidde derhjemme og spekulere på, hvad de skal fordybe sig i, og hvordan de kommer i gang eller finder viden, så har de nu en, de kan spørge, og som næsten altid er til

stede. Det gør også, at vi opdager udfordringer omkring de enkelte elever hurtigere og kan få sat nogle løsninger i værk med det samme", siger Miguel Opstrup.

KAN GÅ I DYBDEN

Når Miguel Opstrup er med eleverne ude hos borgerne, har han i mod-sætning til den daglige vejleder det





Social- og sundhedsassistent Saleh Afzali har mærket, hvordan det gjorde en stor forskel fra hans første til sidste praktik, at der i mellemtiden var kommet en vejleder med fuld tid til opgaven.



privilegie, at han kan tage den tid, der skal til.

"Når den daglige vejleder skal gennemgå en ydelse hos en borger sammen med eleven, har vejlederen kun den visiterede tid. Den begrænsning har jeg ikke".

"Mens en daglig vejleder for eksempel har 30 minutter til en medicin-dispenserung, så kan jeg vælge at afsætte 60-90 minutter til samme ydelse, hvis der er brug for det. Vi kan starte helt fra bunden og stille og roligt gennemgå det hele".

"Borgerne synes, det er betryggende at se, at vores elever oplæres så grundigt, og som arbejdsplads kan vi være trygge ved, at vores elever ved præcis, hvad de skal være opmærksomme på og har fået grundig oplæring og rutine".

INGEN VIDSTE, JEG KOM

Social- og sundhedsassistent Saleh Afzali har været i praktik i hjemmeplejen Virum og Sorgenfri i alt tre gange. Han mærkede tydeligt, hvordan det gjorde en stor forskel fra

hans første til sidste praktik, at der i mellemtiden var kommet en vejleder med fuld tid til opgaven, fortæller han.

"Når de daglige vejledere skal forklare noget, kommer de bagud med deres egen plan. Nu kan de sige "spørg Miguel" og er ikke længere så pressede, som de var før".

Særligt én oplevelse har sat sig fast, fortæller han.

"Jeg skulle skrive et borgernotat og havde svært ved at finde ud af den rigtige måde at gøre det på. Miguel gav sig god tid til at svare og forklare, hvorfor man skulle gøre det på den og den måde. Jeg glemmer aldrig den dag, fordi man nogle gange kan blive så frustreret som elev".

Når Saleh Afzali ser tilbage på sin første dag i praktik og sammenligner med den modtagelse, som nye elever får i dag, glæder han sig på de nye elevers vegne.

"Der var ingen, der vidste, at jeg kom, og jeg skulle nærmest bevise, at jeg havde lov til at være her. Nu bliver eleverne modtaget og budt

velkommen af Miguel, og han har sat et opslag op om, at der starter nye elever, så alle kollegerne er forberedt på det og kan tage godt imod".

HAR FÅET MERE TID TIL VEJLEDNING

Også for daglig oplæringsvejleder Julie Marie Bugge er forskellen på før og nu meget tydelig, fortæller hun.

"Det er dejligt, at der er kommet en, der kan holde styr på alt det formelle og samtidig være en slags fast makker med helikopterperspektiv, som man kan sparre med i hverdagen".

For eleverne betyder det især, at de nu i højere grad får lov at føle sig som elever, mener hun.

"Miguel er god til at minde dem om, at de er elever og er her for at lære. Det bliver italesat på arbejdspladsen, at de ikke er afløsere, og i det hele taget bliver der investeret mere i "projekt elev", end der er blevet gjort tidligere. Jeg har stadig det antal vejledningstimer, som jeg hele tiden har haft, og nu kan jeg

have hele mit fokus på eleven, fordi jeg ikke skal bruge tid på administration. Jeg bruger heller ikke længere friaftener på at rette farmakologiopgaver og give feedback, for det gør Miguel”.

EN SKY PÅ HIMLEN

Det står ikke i stillingsbeskrivelsen, at Miguel Opstrup skal være opmærksom på trivslen på arbejdspladsen, men det er en vigtig del af jobbet, mener han.

”Jeg er nødt til at vide, hvordan kollegerne har det, og hvordan det

går i teamet, for at vide, hvordan det er at være elev her. Eleverne er mere opsøgende i forhold til læring, hvis de oplever et godt arbejdsmiljø. Hvis arbejdsmiljøet er dårligt, trækker de sig og får ikke det optimale ud af at være her”.

Miguel Opstrup er en glad mand. Han har fået intet mindre end et drømmejob, der har vist sig at være satsningen værd. Men ansvaret for, at det er sket på så kort tid, deler han med sine kolleger, understreger han.

”Det er jo ikke mig, der har skabt en praktikplads, som eleverne er så glade

for, at de vil tilbage igen. Det er noget, vi har gjort sammen. Jeg er bare ham, der er trukket ud af driften for at koordinere det”.

Den eneste sky på Miguel Opstrups himmel er, at han mangler en kollega. Den anden stilling som ansvarlig oplæringsvejleder på fuld tid, som kommunen har slået op, er nemlig ikke blevet besat, og det ærgrer ham på de øvrige hjemmeplejegrupper vegne.

”Desværre er det jo blevet meget tydeligt, hvor meget man går glip af, når man mangler det”.

Annonce:

Oplæringsvejleder på fuld tid

Vi har fået en fantastisk mulighed for at ansætte 2 oplæringsvejledere på fuld tid til vores SOSU-elever i hjemmeplejen i Lyngby-Taarbæk Kommune. Stillingerne er blevet mulige da FOA-SOSU og Lyngby-Taarbæk Kommune har indgået en partnerskabsaftale på SOSU-området.

Den ene oplæringsvejleder har vi ansat, og han ser frem til at byde dig velkommen sammen med resten af uddannelsesteamet. Derfor søger vi nu 1 fagligt dygtig social- og sundhedsassistent, der brænder for uddannelsesområdet og trives i en omskiftelig hverdag.



Som oplæringsvejleder bliver du ansvarlig vejleder for en del af hjemmeplejens SOSU-elever. Din hverdag vil blandt andet bestå af bedside-oplæring, vejledning i praksis, afholdelse af særlige undervisningsopgaver, afholdelse af ugentlige vejledningstimer samt refleksionsfora, alt sammen til glæde og gavn for vores SOSU-elever. Du får en koordinerende funktion i forhold til eleverne i de hjemmeplejeteams du tilknyttes.

Scan koden og læs mere om stillingen



MEDMENNESKELIGE **BETINA**, KÆMPEREN **BRITH**, BENHÅRDE **JANNIE**, GAVEN **EMIL** OG LYDHØRE **MAJ-BRITT**

**Fem af FOA SOSUs tillidsvalgte var blandt de nominerede i konkurrencen "Årets TR".
Alle fik fantastiske ord med på vejen fra deres kolleger.**

TEKST ANNE GULDAGER

*"Betina har været der for mig 100 procent."
"Brith kæmper for alles retfærdighed, stort som småt."
"Emil er en gave til os medarbejdere i hjemmeplejen"
"Vores leder har en stor respekt for Jannie."
"Majbritt er en hjælpsom, dygtig og lydhør AMR."*

Der er ikke blevet sparet på de pæne ord i de indstillinger, som medlemmer af FOA SOSU har sendt ind i forbindelse med "Årets TR".

Årets TR er en prisfest, hvor både tillidsrepræsentanter og arbejdsmiljørepræsentanter bliver hyldet, og flere af FOA SOSUs dygtige tillidsvalgte var blandt de nominerede.

Prisen blev uddelt den 1. november – efter bladet gik i trykken. Derfor vides det ikke, om nogen fra FOA SOSU løb med en pris, men kollegernes anerkendelse har de.

Læs på www.aaretstr.dk hvem der løb med priserne, som blev uddelt den 1. november.



MEDMENNESKELIGE **BETINA**

Tillidsrepræsentant Betina Kisse Pedersen fra Hjemmeplejen Amager blev nomineret af en tidligere kollega, der gav hende blandt andet følgende ord med på vejen:

"Jeg har sagt mit job op i hjemmeplejen, da jeg fik angst til sidst grundet pres. Det var en ekstremt presset periode for mig, hvor Betina har hjulpet med ALT, selvom hun var klar over, at jeg har fået nyt job. Jeg var positivt chokeret over hvor professionel, hjælpsom og medmenneskelig Betina er. Betina vidste, at jeg har det rigtig hårdt, og har været der for mig 100%."



KÆMPEREN **BRITH**

Fællestillidsrepræsentant i Høj-Taastrup, Brith Dorph Josephsen, fik to nomineringer, og der blev blandt andet lagt vægt på hendes stædige kamp for retfærdighed.

"Alle problemer/udfordringer bliver taget alvorligt, hørt og handlet på. Hvilket betyder uendeligt meget både for den enkelte og den samlede arbejdsplads".

Også Brith Dorph Josephsens evne til at komme i dialog med politikerne og få dem til at troppe op til møder med FOA SOSUs medlemmer blev fremhævet.



ILLUSTRATION: AARETSTR.DK



BENHÅRDE JANNIE

Hele syv har peget på Jannie Hagbo som Årets TR. Hun er fællestillidsrepræsentant i Lyngby-Taarbæk og fremhæves blandt andet for sine resultater i forbindelse med lønforhandling.

"Hun har et stort overskud og er en stor støtte for os alle. Hun er helt igennem en fantastisk person - glemmer ofte sig selv, er på morgen, middag og aften. I skal møde hende, så vil I give mig ret", lyder det i en af nomineringerne.

Foruden at være fællestillidsrepræsentant er Jannie Hagbo suppleant i FOA SOSUs bestyrelse.



GAVEN EMIL

Emil Ottesen, fællestillidsrepræsentant i Albertslund blev i sin nominering rost for blandt andet sit humør og sin evne til at være synlig i hverdagen.

"Han er en person, man altid kan gå til, og man får aldrig et kedeligt svar, fordi han bare altid er glad, uanset hvor presset han er. Han er en gave til os medarbejdere i hjemmeplejen. Emil siger aldrig nej - han vil gøre en forskel for os."



LYDHØRE MAJ-BRITT

Også arbejdsmiljørepræsentanter kan indstilles til "Årets TR", og i denne kategori finder man Maj-Britt Holm fra Plejecenter Kirstinehaven i Ballerup. Hun har ifølge nomineringen haft betydning for at få et problematisk arbejdsmiljø på ret køl:

"Maj-Britt er en hjælpsom, dygtig og lydhør AMR. Hun er gået aktivt ind i kampen for et bedre arbejdsmiljø, da vores hus var i frit fald. Hun har altid tid til en snak, når vi har noget på hjerte, og hun gør noget ved det."



SKRÆDDERSYET VIDEREUDDANNELSE TIL HOSPITALER

For første gang har Akademiuddannelsen i Sundhedspraksis budt velkommen til et hold studerende, der alle er hospitalsansatte social- og sundhedsassistenter.

TEKST ANNE GULDAGER

Den 5. september var en særlig dag på Københavns Professionshøjskole.

Det var dagen, hvor 25 medarbejdere fra Region Hovedstadens hospitaler begyndte på et særligt modul på Akademiuddannelsen i Sundhedspraksis.

Det nye modul, "Multikompleksitet

i social og sundhedsfaglig praksis", er målrettet hospitalsansatte social- og sundhedsassistenter og skræddersyet i forhold til målgruppens behov. Et andet modul, "Sammenhængende forløb og tværfagligt samarbejde" er blevet særligt tonet til social- og sundhedsassistenterne på tværs af regionens hospitaler.

INPUT FRA LEDER OG MEDARBEJDERE

Da medlemsbladet FOA SOSU besøger professionshøjskolen har de 25 nye studerende endnu ikke haft deres første skoledag, så det er adjunkt Henrik Wiben og uddannelseskonsulent Marie-Louise Sederberg, der tager imod.

De 25 deltagere på tværs af hospitalerne i Region Hovedstaden er begyndt på første modul af Akademiuddannelsen i Sundhedspraksis, skræddersyet til hospitalerne.

Københavns Professionshøjskole overtog Akademiuddannelsen i Sundhedspraksis fra Københavns Erhvervsakademi i 2021 og gik derefter i dialog med hospitaler og kommuner for at fortælle om uddannelsen og de muligheder, der ligger i den.

Vejen førte blandt andet forbi FOA SOSUs fællestillidsrepræsentanter på hospitalerne i Herlev og Hvidovre, Lars Ole Jacobsen og Helle Nørgaard, der har en stor aktie i tilblivelsen af de to målrettede moduler, fortæller Marie-Louise Sederberg.

I løbet af det halvandet år, der er gået, fra den første tanke blev født, har Københavns Professionshøjskole haft møder med de forskellige aktører, og Marie-Louise Sederberg og Henrik Wibben har derefter tilrettelagt uddannelsen på baggrund af input fra fællestillidsrepræsentanter, chef-sygeplejersker og medarbejdere på baggrund af målgruppens behov.

HAR SAVNET TILBUD

Fællestillidsrepræsentant Lars Ole Jacobsen har store forventninger til den nye uddannelse og de positive konsekvenser, han forventer, den vil føre med sig.

"Hidtil har vi som social- og sundhedsassistenter på hospitalerne skulle finde vores tilbud om kurser og uddannelse på bl.a. regionens kursusportal, hvor der måske har været ét tilbud til social- og sundhedsassistenterne for hver 50 tilbud til sygeplejerskerne".

"Vi har tit hørt, at hvis vi ville videre, kunne vi da bare blive sygeplejersker, men hvis det var det, vi ville, var vi jo gået den vej fra starten. Det er to helt forskellige uddannelser, og nu har

vi fået en mulighed for at uddanne os *ind* i faget i stedet for ud".

Succesen afhænger af, om deltagerne får lov at bruge deres ny erhvervede kompetencer, når uddannelsen er slut, understreger Lars Ole Jacobsen.

"Da vi i sin tid talte med nogle af social- og sundhedsassistenterne om den her idé, var det første, de sagde *"hvad skal jeg bruge det til?"*, fordi de er vant til hele tiden at skulle slås for at få lov at bruge deres kompetencer".

"Men alle fem hospitaler har fra starten bakket op om det her, så min forventning er, at deltagerne kommer tilbage til afdelingen og får måske ikke et helt nyt job, men nogle nye arbejdsopgaver".

KULTURÆNDRING HOS MEDARBEJDERE OG LEDERE

For at være sikker på at få et bæredygtigt antal deltagere, er det aftalt, at hospitalerne hver især skal stille med 5 deltagere, så der kan oprettes hold med 25 deltagere.

Modulerne er tilrettelagt som en kombination af undervisning og praktiske workshops. Der skal skrives opgaver undervejs ligesom på de øvrige moduler under akademiuddannelsen, men mere uddannelse vil blive flyttet ud i praksis.

Henrik Wibben gætter på, at fordelene ved, at samtlige deltagere kommer fra hospitalssektoren, vil række ud over værdien af det skræddersyede indhold:

"Jeg tænker, at man vil få nemmere ved at spejle sig i hinandens problematikker, og så vil det give mulighed for at danne netværk og lade sig inspirere af det, andre gør".

Han kalder det en kulturændring, at der er ved at brede sig en erkendelse

af, at social- og sundhedsassistenter har lige så meget brug for efter- og videreuddannelse som for eksempel sygeplejersker og terapeuter.

"Vi prøver at massere den tankegang ind i faggruppen selv og også i deres ledere, der ikke bare skal se på social- og sundhedsassistenterne som nogle, der skal klare driften", siger han.

Marie-Louise Sederberg tilføjer, at det at tilbyde videreuddannelse til sine medarbejdere bør ses som en investering:

"I øjeblikket bliver der lukket senge på grunde af store problemer med at skaffe personale. Ved at videreuddanne medarbejdergruppen og anviser karriereveje gør man det mere attraktivt at blive i stedet for at søge andre steder hen".

FAKTA OM AKADEMIUDDANNELSE

- For at blive optaget på en akademiuddannelse skal man have minimum 2 års relevant erhvervs erfaring og en uddannelsesbaggrund, som er enten en erhvervsuddannelse, en relevant grunduddannelse for voksne (GVU) eller en gymnasial uddannelse.
- Tager man en hel akademiuddannelse er det to obligatoriske moduler og tre valgmoduler, og man afslutter med et afgangsprøveprojekt.
- Modulerne om multikompleksitet og sammenhængende forløb, som er særligt målrettet hospitalsansatte, er oprettet som valgmoduler i Akademiuddannelsen i Sundhedspraksis.
- Der er indgået kontrakt om i alt fire moduler til SOSU-assistenter på de fem hospitaler fra 2023–2025.

Læs mere om indhold, kontaktoplysninger med mere:

www.kp.dk/videreuddannelser/

[akademiuddannelsen-i-sundhedspraksis/](#)

Spørg gerne efter Henrik Wibben eller Marie-Louise Sederberg.





Sidst i september mødtes godt 130 af FOA SOSUs tillidsrepræsentanter for at drøfte og prioritere de mange krav, fagforeningens medlemmer har sendt ind til overenskomstforhandlingerne på det offentlige område.

Tillidsrepræsentanternes prioritering er sendt til FOAs hovedbestyrelse sammen med samtlige 1.566 krav fra FOA SOSUs medlemmer.



FIND DATOERNE OG TILMELD DIG PÅ WWW.FOA.DK/SOSU-AKTIVITETER

Find alle arrangementer her:



FÅ ET HURTIGT **LØNTJEK**

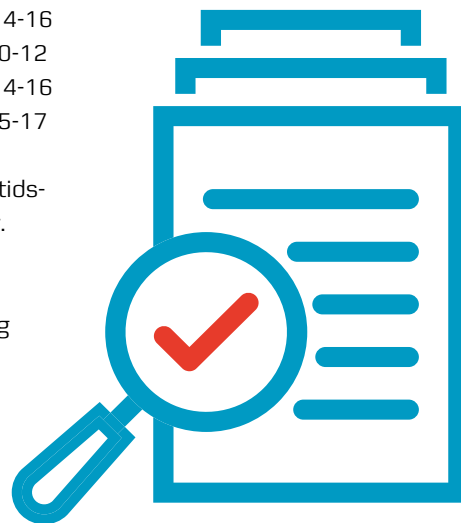
Fire gange i løbet af november har du mulighed for at få et hurtigt løntjek i fagforeningen *uden at skulle bestille tid i forvejen*.

- Mandag den 13. november kl. 14-16
- Onsdag den 15. november kl. 10-12
- Mandag den 20. november kl. 14-16
- Onsdag den 22. november kl. 15-17

Medbring to lønsedler, to arbejdstidsopgørelser og to saldoopgørelser.

Vi tjekker, at stillingsbetegnelse, erfaringsdato, timetal, pension og ansættelsesdato er korrekt.

Sted: FOA Social- og Sundhedsafdelingen, Godthåbsvej 15, Frederiksberg.



FORSTÅR DU DIN **LØNSEDEL**?

Har du svært ved at gennemskue, om du får den løn, du har krav på? Så kom til løncafé i fagforeningen.

På løncaféen gennemgås en fiktiv lønseddel, og vi fortæller om de grundlæggende regler i overenskomsten, så du ved, hvad du skal være opmærksom på.

Løncaféer for **offentligt ansatte**:

- 24. januar kl. 10-12
- 13. marts kl. 15-17
- 29. maj kl. 15-17

Løncaféer for **privat ansatte**:

- 18. januar kl. 14-15.30
- 15. maj kl. 10-11.30



BESØG JULEHUSET I FOA SOSU

Søndag den 17. december omdanner vi ligesom sidste år FOA SOSUs hus på Godthåbsvej til et festligt julehus for både børn og voksne.

Dagen byder blandt andet på julemand, ballonmand, klippe-klister-værksted, drikkevarer og julekage.

Kom som du er, eller tag familien med!

Der vil kunne vælges imellem et formiddags- eller eftermiddagsarrangement, begge af to timers varighed.

Pris: 50 kroner pr. billet.

Læs mere om programmet og find link til tilmelding på **www.foa.dk/sosu-aktiviteter**



KVINDELIV OG KIKSEKAGE

Den 11. december kl. 16.30 til 19.30 kan du få en særlig oplevelse på Arbejdersmuseet sammen med FOA SOSU.

Vi skal opleve udstillingen "Kvindelig" om arbejderhistoriens kendte og ukendte kvinder. Om kampe, hverdagsliv, lighed og ligeløn. Om retten til egen krop og en plads i bevægelsen – og i historien.

Desuden får vi et spændende foredrag om tjenestepigen Marie Christensen, som samlede tjenestepigerne til den forening, som FOA SOSU i dag står på skuldrene af.

Pris pr. person 50 kroner, der inkluderer kaffe/te og kiksekage.

Find flere medlemsarrangementer på næste side ►►►



FIND DATOERNE OG TILMELD DIG PÅ WWW.FOA.DK/SOSU-AKTIVITETER

Find alle arrangementer her:



HAR DU STYR PÅ BARSELSREGLERNE?

Kom til barselscafé i fagforeningen og få viden om dine regler og rettigheder i forbindelse med graviditet og barsel.

Kommende barselscaféer:

- 29. november kl. 15.30-17
- 31. januar kl. 10-11.30
- 7. marts kl. 14-15.30
- 19. juni kl. 10-11.30



ER DU KLAR TIL JOBSAMTALEN?

Hvis du er i gang med eller overvejer at skifte job, er det en god idé at deltage i FOA SOSUs **online** møde "Bliv klædt på til jobsamtalen".

Mødet finder sted:

- 13. december kl. 15.30-16.30

FYRAFTENSMØDE OM SAMARBEJDE MED PÅRØRENDE

Samarbejdet med pårørende kan have stor betydning for det psykiske arbejdsmiljø.

Derfor inviterer fagforeningen til et fyraftensmøde, hvor vi deler viden, erfaringer, tips og tricks.

Vi skal blandt andet tale om, hvordan man håndterer:

- Konflikter med pårørende
- Overvågning fra pårørende
- Samarbejde med ledelsen omkring pårørende



Læs mere og tilmeld dig på www.foa.dk/sosu-aktiviteter

Der vil være et oplæg på ca. en times tid. Herefter er der plads til dialog og spørgsmål.

Oplæg og facilitering af næstformand Charlotte von Mehren og arbejdsmiljøkonsulent Nina Schneidermann.

Der serveres sandwich, kaffe og sodavand.

Du kan vælge mellem to datoer:

- 29. november 2023 kl. 16-19
- 7. marts 2024 kl. 16-19

PÅRØRENDE – FORSTYRRELSE ELLER FORNØJELSE?



AF ARBEJDSMILJØKONSULENT NINA SCHNEIDERMANN
OG NÆSTFORMAND CHARLOTTE VON MEHREN

En af de store overraskelser, når man arbejder med arbejdsmiljø, er, *hvor* meget de pårørende fylder i arbejdsmiljøet.

Hver gang talen falder på pårørende, bliver der spidset ører – der bliver lyttet til snakken om, hvordan man dog skal forholde sig til de pårørende.

Vi hører selvfølgelig mest om de besværlige pårørende. De belastende og grænseoverskridende. Dem, der var svære at tackle for personalet. Ja vi oplever ligefrem nogle gange frygt for de pårørende.

Typisk føler dem, vi taler med, sig magtesløse og alene, og vi oplever flere, der fortæller, hvordan nogle kolleger er "gode" til at håndtere de pårørende, og andre har svært ved det. Som fagforening vil vi virkelig gerne have det rigtige svar parat og hjælpe med en løsning.

Hvorfor er det så svært at håndtere de besværlige pårørende, når vi oplever den ene verdensmester efter den anden og et beundringsværdigt godt kollegialt samarbejde i forhold til at håndtere besværlige borgere?

Det er jo, fordi vi ofte går alene med håndteringen af de pårørende, hvorimod vi har fællesskab og professionalisme i forhold til borgerne. Og lige her ligger løsningen.

Vi skal vende fokus, så vi kan bruge den samme professionalisme i forhold til pårørende, som vi bruger til borgerne, og vi skal gøre det til et fælles anliggende.

Tænk engang: Halvdelen af de pårørende føler sig magtesløse, 45 procent føler sig deprimerede og 38 procent føler sig udbrændte. Det viser en undersøgelse fra foreningen Pårørende i Danmark.

Der er ikke noget at sige til, at nogle pårøren-

de en gang imellem opfører sig lidt tosset. Det er vi vist mange der har gjort, når vi er pressede i forhold til dem, der virkelig betyder noget, nemlig vores kære, som det ikke altid er let at overlade i andres hænder.

Ved at vende blikket og se på pårørende som mennesker i nød i stedet for som en irriterende faktor, kan vi lære at håndtere det. Selvom de pårørende er velfungerende mennesker, der kan alt muligt i andre sammenhænge, er situationen som pårørende ikke altid let.

Vi skal derfor i kollegagruppen i fællesskab tage stilling til, hvordan vi sammen på arbejdspladsen håndterer de pårørende professionelt og med omsorg for de udfordringer, de nu engang har. Så lover vi, at pårørende fremover bliver mere fornøjelse end forstyrrelse, og at arbejdsmiljøet vinder.

Det handler altså om:

- Se på de pårørendes situation, og forhold jer professionelt til der, hvor de er som pårørende.
- Husk at tale om, hvordan I gør som kollegagruppe, så I har fællesskab og ved, hvad der forventes af jer.

Vi mennesker kan klare rigtig meget – men ikke alene. Vi har brug for sammenhold og fælles fodslag for at få det til at fungere.

Vil du vide mere om denne tilgang til pårørende? Så kom til et af vores fyraftensmøder hvor du kan lære meget mere.

Med ønsket om et godt arbejdsmiljø.

Læs om mødet på side 16.

Du kan også læse mere om samarbejde med pårørende ved at scanne koden.





BREVKASSEN

Svarene i brevkassen er skrevet af et team af sagsbehandlere i FOA SOSU.

Se hvordan du kan komme i kontakt med fagforeningen på www.foa.dk/sosu-kontakt



MIN KOLLEGA TAGER MAD MED HJEM

Jeg har et dilemma med en sød kollega i min aftenvagt. Jeg ved simpelthen ikke, hvordan jeg skal forholde mig.

Når borgerne har fået deres aftensmad, og vi skal rydde op, har jeg lagt mærke til, at hun næsten hver dag pakker en lille madpakke af rester med hjem. Det er kun et par stykker rugbrød og lidt pålæg - og måske et stykke af eftermiddagskagen.

Men det må vi bare ikke. Og det er min kollega ikke i tvivl om - for hun gør det sådan lidt gemt. Jeg kan ikke få mig selv til at bringe det op overfor hende. Skal jeg bare lade som ingenting, med fare for at en anden kollega går til ledelsen? Hvordan kan jeg hjælpe hende uden at gå til ledelsen?

Det lyder som om, du er et omsorgsfuldt menneske, der ikke ønsker at rende med sladder. Du vil din kollega det bedste og vil derfor ikke gå til ledelsen eller bringe din kollega i en skamfuld situation ved selv at sige det.

Jeg synes, du skal bede om hjælp hos din tillidsrepræsentant eller arbejdsmiljørepræsentant til at få det sagt på en omsorgsfuld måde.

Det vigtigste er, at din kollega forstår, at I gerne vil passe på hende, så hun beholder sit job. Uanset om det kun drejer sig om to stykker rugbrød eller et stykke kage, betragtes det som tyveri fra arbejdspladsen, og nogen er blevet fyret for mindre.

Din kollega er heldig, at hun en har en kollega som dig.

APV PÅ SKIFTENDE ARBEJDSSTEDER

Det er et stort problem for mig og mine kolleger, at der ikke bliver udarbejdet APV (arbejdspladsvurdering) hos alle borgere i alle hjem. Vi er nervøse for arbejds-skader og for, at vi arbejder forkert.

Vores ledelse siger at det ikke er nødvendigt og henviser til, at der i Arbejdstilsynets vejledning står, at det som regel ikke er nødvendigt at gennemføre en APV for hvert enkelt skiftende og midlertidige arbejdssted, fordi arbejdet ofte foregår på samme måde.

Kan det virkelig passe? Borgere, opgaver og boliger er forskellige?

I har helt ret i, at der ikke generaliseres, da alle borgere og hjem er forskellige med deraf forskellige behov for hjælp, hjælpemidler, forflytninger osv. Ensartetheden er simpelt hen ikke stor nok til, at man kan sige, at arbejdsopgaverne er ens, og der skal derfor i henhold til Arbejds miljøloven altid foretages en APV af arbejdsstedet.

Der står i loven, at virksomheden skal revidere sin APV, når der sker ændringer i arbejdet eller i den måde, arbejdet udføres på.

I kan henvise til Arbejds miljøweb, hvor der står: "Arbejdsforholdene skal derfor være i orden, før arbejdet går i gang, og skal kontrolleres jævnligt. Det betyder, at der skal udarbejdes en skriftlig arbejdspladsvurdering, inden arbejdet starter, evt. i forbindelse med visiteringen."

Formålet med arbejdsmiljøloven er at forebygge ulykker og arbejds-skader, og APV'en er et helt centralt element i forebyggelsen. APV'en skaber et overblik over arbejds-gange og korrekt anvendelse af hjælpemidler, og den skal laves hurtigst muligt, når det giver mening i forhold til den enkelte borger.

Du og dine kolleger er meget velkomne til at kontakte fagfor-eningen igen, hvis I har spørgsmål.

Scan koden og kom direkte til arbejds miljøweb



HJÆLP! JEG HAR GLEMT AT AFHOLDE MINE SENIORDAGE!

Jeg har lige fået at vide, at hvis ikke jeg når at holde mine seniordage inden den 31. december, er de tabt. Det passer forhåbentlig ikke?! Jeg er 63 år og ansat i en kommune, så jeg har ret til 6 dage, men jeg har kun nået at holde én seniordag i år. Hvad gør jeg, hvis jeg ikke får lov at holde fire dage fri med kort varsel? Jeg ville egentlig gerne have sparet dem op til en vinterferie. Hvis arbejdsgiveren går med til det, kan vi så ikke lave en aftale om, at de bliver overført?

Du kan desværre risikere, at dine seniordage går tabt. Som medarbejder skal du så tidligt som muligt varsle, at

du vil afholde seniordage – til gengæld så skal arbejdsgiver så vidt muligt imødekomme dit ønske.

Du kan dog godt aftale med din arbejdsgiver, at dine seniordage overføres til næste år, men det skal være en aftale – det er ikke en ret.

Vi vil råde dig til, at du hurtigst muligt taler med din arbejdsgiver, så du enten når at få afholdt dagene inden den 31. december eller får dem overført, hvis I kan blive enige om det.

Forhåbentlig bliver I enige, så du kan få glæde af dine velfortjente seniordage.

KAN FERIEFONDEN TAGE MIN FERIE?

Jeg er ansat på fuld tid i en kommune. Der står på min lønseddel at jeg har 103 timers ferie, der skal afholdes inden den 31. december. Min leder siger de går til feriefonden hvis jeg ikke bruger dem. Kan det virkelig være rigtigt?

Nej det er ikke helt rigtigt. Du kan aftale med din arbejdsgiver at al ferie udover 4 uger, skal overflyttes til næste ferieafholdelsesperiode, eller at du får det udbetalt.

Jeg vil dog anbefale, at du sammen med din leder får ferien planlagt, så du når at få afholdt din ferie inden den 31. december og får det pusterum, som du sikkert trænger til.

Hvis for mange ikke afholder den ferie, de har krav på, svækker det desuden vores argumenter ved forhandlingsbordet, når vi skal forhandle ferie og andre vilkår med arbejdsgiverne.

Hvis du alligevel vælger at bede om at få udbetalt din ferie, skal du være opmærksom på, at der er nogle helt klare regler der skal overholdes, blandt andet at du har været ansat på fuld tid hele perioden, og at du ikke har fået offentlige ydelser. Reglerne er ret komplicerede, så jeg vil anbefale dig, at du får hjælp af din tillidsrepræsentant. Hvis du ikke har en tillidsrepræsentant, er du velkommen til at kontakte os igen.

USYNLIG ARBEJDSMILJØ-REPRÆSENTANT?

Vi har verdens mest usynlige arbejdsmiljørepræsentant på min arbejdsplads. Jeg tænker, at det må jeg selv kunne gøre bedre, men jeg ved ikke, hvor jeg skal henvende mig, hvis jeg vil stille op? Jeg har ikke lyst til at spørge min nuværende arbejdsmiljørepræsentant om det, for det kan jo risikere at blive en lidt akavet situation.

Tak for dit spørgsmål! Hvor er det dejligt at du har lyst til at blive arbejdsmiljørepræsentant og være med til at arbejde for det gode arbejdsmiljø.

Hvis du gerne vil være arbejdsmiljørepræsentant, skal du stille op til valg, næste gang din arbejdsgiver arrangerer det. Valget skal arrangeres hvert andet år. Herefter er det så dine kolleger, som vælger, hvem af de opstillede der skal vælges – men mon ikke det bliver dig, når den nuværende arbejdsmiljørepræsentant er usynlig.

Du skriver, at du er bange for en akavet situation. Det er meget forståeligt.

Det kan også være en overvindelse at stille op til kampvalg, men det kan sagtens gøres uden at pege fingre. Du behøver ikke at fortælle din nuværende arbejdsmiljørepræsentant, at du har været utilfreds med hans/hendes håndtering af opgaven. I stedet for kan du - når valget nærmer sig - fortælle vedkommende, at det er en opgave, som du synes er så vigtig og så spændende, at du også selv har lyst til at prøve kræfter med den.

Hvis du bliver valgt, tilbyder FOA dig en lang række spændende kurser, som kan klæde dig på til rollen.

Særligt til tillidsvalgte

GODT PSYKISK ARBEJDSMILJØ

● Sæt kryds i kalenderen den 9.-10. april 2024, hvor BFA holder konference om godt psykisk arbejdsmiljø.

Temaet er "Krav i arbejdet", og det handler om alle krav i arbejdet; både når der er stor arbejdsmængde og tidspres, når kravene er uklare og modstridende eller der er høje følelsesmæssige krav i arbejdet.

Konferencen er for arbejdsmiljørepræsentanter, tillidsrepræsentanter og ledere.

Tilmeldingen er endnu ikke åben, men scan koden og tilmeld dig nyhedsbrev fra BFA.



PODCAST MED INSPIRATION

● Med Fagbladet FOAs podcastserie 'Færdigt arbejde' får du en faglig vitaminindsprøjtning og inspiration til dine opgaver som tillidsvalgt. Podcastserien er også målrettet almindelige medlemmer, så spred rygten!

Lyt bl.a. til afsnit om små selvstyrende teams, vold på jobbet, praksischoke og fleksibilitet i arbejdslivet.

Find serien "Færdigt arbejde" dér, hvor du normalt lytter til podcast, eller på fagbladetfoa.dk/podcast

NETVÆRK OM ARBEJDSMILJØ

● BFA tilbyder deltagelse i to forskellige slags netværk om arbejdsmiljø. Begge tilbud er gratis at deltage i.

Fælles for indsatserne i begge typer af netværk er de udfordringer i arbejdsmiljøet, der er særligt prioriteret i de nationale mål frem til 2030:

- Krænkende handlinger i det interne samarbejde
- Krænkende handlinger, vold og trusler i det eksterne samarbejde
- Ubalance mellem krav og muligheder for indflydelse og udvikling
- Det ergonomiske arbejdsmiljø

Netværksindsatserne drives af BFA's besøgsteam, som består af fagligt kompetente arbejdsmiljøkonsulenter, der er parat til at byde ind med deres viden og erfaring med arbejdsmiljøindsatser på en række arbejdspladser i Danmark.

Scan koden og læs mere



TO FILM OM SMERTER PÅ ARBEJDSPLADSEN

● "Smerter håndterer vi bedst i fællesskab". Sådan lyder budskabet fra BFA, der har produceret to små film, som kan lægge op til dialog om smerter på arbejdspladsen. Hver film varer tre minutter, og BFA opfordrer til f.eks. at vise dem på et møde som optakt til fælles drøftelser.

Find dem ved at scanne koden





BRUG OPSLAGSTAVLEN

● Hvis du er tillidsrepræsentant, har du måske allerede opdaget, at fagforeningen i den senere tid har sendt dig nogle små plakater sammen med en opfordring til at hænge dem op, hvor kollegerne kan se dem. Plakaterne kan være en opfordring til at tjekke sine medlemsoplysninger (eller melde sig ind), en invitation til et medlemsarrangement eller et politisk budskab.

Lav gerne lidt "larm", når I hænger dem op, så kollegerne ikke kan undgå at opdage, at I har noget vigtigt på hjerte, som de bør interessere sig for.

Hvis du har særlige ønsker til opslag e.l. og har brug for hjælp til tekst eller layout, er du velkommen til at kontakte kommunikationsmedarbejder Anne Guldager, angul@foa.dk

ILLUSTRATION: CANVA

ORGANISERING

● Opgaven med organisering af nye medlemmer er en af dine vigtigste opgaver som tillidsrepræsentant.

På foa.dk/sosu-tillidsvalgt kan du finde forskellige værktøjer til dit organiseringsarbejde. Blandt andet en hilsen fra dig til nyansatte ikke-medlemmer, som du kan bruge i forbindelse med modtagelsen.

Særligt til
tillidsvalgte



ILLUSTRATION: COLOURBOX

GENFORENINGSFEST!

● Generalforsamlingen plejer at være et tilløbsstykke for tillidsvalgte og en oplagt anledning til for eksempel en gensyn med nogle af dem, man har været på grunduddannelse med.

Og når du nu alligevel skal afsted, så tag et par kolleger eller 10 under armen.

Vi ses den 8. november!

Scan koden og tilmeld dig



DROP IND LØNTJEK

● Som du kan læse på side 14 har medlemmerne fire gange i løbet af november mulighed for at få et hurtigt løntjek i fagforeningen uden at bestille tid. Hjælp dig selv ved at opfordre medlemmerne til at benytte sig af denne mulighed.



					1					STÆVNE	VEJR-MELDER	MEDIUM	AFTALE	501	TOP	
					9											
																1
										PÅHIT FOR-FØLGE				PARTI STYG		
											INSTRU-MENT STED-NAVN					
					6										SPANIEN OP-TRAPPE	
SOSU X	FEST-LOKALE	EXIT	DRIK	1051	2	SMALL	VÆGT-ENHED	DRIK	KØRE DIGE				2			
FODTØJ		21								11		BESKED RETNING				GAM-MEL
HELT						FOR-NAVN ETC.				RIGELIG SAGN-FIGUR				VÆGT-FORK. RÆKKE		
LARGE		BEHOL- DER BERO-LIGE	3					BIB. NAVN NERVØSE		24	PRÆMIE STEDORD					
GIFT				RØG HÆNDE			FJER-NEDE TALORD				4	INSEKT SIKKER- HED			13	SLÆGT- NING
FOR-BUND	14		SKÆRES MODERNE		5	10			HALS-PYNT KRAFT			18		PLADE DRÅBE		
GUF		7				CIFFER BRANCHE		25			BEGÆR FEDTERI					
HUKOM-MESES-TAB											UKENDT REGEL			VAND-LØB FIGUR	19	
MORE SIG			LOK SPIL				HJÆLPE-MIDDEL ANER			22				17	HOLM SØN	
	JO BELÆG-NING					JAG Ø			STYRE-SYSTEM VERDENS-HJØRNE	8			KLIMA STADEN			12
KUR- STED				PERIODE NÆSE				KURS GRÆSK TEGN			BACHELOR KVIT- TERING			TONE LAV- LAND		
ARRIGT					BRUD-STYKKE KIGGE		23				ABSCES SOLGUD				NORGE ATOM-SKIB	
TONE	20		LAND ANNO				MÆRKE ITALIEN			BEDE TYSK-LAND				FUGL VITA-MIN		15
STUDIE					16				26							

Send ind & vind!

Send løsningsordet senest den 1. januar til angul@foa.dk og deltag i lodtrækningen om en SOSU-taske.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24	25	26								

Vinder af sosu-krydsen i sidste nummer blev: Mary Joan Potempa, Glostrup