



Tanzila Hatshubarova og Marie Eftevaag

12

## Jobber for bedre folkehelse

**Apotekene tar ansvar**  
Koronapandemien stod på agendaen under Farmasidagene 2020.

16



**Lønnsoppgjøret**  
Arbeidstid og ulempetillegg var de vanskeligste forhandlingsområdene.

20



**Ny læreplan**  
Farmasiforbundet har identifisert flere mangler.

22



Bronwel®  
KIDS+  
FAMILY

# For hoste ved forkjølelse



FRA 1 ÅR

- ✓ Lindrer tørrhoste og slimhoste
- ✓ Naturlig honning, tørrekstrakt fra altearot
- ✓ Jordbærsmak

ning, både

nitol,  
gubbsarom,  
ciat, renat

Ingredienserna,

tt flaskan

Bronwel®  
KIDS+  
FAMILY

FRÅN/FRA 1 ÅR

hosesirap/hostesirup  
naturlig honung/naturlig honning  
tørrekstrakt från läkemaiva/  
tørrekstrakt fra altearot

För hosta vid förkylning

Mot hoste ved forkjølelse

- Lindrar tørrhоста + slemhоста
- Lindrer tørrhoste + slimhoste

240 ml e

Mot hoste  
for kjølelse  
slimhoste

Innhold:  
tørrekstrakt  
honning,  
vanntri g  
jordbærsmak  
metyl-4-  
propyl-4-  
renset van

Bruk ikke  
overfor mest  
hvis du er  
barn under 1 år

Oppbevar  
barn.  
Lukk flasken  
Oppbevar  
originalfor  
innen 4 uker

Dette er et medisinsk utstyr. Les bruksanvisningen før bruk.

PERRIGO NORGE AS • Nydalsveien 36B, 0484 Oslo, Tel: 23 00 70 40, [www.perrigo.no](http://www.perrigo.no)

- 5 Forbundsleder har ordet
  - 6 Småstoff
  - 10 Bidrar til folkehelsen
  - 16 Farmasidagene 2020
  - 20 Lønnsoppgjøret i havn
  - 22 Kritisk til ny læreplan
  - 24 Norsk legemiddelproduksjon
  - 26 Synger ut om faget
- 27 Parat UNG
  - 28 Kurs i 2021
  - 32 Ny hverdag i Schibsted Partnerstudios
  - 36 Parat informerer
  - 38 Spørsmål og svar
  - 40 Kryssord og hjernetrim
  - 42 Parats leder

## Bidrar til folkehelsen



Foto: Kristin Rosmo

### Lønnsoppgjøret i havn

Farmasiforbundet og Virke er enige om årets tariffoppgjør, men det er endringene som er fore-spillet i 2022 som har skapt mest diskusjon.



**20**



Skjermdump Farmasidagene 2020.

### Farmasidagene 2020

Helsepersonell på apotek har imponert, mener flere aktører i legemiddelbransjen. Nå ønsker apotekene å bidra enda mer.



### Ny læreplan er ikke god nok

Farmasiforbundet er ikke fornøyd med den nye læreplanen for apotekteknikere, og har identifisert flere mangler.

Bodil Rokke. Foto: Siv M. Bjelland

**22**



**24**

### Legemidler kommer hjem

Den norske legemiddelbransjen opplever endelig å bli hørt av politikerne. Statsbudsjettet for neste år bevilger en hel milliard til beredskapslager.

# Jeg elsker fløtekarameller

Fløtekarameller ... mmm! Den følelsen når karamellen smelter på tunga og smaken fyller munnhulen ... det er noe av det beste jeg kan tenke meg. Da jeg var liten, lagde vi alltid fløtekarameller hjemme før jul. Det var mye gris på kjøkkenet når vi holdt på, men resultatet ble fantastisk.

Nå for tiden er det slutt på karamellproduksjon på kjøkkenet før jul, dessverre. Nå kjøper jeg karamellene mine i butikken. Matvarebutikken. På vei til helgehandel forleden passerte jeg apoteket på vei til matbutikken. Og der – utenfor apoteket, i en sjokkselger, som jeg holdt på å krasje med i min iver etter å rekke butikken før ølsalget stengte – ble jeg tilbudt fløtekarameller.



Vakkert innpakket i cellofan. Bak karamellene var det hudkrem og plaster og alt det andre apoteket ville selge meg. Men karamellene først, altså.

Hvis du har fulgt meg en stund, vet du at jeg har skrevet om dette før, men jeg slutter ikke å la meg fascinere av hvorfor apoteket prøver å selge meg godterier, julesennep og annet knask. Ja, jeg vet det er juletradisjon, og at (jule)sennepen har sin opprinnelse i drogeproduksjon og har vært brukt medisinsk. Men likevel – la meg få medisinen jeg trenger på apoteket, så fyller jeg gjerne opp handlekurven med karameller, sennep og andre julegodsaker – i matvarebutikken. God jull!

*Vesle*

## Farmasiliv

**Utgis av:**  
Farmasiforbundet i Parat

**Farmasforbundet,**  
Lakkegata 23  
Postboks 9029 Grønland  
0133 OSLO

**www.farmasiforbundet.no**  
www.parat.com

**Besøksadresse:** Lakkegata 23  
**Telefon:** 482 10 100  
**E-post:** post@parat.com

**ISSN:** 1891-6864  
**ISSN:** 2464-1618 (online)

**Ansvarlig redaktør:** Trygve Bergsland  
**Mobil:** 905 85 639  
**E-post:** trygve.bergsland@parat.com

**Leder:** Irene Hope  
**Mobil:** 958 00 766  
**E-post:** irene.hope@parat.com

**Forsidefoto:** Kristin Rosmo  
**Avbildet:** Tanzila Hatshubarova og Marie Eftevaag

Alle illustrasjonsbilder i bladet som ikke er kreditert er levert av iStock.

**Redaksjonen avsluttet:** 23.11.2020  
**Materiellfrist neste nummer:** 05.02.2021

**F Fagpressen**

**Layout:**  
Storybold  
**www.storybold.no**

**Trykk:** Ålgård Offset AS  
**www.a-o.no**  
**Telefon:** 51 61 15 00



Dette produktet er trykket etter svært strenge miljøkrav og er svanemerket, CO<sub>2</sub>-nøytralt og 100 prosent resirkulerbart.

**P PRESSENS FAGLIGE UTVALG**

**Vi arbeider etter Vær Varsom-plakatens regler for god presseskikk.**

Den som mener seg rammet av urettmessig publisering, oppfordres til å ta kontakt med redaksjonen. Pressens Faglige Utvalg (PFU) er et klageorgan oppnevnt av Norsk Presseforbund som behandler klager mot mediene i presseetiske spørsmål.

**Adresse:** Rådhusgt 17  
0158 Oslo  
**Tlf:** 22405040  
**E-post:** pfu@presse.no

**presse.no**

# Bruk ressursene i apotekene

2020 vil bli husket som et svært annerledes og vanskelig år for mange. Heller ikke i apotekene har vi sluppet unna pandemiens konsekvenser.

Apotekene holdt for det meste åpent, men da butikkene på kjøpesentrene og i bysentrum stengte ned, ble kundegrunnet mindre. Dermed unngikk man likevel ikke permitteringer av apotekansatte.

Smitteverntiltak ble innført for å ivareta sikkerheten til ansatte på apotekene som stod, og fremdeles står, i første linje og utøver samfunnskritiske oppgaver. Tiltakene var viktig for å kunne bidra til sikker kundebehandling og verne ansatte og kunder på en forsvarlig måte.

Apotekene er nå godt i gang med å sette influensavaksine. Det er om lag 4000 vaksinatører i bransjen, og over 23 000 som har vært på apoteket og tatt influensavaksinen. Dette viser at apotekene er en stor ressurs innen vaksiner og har et stort potensial for å brukes mer når en vaksine mot covid-19 en gang kommer på plass.

Når vaksinen vil komme strides de lærde om, men på et tidspunkt vil den være her. Da er det naturlig at ressursene i apotekene blir brukt og blir involvert i vaksinasjonsprogrammet som kommunene skal få ansvar for, og for å sikre en god og trygg vaksinerings av befolkningen i Norge. Apotekene klarer seg ikke uten apotek teknikere, og jeg er stolt av jobben dere utfører hver eneste dag for å bidra til et friskere Norge!

I skrivende stund er smitten av koronaviruset på vei oppover igjen, og man ser for seg at en ny smittebølge er på vei. Jeg håper, tror og ønsker at smitten avtar når jula nærmer seg, slik at alle kan få en fin julefeiring sammen med sine kjære.

Ønsker for 2021 er at det blir et år hvor vi kan gå tilbake til mer normale tilstander igjen, slik det var før viruset tok kontrollen over livet vårt.

*Jeg ønsker alle en velfortjent julefeiring.  
Husk å ta godt vare på hverandre!*



Foto: Vette Daler

# NYHETER FRA APOKUS



## KR101 CYTOSTATIKA OG BIVIRKNINGER

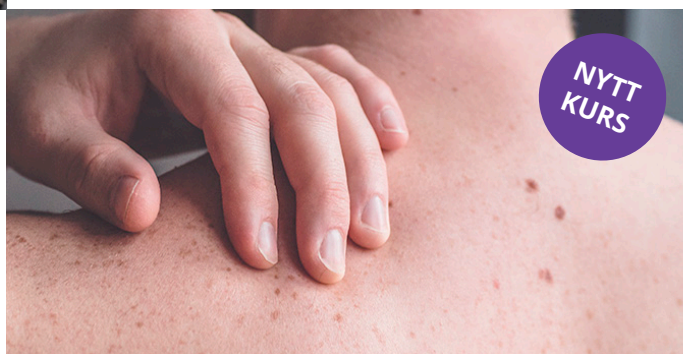
Cytostatika redder liv, men det er også en behandling med mange bivirkninger. Hvilke er de vanligste? Og hvordan kan de forebygges og lindres?

I e-læringskurset lærer du mer om bivirkninger av cytostatika, og hvilke råd du kan gi pasienten.

## HU109 HUDKREFT

Forebygging og tidlig oppdagelse av hudkreft er viktig. Hvilke endringer skal man se etter i huden? Hvordan kan man forebygge og behandle hudkreft?

I e-læringskurset lærer du mer om ulike former for hudkreft og hvilke gode råd du kan gi kunder.



Du finner **Kurskompis** i slutten av begge kursene. Ikke hørt om Kurskompis før?

Les mer på [apokus.no](https://apokus.no)

Finn flere e-læringskurs, og få med deg siste nytt fra oss i våre ulike kanaler.

Følg oss gjerne ↘



Nå har du muligheten til å få med deg **fagstoff på direkten**. Sammen med fageksperter tar vi opp relevante temaer for apotekansatte.

**Apokus:Live** er et webinar-konsept for deg som jobber i apotek. Når du melder deg på får du en e-post fra oss med lenke til webinar, og du kan bli med via PC, mobil eller nettbrett. Det er gratis å delta, og du vil kunne stille spørsmål til fagpersonene i en chat.

Informasjon om webinarer som kommer, og registrering for å få tilsendt opptak av webinarer som har vært, finner du ved å gå inn på **apokus.no**.



@APOKUS\_NO FB.COM/APOKUS.NO APOKUS.NO



## – Bruk apotekene til covid-19 vaksiner

Det er fornuftig å gi kommunene ansvaret for vaksiner mot covid-19, men i det praktiske vaksinearbeidet kan og bør apotekene benyttes. Det vil sikre bedre tilgjengelighet og bedre gjennomføring, mener Apotekforeningen. Helse- og omsorgsdepartementet foreslår endringer i forskrift om nasjonalt vaksinasjonsprogram som vil gi kommunene ansvar for å tilby vaksiner mot covid-19. Forslaget har nå vært på høring. Apotekforeningen støtter forslaget. – Det er klokt allerede nå å ta covid-19-vaksinen inn i vaksinasjonsprogrammet, og plassere sørge-for-ansvaret hos kommunene. Men det løser ikke hvordan man i praksis skal få vaksinert flere millioner mennesker, kanskje to ganger hver, over en relativt kort periode, sier fagdirektør Hanne Andresen i Apotekforeningen. [@apotek.no](#)

## Nobelpris for oppdagelsen av hepatitt C-viruset

Årets Nobelpris i medisin går til tre forskere som oppdaget hepatitt C-viruset, og som muliggjorde utviklingen av nye legemidler som har reddet millioner av menneskeliv.

Harvey J. Alter, Michael Houghton og Charles M. Rice gjorde i 1988 banebrytende oppdagelser som innebar at viruset kunne identifiseres.

– Nobelprisvinneres oppdagelse av hepatitt C-viruset er en milepæl i det pågående arbeidet med å bekjempe virusykdommer, skriver Nobelforsamlingen ved Karolinska Institutet i en uttalelse. Hepatitt C-viruset smitter først og fremst gjennom blod, og i Norge antar man at rundt 80 prosent smittes gjennom injiserende rusmisbruk. [@NTB/lmi.no](#)

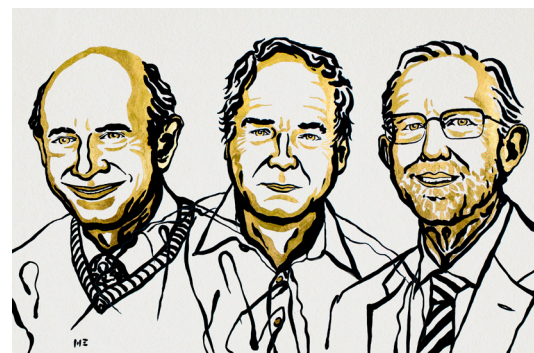


Foto: alter-houghton-rice



## Økt bruk av sterke smertestillende med opioider

Nesten halvparten av pasientene som får opioider som Buprenorfin, tramadol og oksykodon på blå resept mot kroniske smerter, blir langvarige brukere. Flere pasienter får høyere doser enn anbefalt. Det viser en ny studie fra Folkehelseinstituttet. Opioider påvirker sentralnervesystemet, blant annet lindrer de smerter. De kan enten være stoffer som finnes naturlig i opium, som morfin og heroin, eller kunstig fremstilt, slik som kodein. I 2008 ble blåreseptordningen endret for at alle pasienter med langvarige kraftige smerter kunne få forskrevet opioider på blå resept. Studien viser at antall pasienter som får dette, har økt etter endringen i 2008 – og mange av pasientene går på opioidene år etter år. Dobbelte så mange kvinner som menn bruker opioider mot langvarige smerter. [@fhi.no](#)



Direktør for næringspolitikk i Apotekforeningen, Oddbjørn Tysnes. Foto: Kubrix

## Apotekavansen må prisjusteres fra 2021

Apotekavansen har ikke blitt prisjustert siden 2018. Det taper apotekene 50 millioner kroner på.

– Det kan ikke fortsette, sa Oddbjørn Tysnes på budsjettøring i Stortingets helse- og omsorgskomite i oktober. Tysnes presiserte at hvis ikke kronebeløpet blir prisjustert, må apotekene si opp folk og bruke mindre tid på reseptkundene.

– Noen av trinnprisene har dessuten kommet så lavt ned at de internasjonale leverandørene av legemidler ikke tjener penger på å levere dem til Norge.

For noen legemidler risikerer vi at de slutter å levere, sa han i høringen.

*@apotek.no*

## Lov om e-helse trekkes tilbake

Kritikken mot den nye e-hesloven var massiv. Nå trekkes lovforslaget tilbake, melder regjeringen.

– For å følge opp forslagene til forbedringer som kom under høringen i Stortinget, er det behov for å gjøre flere endringer i lovforslaget. Dette vil kreve et grundig forarbeid. Det handler særlig om direktoratets oppgaver og kompetanse til å gi pålegg, og regulering av plikten til private aktører. Av hensyn til aktørerne som er foreslått regulert, og andre berørte, mener regjeringen etter en helhetsvurdering at den beste løsningen er at lovforslaget trekkes tilbake, skriver Helse- og omsorgsdepartementet.

*@dagensmedisin.no*



## Utredet norsk vaksineproduksjon

LMI, LO, NHO, Industri Energi, Norsk Industri og KLP har sammen utarbeidet en rapport om hvorfor og hvordan vi bør etablere et senter for norsk vaksineproduksjon og innovasjon i Norge. – Norge har kunnskapsmiljøer i verdensklasse innen medisinsk forskning, legemiddel- og vaksineproduksjon, livsvitenskap og industrielle prosesser. Vi har en konkurransedyktig helseindustri, kapital og fortrinn som kan brukes for å konkurrere i det internasjonale vaksinemarkedet. Derfor foreslår LMI, LO, NHO, Industri Energi, Norsk Industri og KLP å etablere et «Senter for norsk vaksineproduksjon og innovasjon» (SEVI), skriver Legemiddelindustrien. *@lmi.no*



## NMD ut mot LUA-leverandører



Vitus-eier Norsk Medisinaldepot (NMD) varsler konsekvenser for leverandører som selger legemidler gjennom dagligvarebutikker, kiosker og bensinstasjoner (Legemidler utenfor apotek – LUA).

– Dere som leverandører har to valg: Enten velger dere å være apotekvennlig og satser fullt og helt på oss, eller så velger dere å være LUA-vennlig med de konsekvensene det har. Å ri disse to hestene samtidig er i vårt hode helt umulig, sier en leder i Norsk Medisinaldepot ifølge E24. Dette reagerer leder i Legemiddelindustrien, Karita Bekkemellem, meget sterkt på.

– Det er sjokkerende at seriøse aktører benytter seg av slike metoder. Det er helt uakseptabelt, sier Bekkemellem til E24. Hun sier Norsk Medisinaldepot undergraver ordningen som sørger for at reseptfrie legemidler i butikker, og dermed begrenser utvalget til forbrukerne. @e24.no

## Tåteflasker gir fra seg mye mikroplast

Tåteflasker laget av plasttypen polypropylen slipper fra seg mikroplast når de varmes opp og ristes, viser en ny studie i tidsskriftet Nature Food. Polypropylen er en type plast som ofte brukes i husholdningsartikler og emballasje. Slike tåteflasker står for cirka 82 prosent av nettsalget i 48 land og regioner. Norge eller Skandinavia er ikke med i oversikten. Plastflaskene som ble testet, avga 1–16 millioner mikropartikler per liter. Voksne får til sammenligning i seg rundt 100 000 mikroplastbiter på et år. Det er ifølge en tidligere studie som blant annet ble omtalt av avisa The Guardian.

@forskning.no



## Føflekkreft gir dårligere odds i Norge

Det er færre som overlever føflekkreft i Norge enn i mange andre nordiske land. Det viser en ny studie, der forskerne har sammenlignet overlevelsen av kreft i de nordiske landene de siste årene. Norske menn ligger høyest i Norden når det gjelder både forekomst og dødelighet. Internasjonalt er Norge helt i toppen i forekomst av føflekkreft, sammen med Australia.

– Vi vet ikke hvorfor. Men vi kan kanskje ikke utelukke at noen, kanskje særlig menn, ikke beskytter seg nok i solen, sier Tom Børge Johannesen i Kreftregisteret. @forskning.no



## Ber Konkurransetilsynet se på NMD-saken

Norsk Medisinaldepot har varslet konsekvenser for leverandører som selger legemidler utenfor apotek. Nå ber Legemiddelindustrien om at Konkurransetilsynet ser på saken. Beate Berrefjord er Konkurransetilsynets nestleder i avdelingen for mat, handel og helse. Hun sier til E24 at hvis en stor aktør prøver å presse noen til å være med på et samarbeid som er konkurransevridende, så kan det være brudd på paragraf 10 i konkurranseloven. Næringsminister Iselin Nybø er glad for at Konkurransetilsynet er oppmerksom på saken. – Det er slike spørsmål vi har Konkurransetilsynet for, og jeg registrer og er glad for at Konkurransetilsynet er oppmerksom på denne saken, sier Nybø og fortsetter: – Konkurranse er viktig, og det er positivt

at slike bekymringer kommer for dagen. @e24.no



Næringsminister  
Iselin Nybø.  
Foto: Marte Garmann



## Statsbudsjettet: 3,8 milliarder til covid-19-vaksine

Regjeringen foreslår at det bevilges nærmere 3,8 milliarder kroner til vaksine mot covid-19. I tillegg økes bevilgningen til andre vaksiner med 50 millioner kroner.

– Vi skal ta Norge ut av koronakrisen. Vi skal sikre godt smittevern og god behandling i helsetjenesten. Derfor foreslår regjeringen i statsbudsjettet for 2021 å bevilge 10,6 milliarder kroner til å en rekke koronatiltak, slik som innkjøp av vaksiner og vaksinasjon, styrking av sykehusene, utvidelse av det nasjonale smittesporingsteamet, ytterligere oppbygning av beredskapslageret for legemidler og testing ved grenseoverganger, sier helse- og omsorgsminister Bent Høie. @lmi.no

## Avslutningsfest for spreke damer



Lørdag 12. september feiret alle ansatte på Boots apotek Hamar Bodil Pedersen og Britt Støen, som har valgt å gå av med pensjon. Bodil startet å jobbe som bud ved Løveapoteket i 1975. I 1976–77 gikk hun på apotekteknikerlinja på Gjøvik tekniske fagskole, og etter avsluttet eksamen ble hun ansatt ved Løveapoteket Hamar. Hun flyttet senere over til Maxi storsenter og har til sammen jobbet 43 år i apotek. 1. juni 1979 begynte Britt å jobbe på Falken apotek på Grünerløkka. 1. mai 1980 fikk hun jobb på Elverum apotek, og 1. november 1980 begynte hun å jobbe på Løveapoteket på Hamar. Etter hvert ble hun overflyttet til Maxi storsenter og har til sammen jobbet 41 år i apotek.

Bodil Pedersen og Britt Støen. Foto: Privat



## Farmasigigant betaler 77 milliarder i bot

Legemiddelselskapet Purdue Pharma, som mange mener har hovedskylden for opiodkrisen i USA, har sagt seg skyldig i tre tiltalepunkter om distribusjon og markedsføring av opioider, melder det amerikanske justisdepartementet.

– Misbruk og ulovlig salg av reseptbelagte opioider har bidratt til en nasjonal tragedie bestående av avhengighet og død i tillegg til det som skyldes ulovlige gateopiodier, sier visejustisminister Jeffrey A. Rosen, i en uttalelse på justisdepartementets nettsider. Krisen har tatt livet av nesten 500 000 amerikanere siden 2000. @farmatid.no

## Sparer betydelige summer på nettapotek

Nettavisen Økonomi har sjekket prisen på en rekke populære varer hos de store apotekaktørene og de mindre utfordrerne på nett. Prisforskjellen når verdien av 16 varer hos 7 nettapoteker er sjekket, viser at apotekkundene kan spare rundt 800 kroner på å velge den billigste aktøren over den dyreste. Den eneste av de tre store apotekkjedene som klarer å henge med på prisene til nettaktørene, er Apotek 1 som ligger jevnt med nettutfordrerne på de fleste produkter. Pensjonistforbundet mener det er en trist utvikling for de eldste som handler mye legemidler og hovedsakelig på fysiske apotek.

– Disse er nå prisgitt å betale dyrere for seg på apoteket enn på nett, sier generalsekretær Harald Olimb Norman til Nettavisen. @farmatid.no



# GEVITA



## Nyhet!

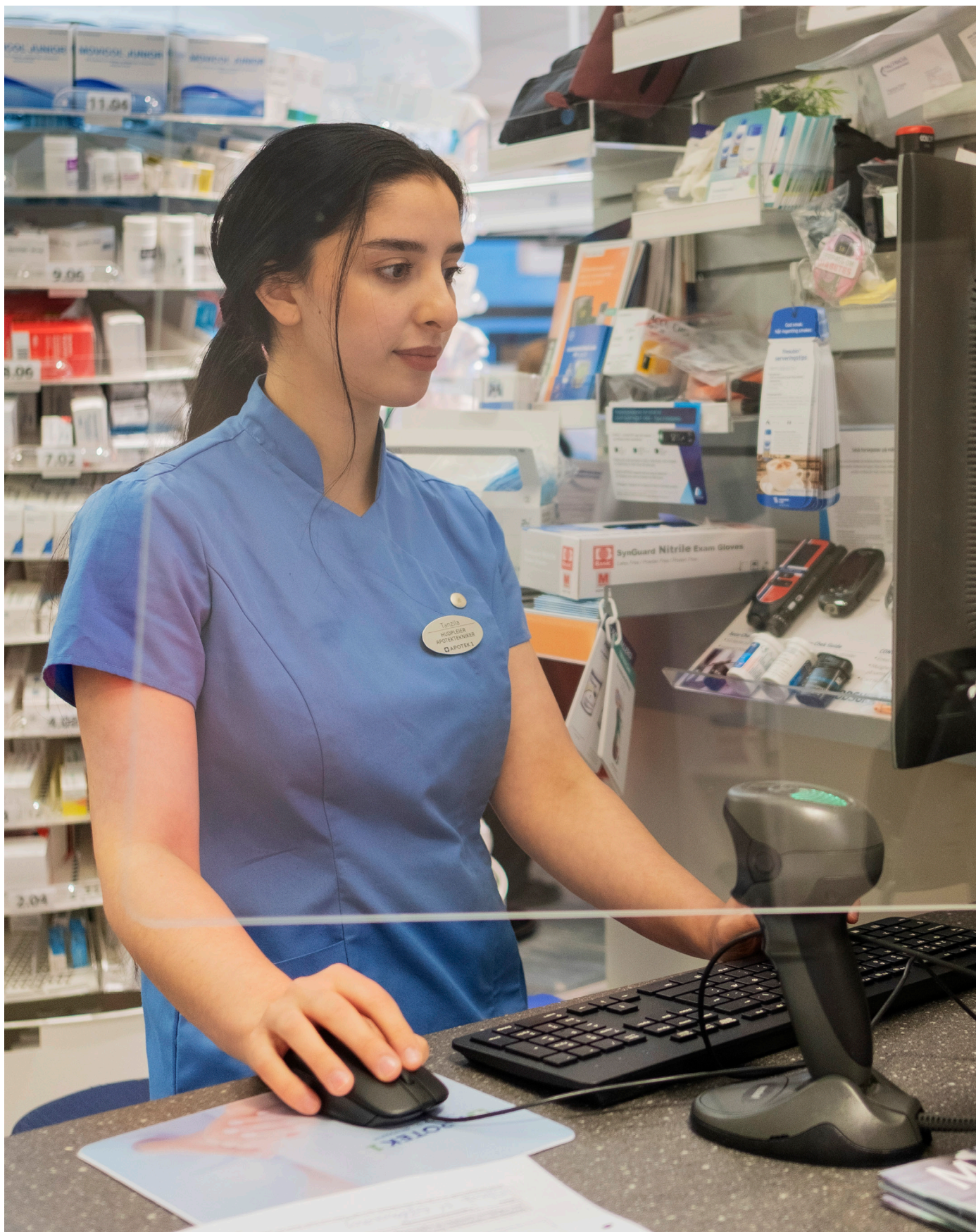
### Nå relanseres GEVITA i ny boks av resirkulert plast.

Velger du den firkantede boksen så er  
det et lite bidrag til en sirkulær økonomi.

Kosttilskudd fra GEVITA selges  
kun på apotek



[mingevita.no](http://mingevita.no)



*Som vaksinator føler apotektekniker Tanzila Hatshubarova seg litt mer som helsepersonell og litt mindre som butikkansatt. Foto: Kristin Rosmo*



Etter ordningen med farmasøyt-rekvirering kom på plass, har omfanget av influensavaksinering i apotek økt betydelig.  
Foto: Kristin Rosmo

# Bidrar til bedre folkehelse

Muligheten for både resept, vaksine og vaksinering uten timebestilling slår godt an. Stadig flere velger å gå til apoteket for å få influensavaksine.

Av: Kristin Rosmo

Nærmere 1,6 millioner mennesker i Norge tilhører grupper som har økt risiko for komplikasjoner av influensa. Myndighetenes mål er at minimum 75 prosent av dem som tilhører risikogrupperne eller jobber med pasienter i helsetjenesten, skal ta influensavaksine hvert år. I fjor tok 40 prosent av dem som tilhører risikogrupperne, og 44 prosent av helsepersonell som jobber med pasienter, vaksinen. Andelene har vært stigende de siste årene, men det er likevel langt igjen før målet om 75 prosent dekningsgrad er nådd.

## Rekvirering og vaksinering i apotek

I tillegg til det offentlige vaksinasjonsprogrammet er det nå 850 apoteker med rundt 4000 vaksinatorer som tilbyr influensavaksinering denne sesongen.

I løpet av de fem første ukene etter årets influensavaksine ble tilgjengelig i apotek-

ene, hadde 61 800 personer tatt vaksinen i et apotek. Det er langt flere enn i hele forårs-sesongen.

I høst ble rekvirerings- og utleveringsforskriften endret, og rundt 2000 farmasøyter kan nå rekvirere influensavaksiner til administrasjon i apoteket. Befolkningen kan dermed få satt vaksinen på apotek uten å måtte gå veien om legen for å få resept på vaksinen. Tendensen gjennom



Apoteketechniker Tanzila Hatshubarova er i sin tredje sesong som vaksinator.  
Foto: Kristin Rosmo

høsten har vært at åtte av ti influensavaksiner i apotek er rekvirert fra farmasøyt.

Frem til 1. desember er apotekene pålagt å kun utlevere sesonginfluensavaksine til målgrupper fastsatt av Folkehelseinstituttet. Bakgrunnen er helsemyndighetenes bekymring for at lagrene skal bli tomme før de viktigste målgruppene har fått vaksinen.

## Aktivt vaksineapotek

Apotek 1 Holtet i Oslo har over flere år tilbudt vaksinering til kundene sine. I uke 41 i høst satte de eksempelvis 90 vaksiner og var på «topp tre» blant alle Apotek 1 i landet. De har tre farmasøyter som både rekvirerer og setter influensavaksiner, i tillegg til to apoteketechnikere som er vaksinatorer.

Apoteketechniker Tanzila Hatshubarova er i gang med sin tredje sesong som vaksinator. Hun har jobbet ved apoteket siden hun var nyutdannet i 2013.

– Min erfaring er at mange synes det er både effektivt og trygt å kunne få resept og få satt vaksinen her hos oss. Det er sjelden at noen ombestemmer seg når vi opplyser





*Helsepersonell på apotek er blant de prioriterte gruppene som får influensavaksine først.  
Foto: Kristin Rosmo*

om at de kan få vaksinen hos legen mot en egenandel på kr 50,- eller gratis ved frikort. Mange kvier seg for å bli sittende lenge på venterommet hos legen og foretrekker apotekenes lavterskeltilbud om vaksine uten legeresept og timebestilling, sier hun.

### **Mer helsepersonell, mindre butikkansatt**

Hatshubarova mener å vaksinere gir en annen type nærkontakt med folk enn kundemøtene ellers.

– Når jeg vaccinerer, føler jeg meg litt mer som helsepersonell og litt mindre som butikkansatt. I begynnelsen var jeg nervøs for å komme for tett på folk. Likevel har jeg aldri opplevd noen ubehagelige episoder der jeg har følt at jeg har tråkket innenfor folks intimsone, sier Hatshubarova.

En gang opplevde hun imidlertid at den hun hadde vaksinert ble kvalm, svett og blek.

– Da tenkte jeg på at det kunne være en allergisk reaksjon, og ringte legevakttelenfonen. Konklusjonen ble imidlertid at det «bare» var et utslag av at vedkommende var redd. Han fortalte meg etterpå at han så livet sitt passere revy da vaksinen ble satt. Jeg tror likevel vi gjorde en god jobb – han kom tilbake senere for å sette andre vaksiner hos oss, sier hun.

Hatshubarova anbefaler flere apotekteknikere å bli vaksinatør. Det er viktig for både arbeidsplassen og folkehelsen med



*Farmasøyt Marie Eftevaag og hennes to farmasøyt-kolleger på Apotek 1 Holtet rekvirerer nærmere 70 vaksiner i uka.  
Foto: Kristin Rosmo*

tanke på at apoteker kanskje må bidra enda mer under en massevaksinering.

– Kanskje kommer det snart en covid-19-vaksine også, og da er det fint og viktig med apotekansatte som kan bidra til massevaksineringen. Jeg liker å være en del av helsetjenesten, der jeg kan hjelpe, vise omsorg og bidra med det jeg kan, sier apotektekniker Hatshubarova.

### **Skeptiske leger**

De tre farmasøyt-rekvirentene på Apotek 1 Holtet har siden vaksinen kom på lager i slutten av september, rekvirert nærmere 70 vaksiner i uka. Farmasøyt og vaksinerequivent Marie Eftevaag opplever at mange er positive til at apoteket har dette tilbudet, selv om det har vært noen medieoppslag om bekymrede leger.

Hun har likevel ikke registrert at lokalt helsepersonell har vært skeptiske til at apoteket nå kan rekvirere influensavaksiner. Flere blant lokalt helsepersonell på Holtet, som tannleger, leger og

sykepleiere, har valgt å vaksinere seg på apoteket.

– Vi fikk tilgang på vaksiner tidligere enn legekantorene. Det er trolig en av grunnene til at de valgte å få satt vaksinen her hos oss. Etter at legekantorene selv har fått vaksiner, merker vi generelt at trykket for å vaksinere seg på apoteket har blitt litt mindre. Likevel er det fortsatt et jevnt sig, forklarer hun.

Ifølge fagdirektør i Apotekforeningen, Hanne Andresen, er Apotekforeningen innstilt på å leve med uenighet med legene om farmasøytrekvirering av influensavaksine.

– Allmennlegeforeningen har vist en skepsis som vi ikke er overrasket over. Samtidig ser vi at en del praktiserende leger samarbeider godt med lokale apoteker, og noen anbefaler pasientene å ta vaksinen i apotek. Da er det samtidig veldig synd at apotekene ikke er omfattet av refusjonsordningen, sier Andresen.



*Fagdirektør i Apotekforeningen, Hanne Andresen, ønsker at apotekene skal være med i influensavaksinasjonsprogrammet og inngå i refusjonsordningen. Foto: Apotekforeningen*

### Ønsker refusjonsordning

Regjeringen har vedtatt at selve influensavaksinen som FHI distribuerer til leger og kommuner, skal være gratis til personer i risikogrupperne denne sesongen. Samtidig settes et tak på egenandelen for å få satt vaksinen på 50 kroner (gratis ved frikort) for de samme grupperne ved vaksinering hos fastlege. Resten av honoraret til fastlegene (150 kroner) dekkes via HELFO.

Det finnes ingen refusjons- eller tilskuddsordning for å dekke kommunenes utgifter til vaksinering av risikogrupperne, utover at vaksinen blir levert gratis fra Folkehelseinstituttet. Kommunene kan

ifølge vaksinasjonsforskriften ta betalt for vaksinering for å dekke sine utgifter til gjennomføring av influensavaksinasjon.

Apotekene er ikke inkludert i vaksinasjonsprogrammet for sesonginfluensa. Rekvirering fra farmasøyt, vaksine og vaksinering må derfor betales av pasienten selv.

Apotekforeningen har uttrykt at «det er uheldig at personer i risikogrupperne ikke får vaksinen subsidiert når de tar den på apoteket. Det burde ikke ha noe å si hvor du tar vaksinen». Samtidig mener fagdirektør Andresen at det av praktiske grunner er forståelig at apotekene ikke er inkludert i influensavaksinasjonsprogrammet i år.

– Ordningen med rekvireringsrett kom på plass veldig kort tid før vaksinasjonssesongen startet, og vaksinasjonsprogrammet er et kommunalt ansvar. Vi har foreløpig få ordninger der apotekene utfører oppgaver på vegne av kommunene. Å få dette på plass krever litt tid. Vi «henger på» de ulike myndighetsaktørene der vi kan, men har ikke tro på at vi får dette på plass denne sesongen, sier Andresen.

### Klar for hyttetur

Jan-Erik Gundersen reiser straks til hytta på Senja og vil være vaksinert før han drar. – Legen min får ikke inn influensavaksine innen jeg reiser, så da velger jeg mitt lokale apotek, forklarer han.



*Jan-Erik Gundersen har for første gang fått influensavaksine på apoteket. Foto: Kristin Rosmo*

Gundersen sitter ute i selvvalget på Apotek 1 Holtet etter å ha fått satt årets influensavaksine. Han må, som alle andre, vente i apoteket i 20 minutter etter å ha fått influensavaksinen. Det er første gang han tar vaksinen på et apotek.

– Det var lettvint å bare kunne komme hit uten timebestilling kontra det å bestille time hos legen og bli sittende på venterommet der.

Han synes prisen på kr 388,- er akseptabel. Likevel mener han at prisforskjellen hos lege og apotek skulle ha vært mindre. – Ikke alle har så god økonomi at de kan velge å ta vaksinen på apotek, selv om de gjerne skulle ønsket det.

Gundersen har ingen ubehag etter vaksinen, og de 20 minuttene går fort. Da er det Senja neste! ■

## Influensavaksine i apotek

- Siden influensasesongen 2017/2018 har det vært mulig for folk å få satt vaksine mot sesonginfluensa i et stadig større utvalg apoteker.
- 850 apoteker med rundt 4000 vaksinatører tilbyr influensavaksinering denne sesongen.
- Høsten 2020 ble Rekvirerings- og utleveringsforskriften endret slik at farmasøyter uten eierinteresser i apotek kan rekvirere influensavaksine til administrasjon i apoteket.
- 39 000 influensavaksiner ble satt i norske apoteker gjennom fjorårets influensasesong (oktober 2019 til og med februar 2020).
- I løpet av de fem første ukene årets influensavaksine har vært tilgjengelig i apotekene, hadde 61 800 personer tatt vaksinen i et apotek (per uke 43). Av disse var to av tre over 65 år, de øvrige tilhørte andre målgrupper.

*Kilder: Apotekforeningen, lovdata.no*



Samtale i studio mellom farmasøyter som stod i frontlinjen da koronapandemien brøt ut i Norge. Fra v.: programleder Erik Wöld, Julie Wendelbo (Sykehjemsetaten Oslo kommune), Katrin Bjerknes (Sykehusapoteket Ahus, Lørenskog), Hanne Andresen (Apotekforeningen), Karianne Johansen (Folkehelseinstituttet) og Hege Willoch (NMD). Skjermdump fra Vimeo.

# Tar ansvar og viser samhold

Helsepersonell på apotek har imponert under koronapandemien, mener flere aktører i legemiddelbransjen. Nå ønsker apotekene å bidra enda mer.

Av: Kristin Rosmo

**K**oronapandemien stod på agendaen da legemiddelbransjen utvekslet kunnskap og erfaringer under den digitale Farmasidagen 5. november. Hvordan har det vært å stå i

frontlinjen under pandemien? Hvor raskt kan vi omstille oss til bedre beredskap og mer legemiddelproduksjon i Norge? Hvordan er egentlig status og planer for covid-19-vaksiner?

## Enorm informasjonsmengde

Å dele koronaerfaringer stod sentralt under årets Farmasidager. Farmasøyter fra Sykehusapotekene, Apotekforeningen, Norsk Medisinaldepot AS (NMD),



*Hanne Andresen (Apotekforeningen) tror kundene generelt har styrket tilliten til apotek under pandemien. Skjermdump fra Vimeo.*



Sykehjemsetaten i Oslo og Folkehelseinstituttet (FHI) fortalte om hvordan det var å stå i frontlinjen da koronapandemien brøt ut.

Hanne Andresen, som var apoteker ved Ditt Apotek Maura da pandemien kom, erfarte spesielt hvor viktig informasjonsflyten er i en krisesituasjon. Hun og medarbeiderne opplevde at det kom en strøm av informasjon fra myndighetene, fagforeningene, kjedekontoret, kommunen og andre.

– Å være apotekleder i mars ble en ny erfaring. I den perioden var det én oppgave som var viktig: å koordinere informasjonsmengden og sørge for at både medarbeidere og kunder fikk riktig informasjon, sa Andresen.

### **Berømmer samhold**

I sommer tiltrådte Andresen stillingen som fagdirektør i Apotekforeningen. Hun har dermed selv fått en viktig rolle som formidler av informasjon til apotek. Apotekforeningen etablerte tidlig en pandemi-beredskapsgruppe på tvers av kjedene og de frittstående apotekene.

Gruppen hadde tett kontakt med myndighetene og koordinerte informasjon fra ulike hold.

Det bidro til at apotekene fikk lik informasjon så raskt som mulig.

– Gruppen tok for eksempel stilling til spørsmål om smitteverntiltak i apotek; hva er godt nok? Var det nødvendig med visir? Munnbind? Pleksiglass? Kunne apotekene droppe kundesignatur ved uthenting av resepter? eksemplifiserte hun.

I tillegg til usikkerheten rundt smittevern oppstod en situasjon med hamstring og legemiddelmangel, og apotekene ble pålagt å begrense utlevering av en rekke legemidler.

– Mange kunder argumenterte med hvorfor akkurat han/hun måtte få utlevert mer enn begrensningen tillot. Helsepersonell på apotek tok et kjempeansvar i denne situasjonen. Jeg opplevde at alle jobbet på tvers av kjeder og arbeidsplasser. Samholdet i bransjen har til fulle vist seg gjennom denne perioden, til tross for den ellers tøffe konkurransen mellom apotekaktørene, sa Andresen.

### **Legemidler på døren**

Apotekforeningen opprettet også en «spørsmål og svar-ordning» på intranettet.

*Kathrin Bjerknæs (Sykehusapoteket Ahus, Lørenskog) og hennes kolleger har hatt sine utfordringer under pandemien, selv om de som leverandør til et stort akuttisyekehus er vant til å svinge seg rundt raskt. Skjermdump fra Vimeo.*



*Jasmin Dinarevic (Apotek 1 Begby i Fredrikstad) oppfordrer myndighetene til å inkludere apotekene når vaksinerings mot covid-19 starter opp. Skjermdump fra Vimeo.*



– Her fikk apotekene fortløpende svar på sine spørsmål. Vi fikk for eksempel spørsmål som «Hva gjør vi når det avdekkes smitte på apoteket?» og «Hva gjør vi når kunden ringer apoteket og sier at han/hun er smittet, men at vedkommende trenger å hente ut legemidler?». Jeg vil berømme apotekene for å finne gode løsninger for å hjelpe kundene, poengterte Andresen.

Hun viste til historier om apotekpersonale som har levert poser i oppkjørselen hjemme hos koronasmittede kunder. Andre har satt ut posen med de legemidlene kunden skulle ha på baktrappen på et avtalt tidspunkt.

– Jeg har hørt om mange gode løsninger som har hjulpet den enkelte kunde. Dette er de små historiene som apotekpersonalet håndterer hver dag. Jeg har stor respekt for

den jobben som gjøres ute i apotekene, sa fagdirektøren.

Andresen tror mange som jobber på apotek har blitt mer bevisst på den rollen de har i samfunnet.

– Jeg tror kundene generelt har styrket tilliten til apotek gjennom denne perioden. Dette må apotekene ta godt vare på. Det er en viktig lederoppgave i apotek å anerkjenne innsatsen blant apotekpersonalet, og å holde motivasjonen oppe slik at apotekene fortsatt kan sikre legemiddel-forsyningen til det norske folk, sa hun.

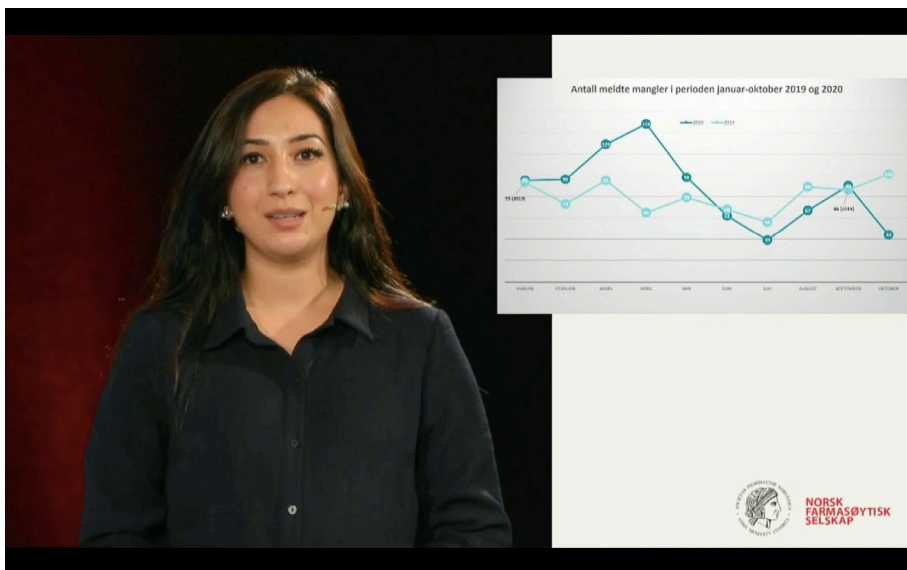
### Utfordrende kohort-organisering

Kathrin Bjerknes, apoteker ved Sykehusapoteket Ahus Lørenskog, ser tilbake på månedene som har gått siden mars som en tid med store utfordringer. Akershus universitetssykehus (Ahus) er et stort akuttssykehus, og apotekpersonalet er vant til å svinge seg rundt raskt.

– Koronapandemien kom likevel brått på, og vi var litt forvirret i starten. Publikumsavdelingen opplevde, som alle andre apotek, at folk hamstret munnbind og Antibac. Vi var tomme på et blunk. Etter en stund, da sykehuset fikk adgangskontroll, opplevde vi imidlertid at det i en periode ble altfor stille på publikumsavdelingen, fortalte hun.

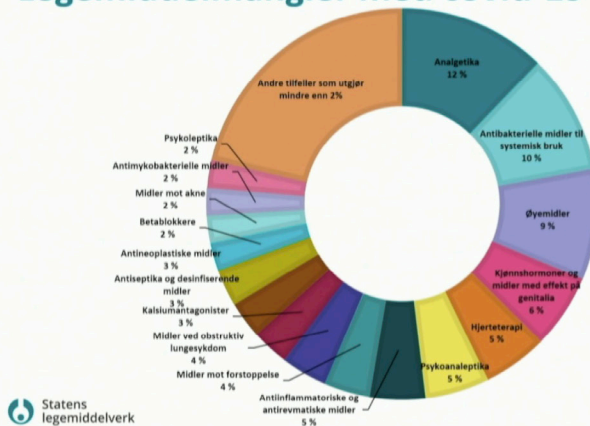
En annen av sykehusapotekets fire avdelinger, produksjonsavdelingen, har også fått merke pandemien godt. Apoteket kunne ikke risikere at avdelingen, med spesialiserte funksjoner som for eksempel cytotstatikaproduksjon, måtte stenge på grunn av at alle medarbeiderne måtte i karantene samtidig.

*Roya Popal (Legemiddelverket) poengterer at Norge er et av de landene som har færrest mangelsituasjoner på legemidler på covid-19-listen. Skjermdump fra Vimeo.*



*Legemiddelverket har et eget covid-19-lag som følger med på potensielle og reelle mangelsituasjoner som følge av pandemien. Skjermdump fra Vimeo.*

## Legemiddelmangler med covid-19 som årsak



De rundt 40 medarbeiderne ble derfor delt inn i tre kohorter, som ikke hadde noen kontakt med hverandre. På den måten kunne driften opprettholdes hvis et av skiftene måtte i karantene.

– Det var en utfordrende måte å jobbe på, og det slet på de ansatte. Det at de ulike kohortene ikke kunne ha kontakt med hverandre, gjorde noe med informasjonsflyten mellom skiftene, fleksibiliteten og arbeidsmiljøet. Når vi nå igjen har fått en utfordrende smittesituasjon i landet, er vi redd for at vi enda en gang må arbeide på denne måten, sa Bjerknes.

### Færre mangelsituasjoner

Under Farmasidagene stod også temaer som internasjonalt samarbeid, sårbarhet, beredskapslagre, råvarelagre, galenisk kompetanse og muligheter for økt legemiddellproduksjon i Norge på agendaen. Farmasøyter fra Legemiddelverket, Mangelsenteret, Curida AS, Sykehusinnkjøp HF, Helsedirektoratet og Farmasøytisk institutt ved Universitetet i Oslo fikk anledning til å dele sine synspunkt på disse områdene.

En sentral problemstilling i denne sammenhengen er legemiddelmangel. I februar i år etablerte Legemiddelverket et kriseteam, covid-19-laget, for å følge tett opp potensielle og reelle mangelsituasjoner som følge av pandemien.

– Generelt har forsynings situasjonen under pandemien vært bra. Antall mangelmeldinger var faktisk færre i sommer enn sommeren 2019, sa lagleder covid-19 i Legemiddelverket, Roya Popal.

Hun og kollegene har holdt et særskilt øye med legemidler som kan bli aktuelle ved behandling av covid-19-pasienter. For å redusere faren for legemiddelmangel har Legemiddelverket fått hjemmel til å forby parallell eksport og kan innføre rasjonering og begrenset utlevering av reseptpliktige legemidler i apotek.

– Vi er et av de landene som har færrest mangelsituasjoner på legemidler på covid-19-listen, så tiltakene har fungert bra, forklarte Popal.

### Ønsker covid-19-vaksine i apotek

Hele verden venter på vaksine mot covid-19. Farmasidagen hadde alt fra forskning, sikkerhet, offentlig-privat samarbeid, produksjon og distribusjon til fordeling, informasjon, vaksinasjonsprogram og tillit i befolkningen oppe til diskusjon. Farmasøyter fra The Coalition for Epidemic Preparedness Innovations (CEPI), Folkehelseinstituttet, Norges Farmaceutiske Forening (NFF), Legemiddelindustrien (LMI) og Apotek 1 utgjorde debattpanelet.

Apoteker ved Apotek 1 Begby i Fredrikstad, Jasmin Dinarevic, får daglig spørsmål fra kunder om når vaksinen kommer.

– Det er viktig at apotek informerer riktig om dette. Vi som jobber på apotek, treffer de aktuelle målgruppene hver dag. Mange er skeptiske til vaksiner, og her kan apotek

bidra med god informasjon for å skape trygghet, poengterte Dinarevic.

### Ufarliggjør vaksinen

Han tror det kan være et viktig signal til folk, og virke ufarliggjørende, hvis covid-19-vaksinen kan rekvireres og settes på apotek.

– Vi har jo sett i høst at mange velger å betale for å få satt influensavaksinen på apotek, til tross for at apotekene ikke har noen refusjonsavtale med Helfo. Vi har bestått vaksinasjonseksamen med glans og er klare for covid-19-vaksinering også. Men det må gjøres i samarbeid med kommunene, sa han.

Dinarevic fikk full støtte fra NFF-leder Rønnaug Larsen. Hun viste til at bransjen måtte stå på for å bli sett på som virksomhet med samfunnskritisk funksjon, og for at apotekpersonell skulle bli definert som helsepersonell med pasientnært arbeid.

– Mange, inkludert myndighetene, har etter denne avklaringen endret syn på hva farmasøyter og apotek teknikere faktisk bidrar med ute i apotek. 2000 rekvirenter og 4000 vaksinatører ved over 850 apotek er nå klare for å bidra til at dekningsgraden for covid-19-vaksinen skal bli så høy som den trenger å være. ■

# Lønnsoppgjøret i havn

Farmasiforbundet i Parat og Virke er enige om årets tariffoppgjør. Men det er endringene som er forespeilet i 2022, som har skapt mest diskusjon.

Av: Lill Jacqueline Fischer

**O**ppgjøret gjelder apotekteknikerne i Apotek1, Boots og ikke-kjedeeide apotek. Parats forhandlingsleder Thomas Lilloe beskriver oppgjøret som krevende, men er glad for at de kom frem til en løsning uten å måtte ty til streikevåpenet.

## Økning i lønnsnivå

Lilloe sier at arbeidstid og ulempetillegg var de klart vanskeligste områdene.

– Vi har endelig fått arbeidsgiver til å forplikte seg til å innføre det vi ønsker i 2022. Vi skal bruke tiden frem til 2022 til å i felleskap beregne kostnadene på de endringene vi har blitt enige om, sier Lilloe.

Lilloe mener endringene på sikt vil gi apotekteknikerne en vesentlig økning i lønnsnivå. Alle apotekteknikere får en lønnsøkning på tre kroner i timen fra 1. april 2020, og alle minstelønnsatser økes også med tre kroner. I tillegg skal det føres lokale forhandlinger.

– Oppgjøret er i tråd med frontfagsoppgjøret og har en ramme på 1,7 prosent, sier Lilloe.

## Arbeidstid og ulempe med forviklinger

Det er diskusjonene rund arbeidstid, betalt lunsjpause eller om ulempetillegget



*Forhandlingsleder Thomas Lilloe beskriver oppgjøret som krevende, men er fornøyd med at partene har kommet til en løsning. Foto: Bente Bjercke*

skal utbetales som lønn eller i redusert arbeidstid, som har vært de mest kompliserte områdene i forhandlingene. Ifølge forbundsleder i Farmasiforbundet, Irene Hope, har dette skapt stort engasjement blant medlemmene.

– Mange er redd for at de skal bli tvunget til å jobbe mer med den nye ordningen, mens andre jubler fordi det vil bety en vesentlig økning i lønn, sier Hope. Hun understreker at ingen skal bli tvunget til å jobbe mer når den nye ordningen trer i kraft i 2022.

Etter oppgjøret i 2022 vil apotekteknikernes arbeidstid i hel stilling bli 37,5 timer. Lunsjpausen blir inkludert i arbeidstiden, slik at total tilstedeværelse på arbeidsplassen blir 37,5 timer i uka. I dag har apotekteknikere i full stilling 36 timers arbeidsuke, men da er ikke lunsjpausen

inkludert. Det betyr at en tilstedeværelse på jobben er 38,5 timer i uka.

– Endringen av arbeidstiden betyr at apotekteknikere får samme arbeidstid som andre arbeidstakere med tariffavtale, sier Thomas Lilloe.

## Ulempetillegg i kroner eller i fritid

Det er lenge siden apotekene stengte klokken fire. Det samme gjelder butikkene. Etableringen av apotek i kjøpesentrene har gjort at mange apotekteknikere har forskjøvet arbeidstid og jobber mange sene kvelder.

I butikker og i andre bransjer er dette løst ved at de ansatte får et tillegg i lønn for de timene de jobber utover kvelden. I apotekene har man praktisert at ubekvem- eller ulempetillegg ikke utbetales i kroner, men avspaseres. I stedet for mer i lønningsspen som andre har apotekteknikerne fått kortere arbeidstid.

– Det innebærer at mange som har avtale om heltidsstilling med 36 timers arbeidsuke, ikke får jobbe 36 timer. I realiteten er de deltidsansatte med arbeidstid på 30 til 32 timer i uka, sier Hope.

## Kan bety store lønnsøkninger

Irene Hope sier endringen kan bety store lønnsøkninger, men da må en jobbe flere timer. Hvis du for eksempel jobber til

klokken 21.00 to kvelder per uke og hver tredje lørdag til klokken 18.00, vil du få en lønnsøkning på mer enn 50 000 kroner i året dersom ulempetillegget utbetales i stedet for at arbeidstiden reduseres. I dag får du i stedet redusert arbeidstiden med 5 timer og 20 minutter i uka. Jobber du til klokken 20.00 to kvelder i uka og hver tredje lørdag til 18.00, vil du få i overkant av 30 000 kroner mer i lønn.



– Ved å la de som ønsker det jobbe full tid, gjør vi at også apotek- teknikere får en lønn det er mulig å leve av, sier forbundsleder i Farmasiforbundet, Irene Hope.  
Foto: Veile Daler

I dag er ulempetilleggene beskrevet i tid i tariffavtalen til apotekteknikerne. I andre tariffavtaler er ulempetillegg oppgitt i prosent av lønn eller med et kronebeløp.

– I dag er hovedregelen avspasering – og utbetaling unntaket. Det vi vil gjøre, er å gjøre betaling til hovedregel og avspasering som mulighet, sier forbundslederen.

Hun mener det er urimelig at arbeidsgiver alene kan bestemme at en ansatt skal ha redusert den avtalte arbeidstiden på 36 timer dersom en jobber til ugunstige tider.

– Men dersom den enkelte ønsker å ta ut ulempetilleggene som fritid, må det være mulighet for det, sier Hope.

#### Vil ha en lønn å leve av

Apotekteknikere er en lavlønnsgruppe. Når de i tillegg jobber færre timer enn andre, er det vanskelig å leve av apotekteknikerlønnen.

– Ved å la de som ønsker det jobbe full tid, gjør vi at også apotekteknikere får en lønn det er mulig å leve av, sier Hope. Hun mener også at en slik endring og mulighet for høyere lønn vil gjøre yrket mer attraktivt og øke yrkesstoltheten. ■

Forhandlingsleder Thomas Lilloe mener tariffendringene på sikt vil gi apotekteknikerne en vesentlig økning i lønnsnivå.

## Lurer du på hva oppgjøret betyr for deg?

Ta frem penn og papir og arbeidsplanen din. For hver time du jobber etter klokken fem på hverdager, kan du gi deg selv et lønnstillegg på 50 prosent av timelønnen din. Det samme kan du gjøre med de timene du jobber mellom 13.00 og 15.00 på lørdager. Jobber du lenger enn til 15.00 på lørdager, kan du gi deg selv et lønnstillegg på 100 prosent for disse timene.

# Ny læreplan for apotekteknikere er ikke god nok

Farmasiforbundet er ikke fornøyd med den nye læreplanen for apotekteknikere og har identifisert flere mangler. Nestleder i forbundet, Bodil Røkke, mener den har stort forbedringspotensial.

Av: Ane Undhjem

**D**en nye læreplanen for apotekteknikere er ute på høring. Læreplanen er en del av Fagfornyelsen, som er navnet på prosessen med å fornye læreplanene i Kunnskapsløftet. Ifølge regjeringen skal de nye læreplanene gi elever mer tid til fordypning, og fagfornyelsen skal i seg selv bidra til et verdiløft i skolen. Fristen for å komme med innspill eller uttalelser for læreplanen til apotekteknikere var 15. november 2020.

Farmasiforbundet har i lang tid jobbet med å vurdere planen, og funnene er de ikke fornøyd med.

– Det er selvsagt mye bra i den nye læreplanen som nå ligger ute på høring. Blant annet er de grunnleggende ferdighetene en apotektekniker bør ha godt integrert

i læreplanen. Likevel har vi identifisert flere mangler, sier Bodil Røkke, nestleder i Farmasiforbundet.

## Flere innspill

Farmasiforbundet mener læreplanen har potensial til å bli mye bedre, og vektlegger blant annet forbedring av språket generelt, samt det konkrete innholdet i planen. Selv om forbundet mener den nye læreplanen ivaretar mange av målene de anser som vesentlige, kommer mangler til syne.

Røkke mener eksempelvis det er behov for å styrke læreplanen når det gjelder e-helse-teknologi knyttet til informasjonssikkerhet og journalføring. Dette er læremål hun tror vil bli mer og mer aktuelle med tanke på arbeidsoppgaver som er pålagt apotekteknikere.

## Kompetansemål

Ellers kommer Farmasiforbundet til å spille inn forslag til kompetansemål knyttet til hygiene, aseptisk arbeidsteknikk og teoretisk forståelse av Good Manufacturing Practice (GMP).

– Dette er kompetansemål som er veldig viktige for apotekteknikere som jobber med produksjon, og apotekteknikere som arbeider med vaksiner eller andre potensielle helsetjenester, sier Farmasiforbundets nestleder.

Røkke mener læreplanen er tilrettelagt for lokal tilpasning, men ser likevel at det oppstår en utfordring når det gjelder å sikre en nasjonal standard.

– Å sikre en god nasjonal standard på utøvelsen av læreplanen mener vi kan bli utfordrende. Lokale tilpasninger er bra, men læreplanene må også være så konkrete i kompetansemålene at en apotektekniker er en apotektekniker, uavhengig av hvor i landet man er utdannet, sier Røkke.

## Elevene rekker ikke lære godt nok

Farmasiforbundet har også oppdaget sær-



*Nestleder i Farmasi-  
forbundet, Bodil Røkke,  
mener det er behov for  
å styrke den nye lære-  
planen blant annet når  
det gjelder kompetanse-  
mål og tilbudsstruktur.  
Foto: Siv M. Bjelland*

lige mangler i selve tilbudsstrukturen i læreplanen for apotekteknikk. I lang tid har forbundet vært tydelig på at apotekteknikk burde ha en lovpålagt praksis, samt være en spesialisering over to år.

– Vi har tatt opp dette tidligere og har også gitt innspill til Kunnskapsdepartementet på tilbudsstrukturen. Vi mener rett og slett at timeantallet er for lavt i denne læreplanen. Elevene skal til egne seg mye kunnskap på ni korte måneder. Vi mener et større timeantall ville lagt bedre til rette for modning, refleksjon og større utvikling under læring, sier Røkke.

Hun forteller at mange ulike faktorer er med på å påvirke elevens yrkesvalg, og påpeker blant annet skoletilbud i fylkeskommunen, anerkjennelse i samfunnet, status og lønn. Hun ser ikke noe revolusjonerende i utkastet til denne nye læreplanen, som vil bidra til en økt rekrutteringsgrad av studenter.

– Likevel tror vi det er mange spennende kompetansemål i denne læreplanen, og med en tilhørende solid praksisperiode som viser frem interessante arbeidsopp-

gaver og mulighet for vekst, vil man helt klart kunne sette fart på jungeltelegrafren, sier Røkke.

#### **Ivaretar bærekraft og miljø**

Bærekraft og klima får stadig større oppmerksomhet i flere læreplaner. Apotekteknikernes læreplan vektlegger et mål om å bidra til lavest mulig legemiddellkostnader for den enkelte bruker, samt for samfunnet generelt.

– Vi ser også at konkrete kompetansemål i forbindelse med apotekteknikerens medansvar for miljøet, gjennom riktig håndtering av legemidler, er ivare tatt. I denne planen har man tatt med viktigheten av rett håndtering av returmedisin, samt veiledning av kunder om forsvarlig håndtering av legemidler. I tillegg til dette har vi lagt merke til at planen oppfordrer elevene til å ta miljøbevisste valg generelt i yrkesutøvelsen sin, sier Røkke.

#### **Kompetanse er ferskvare**

I tiden fremover kommer Farmasi- forbundet til å jobbe for å bedre læreplanen til apotekteknikerne.

– Det er viktig at en god læreplan kommer på plass. For å kunne utføre en god jobb har apotekteknikere behov for en bedre læreplan enn den som foreligger i dag. Vi kommer til å jobbe for at våre innspill lyttes til, sier Røkke.

I dag tilbyr Apotekforeningen etterutdanning for apotekteknikere, eksempelvis innen kosthold, ernæring og veterinærmedisin.

– Mange av kursene man kan ta etter utdanningen sin, er skapt for å vedlikeholde og oppdatere kunnskapen og kompetansen til apotekteknikere. Kompetanse er ferskvare, og vi jobber i en bransje der det stadig kommer nye produkter og nye retningslinjer. Selv om vi får på plass en optimal læreplan, vil ikke det bety at man ikke må jobbe med å høyne egen kompetanse etter endt utdanning, sier Farmasiforbundets nestleder. ■

*Legemidler og diagnostikk står for over to tredeler av verdiskapningen i helseindustrien i Norge, og eksporterte i 2019 for ca. 20 milliarder. Rundt 4000 er sysselsatt innenfor legemiddelindustrien. Men det kunne vært mer.*



# Legemidler kommer hjem

Den norske legemiddelbransjen opplever å bli hørt av politikerne. Curida-sjef Leif Rune Skymoen er glad for budsjettmilliarden til beredskapslager.

Av: Dag Yngland

**R**egjeringen foreslår 1,1 milliarder kroner til etablering av beredskapslager av legemidler i statsbudsjettet for 2021. Men det er ikke nok å handle billig i utlandet. Egenproduksjon og produktutvikling i Norge må bedres for å møte usikkerheten koronapandemien har skapt, mener stadig flere i legemiddelbransjen, politikk og industri i Norge.

## Kan Norge konkurrere?

Daglig leder Leif Rune Skymoen i legemiddelprodusenten Curida har lenge

kjempet for mer produksjon og utvikling av legemidler i Norge. Han mener regjeringen kan gjøre enda mer.

– Vi i Curida er glade for at legemiddelberedskap nå er på dagsordenen og har fått en egen post på statsbudsjettet. Vi tolker dette som at regjeringen har lyttet til bransjens innspill. 1,1 milliarder i 2021 er en bra start, mener Skymoen.

Han mener man gjennom å produsere mer i Norge får både tryggere legemiddel-forsyning, flere arbeidsplasser og større skatteinntekter.

– En løsning med mer samarbeid mellom offentlig og privat, der myndighetene benytter seg av kompetansen i de norske produksjonsmiljøene, kan være en vei. Normalt etableres ikke storskala legemiddelproduksjon på så kort tid. Men nå må vi også se på hvilke legemidler vi kan produsere på lengre sikt, sier Skymoen.

*– Hvilke medisiner vil det være snakk om, i tillegg til en mulig koronavaksine?*

– Vi mener at det bør produseres langt flere legemidler i Norge enn det som er tilfellet i dag. Man bør begynne med de



viktigste, de som er helt nødvendige for å holde sykehusene og helsetjenesten i gang. Det kan for eksempel være smertestillende eller bedøvelsesmidler, som trengs for å gjennomføre operasjoner. Slike medisiner produserer vi i Norge i dag, og myndighetene bør snarest inngå avtaler med eksisterende produsenter, sier han.

### Norske vaksiner

Skymoens foreslår at man på lengre sikt etablerer produksjon av for eksempel antibiotika.

– Det har også vært snakk om å produsere vaksiner i Norge. Det er vi positive til, men det vil ta noen år å etablere, slik at det må rettes inn mot fremtidige pandemier. Koronavaksinene vil bli produsert andre steder, sier han.

*– Hvor raskt kan dere i Curida omstille til en slik ny produksjon?*

– For de produktene vi har fra før, kan vi skru om produksjonen i løpet av noen få uker hvis det trengs. Det som avgjør responstiden, er regulatoriske krav og tilgang på råvarer. Derfor må beredskapsproduksjon forberedes. Avtaler må inngås og nødvendige råvarer kjøpes inn. God beredskap bygger man i god tid før en krise, ikke når det brenner, sier Curida-sjefen. Han forteller at det har skjedd mer når det gjelder legemiddelberedskap så langt i 2020 enn det har gjort på flere år tidligere. – Samtidig er det fortsatt slik at myndighetene løser forsyningsproblemer ved å kjøpe legemidler utenlands, i stedet for å inngå avtaler med norske produsenter. Vi mener det er en dårligere løsning. Ved å benytte norske produsenter får ikke Norge bare tryggere tilgang på legemidler, men vi skaper også flere arbeidsplasser og styrker produksjonsmiljøene som i neste omgang kan skape viktige eksportinntekter. Dette er gevinster landet går glipp av når man baserer seg på å kjøpe fra utlandet, sier Skymoens.

### Kostbar produksjon eller kostbar transport?

Legemidler og diagnostikk står for over to tredeler av verdiskapningen i helseindustrien i Norge, og eksporterte i 2019 for ca. 20 milliarder. Rundt 4000 er sysselsatt

innenfor legemiddelindustrien. Men det kunne vært mer.

I dag produseres ofte eldre legemidler som ikke lenger er patentbeskyttet, i fjerne land med lave lønninger. Slike løsninger er blitt mer risikable nå som logistikken bremses av pandemifrykt. Det hjelper ikke med lave priser når produktene står fast langt vekk fra Europa.

Kragerø-bedriften Vistin Pharma produserer metformin som brukes til behandling av diabetes. Daglig leder Kjell-Erik Nordby forteller at de opplevde stor etterspørsel på sine tabletter i 2019, lenge før pandemien traff oss. Bedriften satser nå ikke bare på pris, men også leveransesikkerhet.

– Vi er effektive og har produksjon 365 dager i året. Vår markedsandel er 8 prosent av verdensmarkedet, og med vår sentrale beliggenhet kan vi nå kunder i hele Europa på 24 timer, sier Nordby.

### Industrien må initiere

Nordby kom med klar tale på Industriuka i Grenland i Telemark nylig.

– Billig strøm. Kortreist medisin. Det er våre nye salgargumenter. Tilgjengelighet vil bli viktigere. De store aktørene vil ha en ekstra premie for sikre leveranser. Vi kan skryte av å ha null syke ansatte siste fire år. Vi har forsøkt dialog med myndighetene, men det har vært en ørken der ute. Vi ønsker å være en grønn bedrift, men det har til nå ikke vært offentlig hjelp til det, uttalte han.

Karita Bekkemellem i LMI mener det er viktig at initiativet til norsk legemiddelproduksjon kommer fra industrien i Grenland. De kan omstilling og prosess.

– Innen legemidler har det vært for tette skott mellom Nærings- og Helsedepartementet. Pandemien har vist oss at Norge er veldig sårbar på legemidler. Det må vi gjøre noe med, mener Bekkemellem. ■



*Curida-sjef Leif Rune Skymoens er godt fornøyd med responsen fra regjeringen i forbindelse med fremleggelsen av statsbudsjettet i høst: Milliarder til beredskapslager for medisin bekrefter at bransjen blir lyttet til. Foto: OBM / Elisabeth Gjerdingen*

# Synger ut om faget og livet

Apotektekniker og sentralstyremedlem i Farmasiforbundet, Hilde Mari Håvardsen, må bare få det ut; derfor er hun både markedsansvarlig, sentralstyremedlem, tur-entusiast og vokalist.

Av: Kristin Rosmo

**D**et som bare skulle bli et års apotekjobbing borte fra hjembyen Harstad på begynnelsen av nittitallet, har nå blitt til 30 år i finnmarksbyen Hammerfest.

– Jeg stortrivdes umiddelbart og stiftet familie her oppe. Jeg jobbet først ved Hammerfest apotek, som nå er Apotek1 Hammerfest. Nå har jeg jobbet ved Vitusapotek Isbjørn siden det ble åpnet for 14 år siden, sier Håvardsen.

Apoteket ligger i Nissen senter, midt i Hammerfest sentrum. Der er Håvardsen kollega med elleve andre, hvorav fire apotekteknikere.

– Min hovedoppgave er å være markedsansvarlig. Jeg er også tillitsvalgt, vaksinatør og sertifisert hudekspert fra Hudpleieakademiet, sier hun.

Håvardsen tror at apotek på mindre plasser, og kanskje særlig så langt nord, har spesielt gode forutsetninger for å være gode arbeidsplasser.

– Her jobber vi som et lag, uten særlig stor grad av spesialisering. Med vår beliggenhet er vi spesielt sårbare, og det gjør oss fleksible. Å kunne overlappe hverandre er en nødvendig del av driften. Vi er på mange måter litt tusenkunstnere, hele gjengen, ler hun.

Den innflyttede hammerfestingen brenner for apoteket som faghandel. Dette engasjementet har ført henne til ulike verv i Farmasiforbundet, hvor hun nå har sittet i styret i to år.

– Å være en del av ledelsen i Farmasiforbundet og jobbe for medlemmene er givende. Noe av det viktigste vi har oppnådd, er at kun autorisert helsepersonell skal ha kundekontakt i apoteket. I det siste har

vi også fått gjennomslag for at apotekteknikere skal få tilgang på legemiddelinformasjon om reseptpliktige legemidler fra legemiddelindustrien. Det som driver meg, er å styrke faget og yrkesstoltheten.

Som person er Håvardsen utadventt, aktiv og engasjert. Hun synger ut på mange plan, også i bokstavelig forstand som sopran i Hammerfest blandakor og vokalist i country-rock-bandet Nick Rivers. – Bandet består av syv gamle rockere, som i voksen alder har innrømmet at vi liker country. Det er ordentlig trøkk når vi spiller til dans rundt om i distriktet.

Midt oppi den tradisjonelle julestria hjemme og på jobb forbereder apotektekniker Håvardsen derfor seg til en real «juletefest for voksne» med bandet på den lokale puben 2. juledag.

– Det er viktig å bruke tid på aktiviteter som gir energi, som bandet gjør for min del. Jeg oppfordrer alle til å gjøre litt mer av det, og litt mindre av det som tapper energi. ■

## Hilde Mari Håvardsen

**Alder:** 49

**Bosted:** Hammerfest

**Familie:** Har barna Synne (21), Viljar (17) og Torjus (14) – og hunden Bulle (4)

**Interesser:** Skiturer, fotturer, synger i kor og i band

**Utdanning:** Apotektekniker fra Breivika, nå Ishavsbyen, VGS i Tromsø (1990)

**Arbeidssted:** Vitusapotek Isbjørn i Hammerfest

**Arbeidsoppgaver:** Markedsansvarlig, vaksinatør

**Fagorganisert:** Ja

**Verv:** Lokalt tillitsvalgt og sitter i sentralstyret i Farmasiforbundet



Foto: Kristin Rosmo

# Årets samling med Parat UNG

Parat UNGs årlige samling fant denne gang sted i Sulitjelma i Fauske, og det var ikke tilfeldig. Her lærte vi mye om hva det vil si å være organisert både for 100 år siden og i dag.

**S**ulitjelmas tilknytning til fagbevegelsen og dens historie er fortsatt i aller største grad en stor del av deres identitet.

Stedet er et utstillingsvindu for hvilken betydning fagforeningene har hatt for den velferden vi har i dag. Bevisstheten som fortsatt lever så sterkt i Sulitjelma om verdien av et organisert arbeidsliv, gjorde stedet til et naturlig valg for årets UNG-samling.

## Nye ansikter

Samlingen ble startet med å presentere Parat, YS og UNG-arbeidet. Parats nestleder Anneli Nyberg fortalte oss sin historie i fagforeningsverdenen. Summingen i pausene viste at engasjementet blant deltakerne økte. På slutten av dagen mottok styret mange gode innspill til videre arbeid og prosjekter. Parat UNGs fem regionkontakter deltok også på samlingen og fikk bli kjent med mange nye ansikter fra sin region som de gleder seg til å treffe på de neste lokale UNG-arrangementene. I tillegg meldte flere deltakere seg som team-medlemmer og arrangører av lokale aktiviteter, og det setter vi stor pris på.

## Omvisning i gruvene

Dag to gikk med til å bli bedre kjent og lære mer om gruvebygden Sulitjelma og historien deres. Parat UNG besøkte Sulitjelmas gruver, der vi så tydelige spor etter hardt arbeid.

Historiene fra de lokale arbeiderne om hvilken rolle fagforeningene har spilt, var veldig interessant. For at Parat UNG skal kunne mene noe om hvilken retning Parat skal ta og



hvordan fremtidens fagforening skal se ut, så er det nyttig å vite hvordan det så ut i starten. I historien til slike industribygder ser vi tydelig hvordan fagforeningene spilte en viktig rolle i driften av samfunnet.

## Nytt styre

På lørdagen var det tid for årsmøte. I år hadde vi suppleringsvalg i styret, og hele ni medlemmer ønsket en plass. Dette viser et flott engasjement blant oss unge i Parat. Nina Holand og Elisabeth Hjeltn er våre nye styremedlemmer, og Maia Karoline M. Hansen og Kristian Tingve er varamedlemmer. I tillegg fikk valgkomiteen et nytt medlem, Nicolai Helliksen. Vi ønsker dere alle hjertelig velkommen på laget og gleder oss til videre samarbeid.

## Gleder og forplikter

Koronapandemien og smittevernstiltakene la helt klart et eget preg over samlingen, men vi er veldig glade for at samtlige deltakere tok smittevern på alvor og viste hensyn. At Parat UNG har fått arrangere sin årlige samling også i disse tider, sender et tydelig signal om at vi har en organisasjon i ryggen som er svært opptatt av det unge engasjementet. Det er et signal som både gleder og forplikter.

Parat UNG er stolte over å ha vært første fagforeningen som fikk denne opplevelsen sammen med Fjellfarer AS, og anbefaler på det sterkeste andre grupper i Parat å ta turen hit. ■

*Parat UNG samlet seg i Sulitjelma for å høre mer om fagforeningens historie i gruelandsbyen. Blant faglig innhold ble det også tid til sosialisering og valg av nytt UNG-styre.*

*Foto: Parat UNG*

*For Parat UNG,  
Amandus Amadeus M. Bøe og Kari  
Nestaas Ruud*

# Kurs i 2021

I disse tider er det ikke lett å planlegge kurs i 2021, men Parat har nå lagt opp til at mange av våre kurs kan gjennomføres på nett. Parat håper situasjonen vil normalisere seg utover våren, og at vi kan legge til rette for fysiske kurs og konferanser i løpet av 2021.

**G**runnet pandemien har Parat og de enkelte fagavdelingene endret måten tillitsvalgte får opplæring på. Opplærings- og kompetanseansvarlig i Parat, Tove Løhne, forteller at avdelingen hennes har gjort en stor jobb med å utvikle nettbaserte kurs og konferanser samt webinarer til tillitsvalgte og medlemmer.  
– Vi er glade for at tilbudet ser ut til å bli tatt godt imot, sier hun.

## Nettbaserte kurs

Alle grunnkursene finnes nå nettbasert. Disse har kortere varighet enn de fysiske grunnkursene, men det er fortsatt forelesning i sanntid, gruppearbeid og muligheter til å stille spørsmål. Du finner materiell og foiler på kurssidene på [parat.com/kompetanse](http://parat.com/kompetanse).

Flere fordypningskurs er omarbeidet og gjort nettbasert. Ifølge Løhne tilbyr også fagavdelingene i Parat tilbyr korte webinarer for tillitsvalgte og medlemmer.  
– Foreløpig kan vi dessverre ikke tilby forhandlingsteknikk og kurs med rollespill, sier hun.

Våren 2021 kjøres Prosjektledelse (7,5 studiepoeng), et rent nettstudium i samarbeid med Universitetet i Sørøst-Norge. Dette kurset er et prøvekurs på rent nettstudium. Det er foreløpig ikke avklart om det kan inngå i Årsenhet for tillitsvalgte.

## Oppdaterte nettsider

Det kan komme endringer i kurskalenderen.  
– Vi anbefaler deg derfor å følge med på kurs- og aktivitetskalenderen på nettsiden [www.parat.com/kompetanse](http://www.parat.com/kompetanse). Der finner du også mye nyttig informasjon om stipend, karriereveiledning, kurs og konferanser, informerer Løhne.

## Omfattende kurstilbud for tillitsvalgte

Parat har et omfattende kurstilbud, og ifølge Løhne er målet med kursene er å bistå de tillitsvalgte slik at de er i stand til å løse viktige oppgaver for medlemmene.

Grunnopplæringen for tillitsvalgte i Parat er bygget opp med tre kurs i en trinnstruktur og total varighet er på 4,5 dager. Grunnkurs 1 holdes regionalt og er for alle tillitsvalgte uansett sektor. Grunnkurs 2 og 3 er tilpasset sektor og holdes samlet, slik at de i praksis vil oppleves som ett kurs. Nettbaserte kurs har kortere varighet.

Målet med grunnopplæringen er at tillitsvalgte skal:

- lære det de trenger for å bli en god tillitsvalgt og trygg i rollen
- forstå hvordan de kan utøve medbestemmelse innenfor rammene av lover, avtaler og Parats politikk
- kjenne til verktøy og hvilken støtte de kan få i Parat og få en metodikk for problemløsning

## Aktive kursdeltakere

Grunnopplæringen er basert på hvordan voksne lærer, og ifølge Løhne er det lagt vekt på aktivisering, samarbeid og refleksjon. Omfanget av tradisjonelle forelesninger er begrenset, og hovedvekten er

lagt på oppgaveløsning og erfaringsdeling i grupper.

– Kursdeltakerne må i tillegg til å benytte lov- og avtaleverk i stor grad bruke eget skjønn og tolkningsevne når oppgavene skal løses. Lærematerialet er samlet på nett og kan brukes som et oppslagsverk etter endt kurs, forklarer hun.

## Hvem får plass på kurs?

Parat har drøyt 3300 tillitsvalgte, og det finnes både tillitsvalgte i bedrifter med noen få ansatte, mens andre er øverste tillitsvalgt i store virksomheter.

– Noen tillitsvalgte er avtaletillitsvalgte, det vil si at de etter hovedavtalen har rett til medbestemmelse. Men i mange virksomheter er det også organisasjonstillitsvalgte, det er ofte styremedlemmer i klubben eller varatillitsvalgte, sier Løhne.

Hun forteller at grunnkurs 1 handler om tillitsvalgtrollen.

– Parat ønsker at alle tillitsvalgte skal gå dette kurset. Dersom det er mange søkere, blir tillitsvalgte med det høyeste vervet prioritert. Grunnkurs 2 og 3 som handler om medbestemmelse i henhold til lov- og avtaleverk, samt fordypningskurs og deltidstudier, vil vanligvis ikke være relevante kurs for varatillitsvalgte, informerer Løhne. ■



## Grunnopplæringen i Parat

<p><b>Grunnkurs 1</b></p> <p>Rollen som tillitsvalgt</p> <p>2 dager (1 dg)</p>	<p><b>Grunnkurs 2</b></p> <p>Tillitsvalgte og lovverket</p> <p>1 dag (1 dg)</p>	<p><b>Grunnkurs 3</b></p> <p>Tillitsvalgte og avtaleverket</p> <p>1,5 dager (1 dg)</p>
--	---	--

# Kurs og konferanser for tillitsvalgte 2021

## Januar

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
31				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	27	28	29	30	31

- 15. januar Nettstudium - Prosjektledelse med digital undervisning, Nettbasert, Alle
- 18.–20. januar Topptillitsvalgt program 1. samling, Jevnaker, Alle
- 26. januar Grunnkurs 1, Nettbasert, Alle
- 26.–28. januar Konflikt håndtering- kommunikasjon og juss, Nettbasert, Alle

## Februar

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
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	27	28

- 2.–3. februar Grunnkurs2 og 3 privat + kommune, Nettbasert, Privat og kommune

## Mars

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
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	27	28
29	30	31	1	2	3	4

- 9. mars Grunnkurs 1, Nettbasert, øst og sør
- 9.–10. mars Presentasjonsteknikk og kommunikasjon, Nettbasert, Alle
- 16.–17. mars Grunnkurs 2 og 3 stat, Nettbasert, Stat
- 23. mars Grunnkurs 1, Nettbasert, Vest
- 23.–25. mars Konflikt håndtering- kommunikasjon og juss, Nettbasert, Alle

## April

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
29	30	31	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	27	28	29	30	1	2

- 14.–15. april Retorikk, Viken, Alle
- 20.–21. april Grunnkurs 1 region midt og nord, Trondheim, Midt og nord
- 27.–29. april Økonomiforståelse/Lokale forhandlinger Privat og spekter 1-9, Viken, Privat og spekter
- 30. april Bli en medspiller - praktisk organisasjonsarbeid, Nettbasert, Alle

## Mai

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
26	27	28	29	30	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	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

- 5.–7. mai Forhandlingsteknikk Stat, Olavsgaard
- 20. mai Ansettelsesråd stat, Viken, Stat
- 26.–27. mai Arbeidstidsordninger i ulike sektorer, Viken, Alle
- 27.–28. mai Grunnkurs 1 øst og sør, Viken, øst og sør

## Juni

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
31	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	27
28	29	30	1	2	3	4

- 1.–3. juni Forhandlingsteknikk privat sektor og spekter, Oslo/Viken, Privat og spekter
- 7.–8. juni Parat-stat konferansen, stat

■ Deltidsstudier for tillitsvalgte ■ Fordypningskurs ■ Grunnopplæring ■ Konferanser

# Kurs og konferanser for tillitsvalgte 2021

## Juli

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
28	29	30	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	27	28	29	30	31	1

## August

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
26	27	28	29	30	31	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	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

- 30. aug.–1. sep. Grunnkurs 2 og 3 privat og spekter, Oslo/Viken, øst og sør
- 31. aug.–1. sep. Topptillitsvalgt program 3. samling, Jevnaker, Alle
- 1.–2. september Grunnkurs 1 øst og sør, Viken, øst og sør

## September

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
30	31	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
27	28	29	30	1	2	3

- 14. september Ansettelsesråd stat, Oslo/Viken, Stat
- 27.–29. september Presentasjonsteknikk og kommunikasjon, Oslo/Viken, Alle
- September Parat lederkonferanse, Scandic Oslo Airport, Stat
- September Regionmøte Sør, Kristiansand, Alle
- September Regionmøte Midt, Trondheim, Alle
- September Regionmøte Vest, Bergen, Alle
- September Regionmøte Øst, Oslo, Alle
- September Regionmøte Nord, Tromsø, Alle

## Oktober

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
27	28	29	30	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	27	28	29	30	31

- Oktober Parat Luftfartskonferanse, Luftfart.
- 19.–20. oktober Grunnkurs 1 region vest, Vestland, vest
- 20.–21. oktober Grunnkurs 1 øst og sør, Viken, øst og sør
- 20.–22. oktober Konflikt håndtering, kommunikasjon og juss, Oslo/Viken, Alle
- 26.–27. oktober Styrearbeid for ansattrepresentanter i bedriftstyret, Viken, Privat

## November

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
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	27	28
29	30	1	2	3	4	5

- 3.–4. november Topptillitsvalgt program 4. samling, Jevnaker, Alle
- 9.–10. november Arbeidsgivers styringsrett, omstilling og nedbemanning - stat, Oslo/Viken, Stat
- 9.–10. november Arbeidsgivers styringsrett, omstilling, permittering og nedbemanning - Privat, Oslo/Viken, Privat
- 16. november Paratkonferansen, Gardermoen, Alle
- 17.–18. november Parat Landsmøte, Gardermoen, Alle

## Desember

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
29	30	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
27	28	29	30	31	1	2

- 30. nov.–1. des. Retorikk, Viken, Alle
- 23.–25. november Grunnkurs 2 og 3 stat, Oslo/Viken, Stat
- 24.–26. november Grunnkurs 2 og 3 Privat, Virke-Huk og KA, Oslo/Viken, Privat, Virke-huk og KA
- 1.–2. desember Grunnkurs 1 region nord og midt, Tromsø, nord og midt
- 6.–7. desember Grunnkurs 1 region øst og sør, Vestfold, øst og sør

■ Deltidsstudier for tillitsvalgte
 ■ Fordypningskurs
 ■ Grunnopplæring
 ■ Konferanser

Det kan komme endringer i kurskalenderen. Følg derfor med på kurs- og aktivitetskalenderen på Parat sine nettsider <https://www.parat.com/kompetanse/kalender-4313>



## Øvrig kurs informasjon

### Fordypningskurs

I tillegg til grunnopplæringen har Parat fordypningskurs innenfor de områdene som er viktig for vervet som tillitsvalgt på arbeidsplassen. Eksempler på dette er forhandlingsteknikk, lønnsforhandlinger, konfliktløsning, tale- og presentasjonsteknikk, retorikk, omstillinger og nedbemanning og arbeidstidsordninger.

– For å ha nødvendige forkunnskaper til å få faglig utbytte av fordypningskurset, må de tillitsvalgte først ha gjennomgått grunnopplæringen i Parat eller ha tilsvarende kompetanse, sier opplæringsansvarlig Tove Løhne.

### Deltidsstudier

Våren 2021 kjøres Prosjektledelse (7,5 studiepoeng), et rent nettstudium i samarbeid med Universitetet i Sørøst-Norge. Dette kurset er et prøvekurs på rent nettstudium. Det er foreløpig ikke avklart om dette vil inngå i årsenhet for tillitsvalgte.

### Påmelding

Parat sender ut kursinvitasjon elleve uker før kursstart til tillitsvalgte som er i målgruppen for kurset.

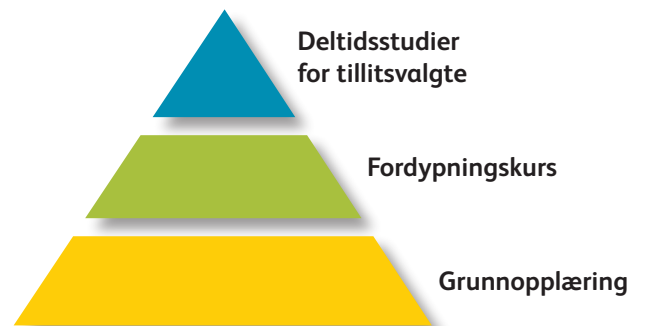
Du må logge deg inn på «Min side» for å kunne melde deg på kurs. Her finner du også oversikt over hvilke kurs og konferanser du har deltatt på tidligere, og bekreftelse på nye kurs. Trenger du hjelp, tar du kontakt på e-post til medlem@parat.com.

**Har du spørsmål til kursene, send e-post til:**  
kurs@parat.com, eller ring Parat på telefon 482 10 100.

**Du kan også ta direkte kontakt med kursansvarlige:**

- Hege Thorud, 924 49 819
- Monica Bjørlo, 930 40 952

### Kurspyramiden for tillitsvalgte i Parat



# Kortreist jobb på godt og vondt

I Akersgata 55 i Oslo, rett overfor Finansdepartementet, ligger en bastion i norsk medie verden. I samme bygg som de største, norske mediehusene har også innholdsprodusent og prosjektleder i Schibsted Partnerstudio, Terje Andersen, sin arbeidsplass.

Av: Sverre Vidar Bjørnholt

**A**kkurat nå kan ikke Terje Andersen, innholdsprodusent og prosjektleder i Schibsted Partnerstudio, gjøre annet enn å strekke nakken og se opp mot toppen av det ruvende kontorbygget som er Akersgata 55, der mediehusene under Schibstedkonsernet holder til. Pandemien har siden 12. mars plassert ham på hjemmekontor.

36-åringen fra Rjukan ble ansatt 1. januar 2019 etter et omflakkende journalistliv i hovedstaden, sist i TV 2 Hjelper deg-redaksjonen i produksjonsselskapet Mastiff. Schibsted Partnerstudio produserer kommersielt innhold til de mange Schibsted-eide publikasjonene.

## Brått og spennende

Andersen forteller at han, som mange



Andersen har Helsedirektoratet som kunde og har med sin innholdsproduksjon bidratt til at de lykkes i sitt samfunnsoppdrag pandemien gjennom. Foto: Gorm K. Gaare

andre, opplevde at nedstengingen av landet kom brått på.

– I vår verden er vi ikke helt ukjente med raske endringer. Men jeg erkjenner at det ble en stor forandring for både meg og samboeren, og å sette opp hjemmekontor krever jo sitt. Men i tillegg har jeg fra første dag jeg ble ansatt her, hatt Helsedirektoratet som min faste klient. Kravene direktoratet hadde på seg for å kommunisere korrekt informasjon ut i samfunnet så raskt som mulig, ble også min oppgave, sier han.

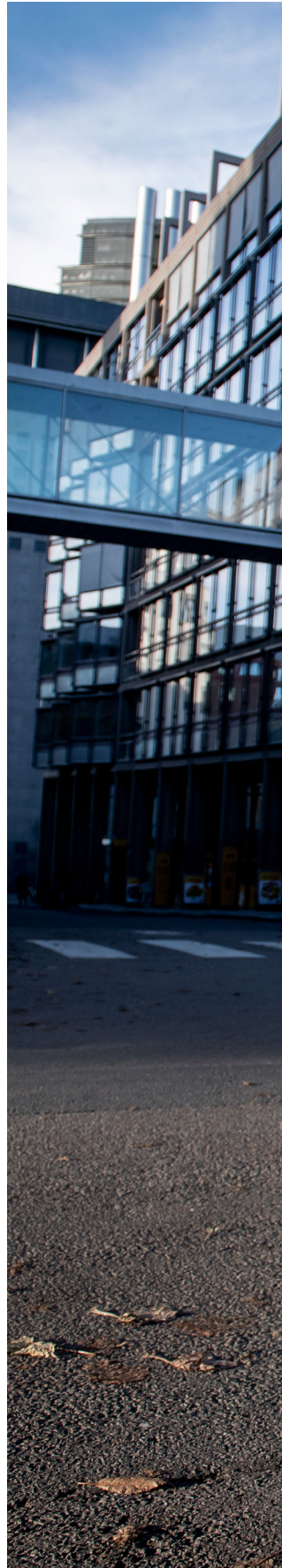
Dette ser han på som både meningsfullt og spennende arbeid.

– Helsedirektoratet har et stort ansvar, og vi er med på å bidra til at de lykkes i sitt samfunnsoppdrag. Noe av de første vi gjorde, var å etablere en chatte-tjeneste, og to dager etter den dramatiske beslutningen kunne nordmenn chatte med ansatte i Helsedirektoratet om alt de lurte på i forbindelse med den nye situasjonen. Det uløste en formidabel trafikk, og at det ble opprettet en direktelinje, tror jeg fikk stor betydning i denne fasen, sier Andersen.

## Holder i trådene

Schibsted Partnerstudio er en ung arbeidsplass, som opprinnelig bestod av VG Partnerstudio og Schibsted Brand Studio. Begge ble etablert i 2015, men ble slått sammen til dagens

*I åttende etasje i Akersgaten 55 ligger Schibsted Partnerstudio, der Terje Andersen vanligvis holder til. I hjemmekontortider som disse må han nøye seg med å se bygget fra utsiden. Foto: Gorm K. Gaare*









*Terje Andersen savner kanskje fredagspilsen med kollegene i Schibsted Partnerstudio, men mener teamet hans fremdeles jobber kreativt og strukturert selv fra hjemmekontor. Foto: Gorm K. Gaare*

organisasjon i slutten av 2019 og har rundt 60 ansatte.

Andersen har en fast portefølje av oppdragsklienter.

– Helt siden jeg begynte, har opp mot 80 prosent av tiden min gått til å arbeide opp mot Helsedirektoratet. Som prosjektleder holder jeg i trådene både i vårt interne team og ut mot oppdragsgiver og andre samarbeidspartnere i det enkelte prosjekt.

Normalt har et vanlig prosjekt en produksjonstid på tre uker.

– Som regel dukker det opp et ønske fra oppdragsgiver om å sette søkelyset på et saksfelt. Det fører til en utstrakt drødlep-prosess i teamet. Her blir kreativiteten satt i høygir, og jeg som prosjektleder holder i trådene og leder prosessen frem til vi kan formulere en innholdsskisse, sier Andersen.



*I leiligheten i Gamlebyen i Oslo har innholdsprodusent og prosjektleder Terje Andersen rigget seg til med hjemmekontor. I stua sitter samboer Truls O. Sætrang. Foto: Gorm K. Gaare*

## Ressurser til rådighet

Som tidligere journalist er Andersen tilhenger av å delta aktivt i prosessen.

– Underveis har jeg til rådighet både video- og designressurser, samt andre nødvendige samtalepartnere. Vi leter frem kilder, caser og treffer folk med nødvendig kunnskap. Det danner grunnlaget for å utforme historien. Som tidligere journalist liker jeg å delta aktivt. Kunden er naturligvis også aktiv i prosessen, særlig når vi nærmer oss sluttproduktet, forteller han. Godt samarbeid er ifølge Andersen alfa og omega.

– Det er viktig at vi har en felles forståelse om hva som er målet. Så er det opp til teamet å finne den beste veien dit, sier han og legger til at han trives godt med jobben og det miljøet han jobber i. Her får han testet sine beste sider og sammen med teamet dyrket kreativiteten og fagkunnskapen han besitter.

## Annerledes hverdag

Selv om pandemien har satt sine begrensninger for samarbeid, forsøker Andersen å forme en relativt normal arbeidsdag.

– Selv starter jeg dagen med en gåtur i nærområdet. Selv om kontorpulten er på kjøkkenbordet, markerer turen i frisk luft på en måte veien til jobben. Teamet har et morgenmøte, og det synes jeg er fint. Ikke alle møtene blir like faglig tunge. Det er tillatt med både avsporinger og munterhet. Det er jo ofte slik i kreative miljøer, sier han.

Stort sett glir arbeidsstrømmen greit.

– Teamet jobber strukturert og kreativt. Schibsted er nøye med å overholde regelverket rundt smittesituasjonen, og nå er hjemmekontor absolutt normalen. Jeg savner naturligvis kollegene og all den kreativitet vi snakker frem, vi som normalt sitter rundt teambordet og arbeider med prosjektene. Et digitalt møte har ikke den dynamikken. Så kan man jo si at hjemme ved kjøkkenbordet er det ingen som bøyer seg frem og stanser deg midt i en kreativ tankerekke, sier Andersen.

## Fremdeles like travel

Innholdsprodusenten er glad for at han har det travelt som normalt.



Leder av Parat Media, Liz Ovesen, bekrefter at pandemien har utløst større aktivitet i organisasjonen. Medlemmene har mange spørsmål, men stort sett innfunnet seg med den nye situasjonen. Foto: Vigdis Askjem Dahl

– Det skyldes trolig at jeg har en så sentral samfunnsaktør som kunde. Utfordringene har stått i kø, men heldigvis er Schibsted som arbeidsgiver forståelsesfull og løsningsorientert. De har sørget for at jeg har alt nødvendig utstyr og en tilfredsstillende kontorplass med riktig tilpasset stol, slik at jeg kan utføre jobben min som om jeg satt på kontoret. De er opptatt av at de ansatte har et tilfredsstillende arbeidsmiljø, sier Andersen.

– Men fredagspilsen, da? Holdes den digitalt?

– Tja, den er nok ikke der. Men vi har annen moro. Vi har fellesmøter, der team blir pålagt oppgaver. Slikt utløser jo kreativitet i vårt miljø. Oppgavene kan i aller høyeste grad være varierte fra egenproduserte innslag til quiz og letekonkurranser i leilighetene, og alt skjer med heiarop og muntre replikker. Slikt er jo trivelig og noe som muntre oss opp i en ellers tam hverdag, sier Andersen.

Han forteller at Schibsted har lagt til rette for gågrupper på tvers av avdelingene.

– Vi som bor nær hverandre, blir satt opp i grupper og møtes til en gåtur i vårt område. Normalt er det unnagjort på en time eller halvannen. Dette synes jeg er et godt tiltak. Jeg kommer meg ut i frisk luft,

og jeg treffer andre i Schibsted-systemet, sier Andersen.

## Hjelper medlemmene

Som leder for Parat-klubben i Schibsted Partnerstudio, der omtrent halvparten av de ansatte er medlemmer, har han ikke merket et særlig ekstra trøkk i forbindelse med pandemien. Andersen mener det skyldes at arbeidsgiveren har stor forståelse for den situasjonen de ansatte er satt i, og forsøker på best mulig vis å hjelpe dem med å tilpasse forholdene, slik at hver og en får en best mulig arbeidshverdag

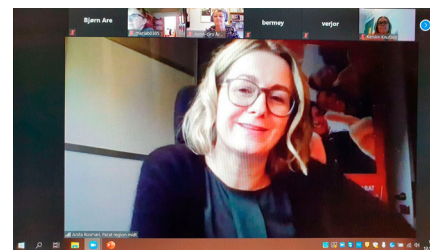
Parat Media har totalt rundt 1000 medlemmer rundt om i landet, og leder Liz Ovesen erkjenner at koronaperioden har utløst en større aktivitet enn normalt.

– I mars, da mange medlemmer havnet i permisjon eller ble sendt på hjemmekontor, var mange usikre og hadde mange spørsmål rundt den spesielle situasjonen som hadde oppstått. Heldigvis var arbeidsgiverne forståelsesfulle og hjelpsomme med å avklare usikkerheten. Takket være god dialog ble ingen meldt ut av pensjonsordningen, og vi fikk raskt bekreftet at forsikringsordningene også dekket den nye situasjonen som oppsto, sier hun. ■

## Parat informerer



Widerøe Ground Handling  
kutter 500 årsverk.  
Foto: Widerøe



Skjermdump fra et av høstens digitale grunnkurs, der Parat-rådgiver i Trondheim, Anita Rosmæl, er kursleder.

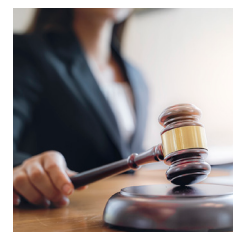
## Digitale grunnkurs

Koronapandemien har ikke satt en stopper for Parats kursvirksomhet, og flere kurs og konferanser er denne høsten flyttet over til digitale plattformer. Grunnkursene for tillitsvalgte er blant opplæringen som har blitt gjort nettbasert. De digitale verktøyene tillater gode diskusjoner både i plenum og i egne grupperom, og tillitsvalgte fra flere ulike sektorer har gjennomført grunnkursene med glans.

## Nedbemanning i domstolene

Stortinget skal behandle domstolstrukturen i tingrettene, jordskifterettene og lagmannsrettene. Parat-hovedtillitsvalgt, Rita Boine, støtter Justisdepartementets forslag om å bevare de fleste domstolene som ulike rettssteder, men frykter nedbemanning og tap av kompetanse. Boine sier forslaget fra Justisdepartementet tilsynelatende virker fornuftig, men vil få alvorlige konsekvenser for bemanning i distriktene.

– Digitalisering og endring av domstolstruktur skjer samtidig med at domstolene som følge av ABE-reformen må nedbemanne med 250 årsverk for saksbehandlere. Dette skjer samtidig som mange domstoler allerede er på bristepunktet når det gjelder ressurser som saksbehandling. Vil vi at dommere skal drive saksbehandling? spør hun.



Stortinget behandler nå forslag om ny domstolstruktur.

## Widerøe Ground Handling med masseoppsigelser

Leder for Parat Widerøe Ground Handling (WGH), Svanhild Hogner, sier WGH nå kutter 500 årsverk, noe som tilsvarer nær 800 arbeidsplasser. Hun sier dette er en brutal situasjon, og at det er vanskelig å forstå hvorfor selskapet ikke benytter permitteringer fremfor oppsigelser. Ifølge Hogner begrunner selskapet nedbemanningen med tap av kontrakt på tre lokasjoner og en permanent nedgang i produksjon.

– Etter vår mening er det ikke riktig å si opp så mange ansatte, så lenge selskapet har anledning til å benytte permitteringer. Norske myndigheter sier det kommer en vaksine om kort tid, noe som vil føre til økt flyaktivitet. Vi kan ikke si opp folk nå, for så å måtte ansette mange av de samme på nytt til våren, sier hun og legger til at dette er usolidarisk av selskapet. Parat-advokat Sigurd Øyvind Kambestad varsler nå retts sak dersom de Widerøe-ansatte ikke får ansettelse i Aviator, selskapet som vant anbudsrunderen.

## Krav om engelsk svekker sjøsikkerheten

Parat Kystverket har sammen med andre forbund gått ut mot Kystverkets forslag om å fjerne muligheten til å kommunisere på norsk/skandinavisk i virkeområdene til sjøtrafikksentralene. De mener dette vil bety en alvorlig svekkelse av sjøsikkerheten.

– Norske fartøy vil ikke lenger kunne avtale møte og passeringer på norsk. Kommer et norskspråklig fartøy i havsnød, og norske ressurser kommer til for å hjelpe, må all kommunikasjon foregå på engelsk. Under en krise vil en falle tilbake til morsmål, og bruk av engelsk vil komplisere situasjonen. Dersom Kystverket innfører nytt språkkrav, er vi redd det bare er et tidsspørsmål før vi får vår første ulykke, står det å lese i den felles pressemeldingen.



Parat Kystverket mener Kystverkets nye språkforslag kan føre til flere ulykker til sjøs. Foto: Marcus Bengtsson

## Betinget glede for to per tusen

Parat politiet og Norges Politilederlag (NPL) deltok tidlig i november i en stortingshøring om politimeldingen. Blant temaene som ble tatt opp, var målsettingen om to politifolk per tusen innbyggere. Begge forbund er fornøyde med dette, men satte i høringen spørsmålstegn ved tallgrunnlag og finansiering. Marit Ellingsen, leder i NPL, mener økningen til to per tusen ikke er tilstrekkelig finansiert.

– Uten full finansiering av bemanningsøkningene tappes politiets driftsbudsjett og dermed det økonomiske handlingsrommet radikalt hver gang det ansettes i nye politistillinger. En effekt av dette er at politidistriktene må nedbemanne sivile stillinger, samtidig som det fortsatt er behov for å frigjøre politikraft fra sivile oppgaver, heter det i NPLs høringssvar.



Leder i Norges Politilederlag, Marit Ellingsen.  
Foto: Trygve Bergsland

## Parats regionutvalg (RU)

### ■ RU region Nord

(Nordland, Troms og Finnmark)

**Leder:** Lars Raymond Holm, Luftfartstilsynet

E-post: Lrh@caa.no

Åse Helen Andersen, Apotek 1 Hammerfest

E-post: aasehelande@hotmail.com

Anne-Katrine Thomassen, Brønnøysundregisterne

E-post: akt@brreg.no

Per-Christian Størkersen, Nordland Fylkeskommune

E-post: perst@nfk.no

Jorunn Kristin Trøen, Forsvaret, Indre Troms

E-post: jorunntroen@gmail.com

Dina Kaino, Tannklinikken i Alta, UNG-representant

E-post: dina.kaino@tffk.no

### ■ RU region Midt

(Trøndelag, Møre og Romsdal)

**Leder:** Morten Mørch, NTNU Trondheim

E-post: Morten.morch@ntnu.no

Grete Kambuås, BOOTS APOTEK, Trondheim

E-post: Gretkam@online.no

Ronny Johannessen, NAV IT Forretningspartner, Steinkjer

E-post: Ronny.johannessen@nav.no

Andreas Sylte, NTNU Ålesund

E-post: Asy@ntnu.no

Vigdis Rønningen, NTNU Trondheim

E-post: vigdis.ronningen@ntnu.no

Håvard Indgaard Rotmo, Heia og Skjerve Bygg AS, Ungrepresentant

E-post: havard@rotmo.net

### ■ RU region Øst

(Innlandet, Oslo, Viken)

**Leder:** Hilde Margrete Bjørklund - Cappelen Damm AS

E-post: hilde.bjorklund@cappelendam.no

Bente Iren Tollefsen Moen - Statens Pensjonskasse

E-post: bente.iren.moen@spk.no

Stein Grindheim - SAS Ground Handling

E-post: stein.grindheim@sas.no

Ronny Kjøsø - Asko Øst

E-post: ronny.kjonso@asko.no

Anja P. Ahlstrøm – NIBIO

E-post: Anja.Ahlstrom@nibio.no

Kathrine Fjell fra SAS Ground Handling, Ungrepresentant

E-post: Kathrine.fjell@sas.no

### ■ RU region vest

(Rogaland, Vestland)

**Leder:** Gro Nondal Buvik, Sognekraft AS

E-post: gro.nondal.buvik@sognekraft.no

Odd B. Eide, Sjøfartsdirektoratet

E-post: Odd.Eide@sjofartsdir.no

Hege Solbakken Sæbø, Stavanger Aftenblad AS

E-post: hege.solbakken.saebo@aftenbladet.no

Tommy Sævareid, Vestland fylkeskommune

E-post: tommy.saevareid@hfk.no

Erik Andreassen, Gate gourmet i Bergen

E-post: eandreassen@gategourmet.com

Aina Helene Malja, Vestland fylkeskommune, Ungrepresentant

E-post: ainahelene@hotmail.com

### ■ RU region Sør

(Agder, Vestfold og Telemark)

**Leder:** Ragnhild Negård, NAV

E-post: ragnhild.negard@nav.no

Anne Britt Skomedal, Vitusapotek Elefantene Kristiansand

E-post: annebritt1962@hotmail.com

Cecilie Holt, NAV

E-post: cecilie.holt@nav.no

John-Inge Nerland – Fylkesmannen i Buskerud

E-post: fmbujin@fylkesmannen.no

Anne Lise Olsen, VAF – Tannhelse

E-post: annelise.olsen@vaf.no

Gøril Fagerlund Soldal, Allkopi Netprint i Kristiansand, Ungrepresentant

E-post: goril@soldal.org

## Spørsmål til juridisk og forhandlingsavdelingen i Parat

Vi som gir svar i denne utgaven av Parat er:



Thomas Lilloe,  
Forhandler



Bjørn Are Sæther  
Rådgiver



Thore Eithun Helland  
Advokat



Pia Helene Willanger  
Forhandler



Annbjørg Nærdal  
Advokat



Guro Løkken Barø  
Advokat

Har du spørsmål til juristene eller til forhandlingsavdelingen, kan du sende spørsmålene til [trygve.bergslund@parat.com](mailto:trygve.bergslund@parat.com). Vi hjelper deg som medlem med alle typer problemstillinger knyttet til arbeidsforhold og tolkning av avtaleverket. Du kan også ta kontakt med oss når det er behov for skriftlig og muntlig rådgivning i forbindelse med omorganisering, nedbemanningsprosesser, ferie, arbeidstidsordninger, trygdespørsmål og lignende.

### Krav på overtidsbetalt?

Jeg arbeider i et firma hvor det oppstår mye uforutsett, og vi har ganske hyppig bruk av overtid. Arbeidsgiveren min mener at jeg ikke har krav på betalt for denne overtiden dersom den ikke er pålagt av han. Hva er egentlig reglene for hva som er pålagt og hva som ikke er pålagt når det gjelder overtid?

Børge

*Svar: Når det gjelder hva som er pålagt overtid og hva som ikke er pålagt overtid, er det ingen klar definisjon og svært ulik praksis. Vår oppfatning av dette er at all overtid, som er beordret, eller nødvendig av hensyn til den vanlige drift, skal betraktes som pålagt overtid. All overtid som man som arbeidstaker selv velger å gjøre, som kan eller skulle vært utført i den ordinære arbeidstiden, er ikke pålagt overtid. Vår anbefaling i din situasjon er å avklare med*

*arbeidsgiver på forhånd før overtidsarbeidet igangsettes. Hevder arbeidsgiveren at arbeidet ikke er pålagt, skal du heller ikke utføre arbeidet. Er det ikke mulig å avklare på forhånd, skal du heller ikke utføre arbeidet, med mindre maskiner eller utstyr kan ta skade av at arbeidet ikke blir gjort.*

Thomas

## Ligger bak lønsmessig

Jeg jobber som konsulent i en fylkeskommune. Jeg ser at det i årets lønnsoppgjør ikke blir lokale lønnsforhandlinger for oss som er ansatt i stilling i kapittel 4. Jeg mener at jeg har sakket akterut lønsmessig i forhold til flere av mine kolleger. Er det i det hele tatt noe jeg kan gjøre i år?

Lars

*Svar: Det stemmer at rammene på årets lønnsoppgjør i KS dessverre var så små at partene ble enige om at det ikke gjennomføres ordinære lokale lønnsforhandlinger i kapittel 4 i år. Dette har selvsagt sammenheng med ekstraordinære forhold rundt smittesituasjonen. Jeg vil sterkt anbefale deg om å kreve en lønnsutviklingssamtale med din leder, da dette er noe man har krav på i henhold til hovedtariffavtalen. Du kan ta den alene eller ta med deg din tillitsvalgt. Man får ikke endret lønn i denne samtalen, men det er svært nyttig å ta en slik samtale for å avklare forventningene dine angående lønn og arbeidsgivers synspunkter og forventninger. I en slik samtale får man ofte nyttige innspill som kommer til nytte neste gang du skal formulere et lønnskrav.*

Bjørn Are

## Gårdsbruk til besvær

Jeg bor på et tungdrevet småbruk på Vestlandet, og jeg har ikke kone eller barn. Nå begynner jeg å bli glemsk, og jeg er redd for at jeg kommer til å rote alt til. Det er mye ansvar med så mange dyr på gården, men jeg har ikke hjerte til å sende dem til slakteren. Hva skal jeg gjøre? Jeg har hørt om dette med fremtidsfullmakt. Kan det være noe for meg, som en ekstra sikkerhet? Jeg har en jobb i kommunen, men den greier jeg godt.

Jan Egil

*Svar: Jeg vil råde deg til å holde god kontakt med Landbrukskontoret i kommunen, og dersom du er medlem av et bondelag, bør du henvende deg dit for å få nødvendig hjelp. Parat kan hjelpe deg med å sette opp en fremtidsfullmakt dersom du finner*

*en eller flere som kan være din fullmektig. Fullmakten skrives under av deg og av to vitner. Fullmektigen kan ta deg med til fastlegen dersom du får vanskeligheter med å greie deg. Legeerklæringen og fullmakten sendes til fylkesmannen som overformynder for ikraftsetting. På den måten får du hjelp i det daglige av en du kjenner og stoler på.*

Thore

## Ingen lokale forhandlinger i staten

Jeg har fått tillagt mer ansvar i min stilling og vil fremme krav under årets lokale forhandlinger, men tillitsvalgte og ledelsen her sier det ikke blir noen lokale lønnsforhandlinger i år. Hvorfor ikke?

Rigmor

*Svar: Det stemmer at det ikke blir lokale lønnsforhandlinger i staten i 2020. De sentrale forhandlingene avgjør om man skal sette av en pott til lokale lønnsforhandlinger i staten. I år ble hele lønnstillegget gitt sentralt. Men det er fremdeles mulighet til å fremme lønnskrav i henhold til hovedtariffavtalen i staten (HTA) punkt 2.5.3 Særlige grunnlag dersom du tilfredsstiller disse vilkårene. Snakk med din tillitsvalgte om å fremme krav jamfør HTA-punkt 2.5.3 nummer 1a dersom du mener det har skjedd vesentlige endringer i din stilling.*

Pia

## Avslag på studiepermisjon

Jeg har søkt om ulønnet studiepermisjon, men fått avslag. Begrunnelsen for avslaget er bemanningssituasjonen i seksjonen. Studiet gir studiepoeng og vil gi meg den formelle kompetansen jeg trenger i jobben min. Hva er mine rettigheter?

Petra

*Svar: Arbeidsmiljøloven § 12-11 gir en rett til hel eller delvis studiepermisjon dersom man har vært i arbeidslivet i minst tre år og vært ansatt hos arbeidsgiveren de siste to årene. Arbeidsgiver kan bare nekte dersom permisjonen vil være til hinder for forsvarlig*

*planlegging av drift og personaldisponering. Dersom man får avslag, kan man klage på avslaget til Tvisteløsningsnemnda. En slik klage må sendes til nemnda senest 4 uker etter at man har fått det skriftlige avslaget fra arbeidsgiver.*

*Når det er sagt, så kan det noen ganger være like lurt å forsøke å få til en god dialog med arbeidsgiver istedenfor å benytte klagemulighetene. Man kan for eksempel høre med leder om det kan passe bedre med permisjon neste semester. På den måten får leder god tid på seg og dermed lettere tilpasset personellkabal, og det kan dermed kanskje være lettere å få permisjon.*

Annbjørg

## Uenig i advarsel

Jeg har fått en advarsel og er overhodet ikke enig i det som står. Jeg har én advarsel fra før. Er det slik at om jeg får en til, så mister jeg jobben? Jeg er veldig fortvilet, for advarselen er bare tull fra leder.

Karianne

*Svar: En advarsel har ingen direkte rettsvirkninger. Det betyr at det ikke nødvendigvis skjer noe med arbeidsforholdet ditt selv om du får en advarsel. Det er heller ikke slik at du kan sies opp når du har fått et gitt antall advarsler. For at en oppsigelse skal være saklig, må det være saklig grunn for oppsigelse.*

*Merk deg at det ikke er noe krav om at det må gis advarsel før en oppsigelse. En tidligere advarsel vil imidlertid kunne legges til grunn som bevis senere, for å underbygge at du for eksempel har gjort en dårlig jobb, blitt varslet om at du må endre adferd, eller lignende. Dersom du er uenig, anbefaler jeg at du skriver et svar på advarselen, med dine forklaringer på hva som har skjedd. Dette svaret bør du be om at lagres sammen med den skriftlige advarselen. Jeg vil også anbefale at du sparer på svaret ditt, eller sender det elektronisk til arbeidsgiver, slik at du har bevis på at det er sendt.*

Guro

The crossword puzzle grid includes the following words and clues:

- Across:**
  - 1: ID-RETTS-GREN
  - 3: RACER-BIL
  - 4: ØYNE
  - 6: UJEVN
  - 8: FØ OPP
  - 10: ROKKER
  - 11: OFFISER
  - 12: AVTA
  - 14: GÅ I BAKKEN BØKER
  - 15: BYGS-LET
  - 17: EN FLEM-ING
  - 18: GRUS-RYGGEN BRUTALE
  - 19: TILSET-TING LEVER
- Down:**
  - 2: KORN-KAMMER KANSELLI
  - 5: SØLV-VINNER
  - 7: HEN-SIKTS-MESSIG
  - 9: EN VOGT
  - 13: EN CAPRINO
  - 16: OFFISER
  - 18: GRUS-RYGGEN BRUTALE
  - 19: TILSET-TING LEVER
- Other words:**
  - 10: HELLAS
  - 11: VERN
  - 12: RAMSE OPP
  - 13: FOSIL HARPIKS
  - 14: LENGDE-MÅL SPANSK MATRETT
  - 15: SENGE-LIG-GENDE
  - 16: POSTE
  - 17: BRYR SEG OM
  - 18: ADAMS MAKE GRESK BOKSTAV
  - 19: KUNDE GRISK
  - 20: M.NAVN

MINI KRYSSORD

1	2	3	4	5	6
7		8			
9					
			10		
11				12	
		13	14		
15				16	17
		18			
19					

Vannrett

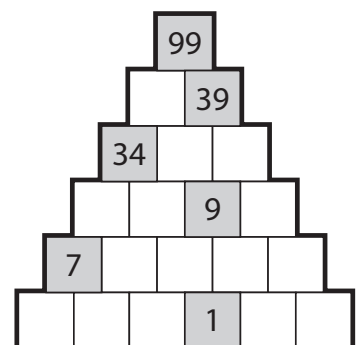
1. Avfall
4. Formann
7. Forsinke
9. Gikk for langt
10. Solo
11. Nedbør
12. Tillater
13. Vamt avkok
15. Fylkesmann
18. Fugl
19. Edens hage

Loddrett

1. Ordknapp
2. Gruvegang
3. Ristet frukt
4. Stimulerende frø
5. Scenen
6. Fjellgård
8. Plass
14. Kona til Oluf
15. Tresort
16. Kvinnenavn
17. No Clue

TALL PYRAMIDEN

Alle feltene skal fylles med tall. Noen tall er fylt inn på forhånd, og dette utgjør summen av tallene i de to feltene under. Du må sette inn begge tallene i de to tilstøtende feltene for å finne tallet i feltet over, og motsatt, du finner tallet i et felt ved å trekke tallet i feltet ved siden av fra tallet i feltet over.



Løsningen på kryssordet i medlemsbladet Parat nummer. 3 – 2020 er: «TOG ER ET BRA TRANSPORTMIDDEL» Den heldige vinneren er: Tonje Fjeld Hæreid, fra Leikanger. Frist for å sende inn løsning på neste kryssord er: **5. februar 2021.**

Vi trekker én vinner hver gang. Send løsningen til redaksjonen, enten som e-post til [trygve.bergsland@parat.com](mailto:trygve.bergsland@parat.com) eller ordinær post til: Parat, Postboks 9029, Grønland, 0133 Oslo

Husk å merke e-posten/konvoluttene «Kryssord 4/2020». Husk også å skrive på ditt eget navn og adresse.

Premie: Horizon, alpukka-pledd av 50 prosent alpaukkaull, 40 prosent fåreull og 10 prosent mikrofiber. Pleddet er Fair Trade-sertifisert. Målene er 130x200 centimeter (se foto).



Løsning: .....

Navn: .....

Adresse: .....



# SUDOKU

		9	4	7		6	5	
4		6					7	3
	5		8		3			
			1	9	4			
6	2					4	9	5
	4	3			6		8	
			5		9		6	
7					8			1
5	6		7	1		3		

Lett

© Bulls

	8	2	6		3			5
	9			5		1		
	7							2
2	4		5		8		7	
						4		
	3				1	2	8	
4			9			6		
		7			6			
	6		3	4		5		9

Middels

© Bulls

2						1	6	
3	8	6	2			9	5	
							2	
		9	8			3	4	6
				3				
6	5							9
8		1		6		5		
5							3	
						4		2

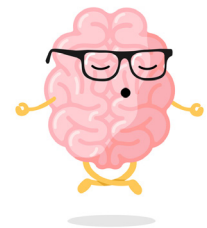
Vanskelig

© Bulls

I	C	G	I	L	L	I	K	S	T	A	L	G	R	D
M	H	Æ	J	L	O	T	S	V	R	U	K	Ø	T	U
K	T	Q	O	P	N	N	I	Y	G	Z	T	L	A	W
S	A	K	N	A	L	S	L	Y	S	A	B	E	Æ	T
L	U	T	Æ	V	L	A	H	C	R	S	E	K	X	R
E	L	P	D	C	E	N	R	E	T	T	Y	K	S	E
I	L	D	B	N	L	D	P	N	U	E	S	I	A	K
P	I	C	T	Y	Å	E	Ø	T	E	K	Z	N	J	I
H	S	S	Å	F	R	H	E	R	Y	T	T	G	Y	T
E	A	V	P	S	Z	H	R	A	B	E	F	Å	I	S
T	B	L	P	A	T	D	N	Ø	S	R	D	A	I	I
W	R	I	E	T	R	F	L	I	D	Y	Ø	I	S	F
J	K	G	A	L	O	P	P	A	D	E	W	M	R	O
S	X	L	W	P	Ø	E	R	U	S	A	L	G	S	S
T	P	C	P	O	R	I	T	S	E	N	I	V	S	T

## KRYSS OG TVERS

Finn alle ordene. Ordene kan stå vannrett, loddrett eller diagonalt, og kan ofte stå skrevet baklengs.



1. ANTESIPER
2. ATSKILLIG
3. BASILL
4. DØRHÅNDTAK
5. GALOPPADE
6. GLASUR
7. HALV
8. KURVSTOL
9. LEKKING
10. PLATTHET
11. SAFTEN
12. SKIPSREPERATØR
13. SKYTTERNE
14. SLEIPHET
15. SMØRBRØD
16. SOFISTIKERT
17. SPAR
18. STEKTE
19. SVINESTI
20. SYLSLANK

## Ordplunder

Bokstavene i ordet under har blandet seg litt. Kan du finne fram til riktig ord ved å plassere bokstavene i riktig rekkefølge i de hvite feltene?

Den grå teksten på siden gir deg noen hint. Skjul teksten om du ikke vil ha hjelp.

**L G E E F V J G L**

FYLL INN ORDET:

--	--	--	--	--	--	--	--	--

### NOEN SMÅ HINT

- Ordet starter med bokstaven F
- Brukes av klatrere
- Massiv og ofte loddrett

### PARATS TRENINGSSIDE MED HJERNETRIM

Sender du oss løsningen på alle oppgavene på denne siden, er du med i trekningen av et Horizon, alpaka-pledd av 50 prosent alpakaull, 40 prosent fårell og 10 prosent mikrofiber. Pleddet er Fair Trade-sertifisert. Målene er 130x200 centimeter (se foto).



Frist for å sende inn løsningen er 5. februar 2021.

Vi trekker én vinner hver gang. Send løsningen til redaksjonen, enten på e-post til trygve.bergsland@parat.com, eller ordinær post til: Parat, postboks 9029 Grønland, 0133 Oslo. Husk å merke e-posten/konvoluttene «Hjernetrim 4/2020». Vinneren av hjernetrim i 3/2020 er Solveig Rød, fra Klæbu.

# Med håp for vinteren

Høsten ble ikke helt som jeg hadde håpet på. Vi fikk så vidt en smakebit på det sosiale livet mange av oss har savnet, men så kom covid-19 som en skygge over landet igjen.

**D**et ble igjen innført strenge smitteverntiltak av regjeringen og helsemyndighetene. Veldig mange ble på ny sendt hjem til en arbeidsdag på hjemmekontor. For noen er dette fint – for andre er det ensomt.

Denne høsten har ansatte, ledere og eiere snudd hver stein for å se hvordan arbeidsplasser og verdier kan reddes for fremtiden. Samtidig skapes det en unødvendig usikkerhet rundt de støtteordningene noen bransjer er avhengige av for å komme seg gjennom krisen. Jeg har derfor bedt regjeringen og stortingspolitikere om å tenke langsiktig og ikke være så naive som å tro at krisen vil være omme når kompensasjonsordningene utgår i desember. Såpass skylder de næringslivet.

For veldig mange bedrifter og virksomheter ser det veldig alvorlig ut akkurat nå. Vi i Parat er redd for at det vil komme oppsigelser når utvidet permitteringsperiode utløper ved nyttår. Hvordan det vil se ut, er umulig å si på nåværende tidspunkt. Vinteren er allerede en utfordrende tid for blant annet bransjene tilknyttet luftfarten, og nå med covid-19 på toppen ser det mørkt ut. Vi håper en vaksine snart er på plass, og at dette kan medføre at luftfartsbransjen og alle andre næringer blir litt mindre skadelidende.

NHO Service og Handel, vår motpart på vekteroverenskomsten, førte oss ut i streik, og som jeg har sagt så mange ganger, en helt unødvendig streik. Vi gikk til forhandlingene med klokkertro på at det ville bli løsning, først hadde vi tro på en forhandlingsløsning og særlig hadde vi tro på en løsning gjennom mekling. Som Parat-leder konstaterer jeg i skrivende stund at Parat allerede har kommet til enighet med vår motpart på alle områder vi så langt har forhandlet på. Det beviser at vi i Parat ønsker å komme til enighet, og at vi søker løsninger uten å måtte bruke streikevåpenet.

Parat forholdt seg til frontfagrammen i år og lot den være førende for de kommende avtaleområdene. Selv om det faktisk finnes argumenter for at denne avtalen burde ha gode kort på hånden for å kunne gå utover rammen i frontfaget, krevde vi ikke det i år. Parat-vekternes krav var rimelige og edruelige. Vi ønsket en



Unn Kristin Olsen. Foto: Vette Daler.

viss økning av natt- og helgetillegg. Det var vi villig å finansiere innenfor helheten. Vi møtte stivsinn og stahet hos motparten. De var ikke til å rikke. De skulle diktere hvordan årets lønns-tillegg skulle fordeles. Det kan ingen fagforening med respekt for seg selv gå med på.

Så kjære vektere, kjære streikende vektere, vit at jeg er utrolig stolt av dere. Jeg har sett hvordan dere stod på under streiken, belastningen det er å stå i en langvarig streik kan kun oppleves. Jeg er meget imponert over dere.

*Det finnes et lite ord som heter: håp,  
det skjønneste i menneskets språk.*

**Kari Gløersen**

*UK. Olsen*

Unn Kristin Olsen  
Leder i Parat

Facebook: [facebook.com/UnnKristinOlsenParatYS](https://www.facebook.com/UnnKristinOlsenParatYS)

# Hjelp når du trenger det!

Trenger du hjelp med spørsmål knyttet til lønn, tariff, arbeidsforhold, medlemskap og kontingent, kan du nå enten kontakte din tillitsvalgte eller hovedtillitsvalgte, eller du kan kontakte Parat direkte. Kontakt gjerne ditt nærmeste regionkontor først, så veileder de deg videre. På disse sidene finner du kontaktinformasjon både til Parat og Farmasiforbundet. Husk at du alltid kan kontakte oss på 482 10 100 eller medlem@parat.com.

## Farmasiforbundets hovedtillitsvalgte

### Private apotek



#### Boots

##### Inger Johanne Opseth

Boots apotek Elverum  
Telefon: 977 85 188  
ij.opseth@boots.no



#### Apotek1

##### Monika Nilsen

Apotek 1 Vestvågøy  
Telefon: 913 68 268  
mjanilse@online.no



#### Vitusapotek

##### Anita Sveum Nilsen

Vitusapotek Sandvika  
Telefon: 67 55 19 00 / 970 60 141  
anita\_sveum\_nilsen@hotmail.com

### Sykehusapotek



#### Midt:

##### Liv Reisch

Sykehusapoteket i Trondheim  
Telefon: 73 86 42 00 / 924 10 932  
liv.reisch@sykehusapoteket.no



#### Vest:

##### Gunvald Iversen

Haukeland sykehusapotek  
Telefon: 988 34 655  
gunvald.iversen@sav.no



#### Sør-Øst:

##### Eva Irene Holmen

Sykehusapoteket sør/øst  
Telefon: 926 33 390  
eva.irene.holmen@sykehusapotekene.no



#### Nord:

##### Beate Borge

Sykehusapoteket i Tromsø  
Telefon: 415 13 546  
beate.borge@sykehusapotek-nord.no

## Parats regionkontorer

### Oslo:

Lakkegata 23  
ost@parat.com

### Rådgiver Bjørn Are Sæther

bjorn.are.sether@parat.com  
Telefon: 959 77 054

### Rådgiver Elin Solheim Lie

elin.solheim.lie@parat.com  
Telefon: 954 02 992

### Rådgiver Ståle Botn

stale.botn@parat.com  
Telefon: 476 16 392

### Rådgiver Bjørg Skuthe

bjorg.skuthe@parat.com  
Telefon: 969 42 646

### Tønsberg:

Grev Wedelsgt. 12  
sor@parat.com

### Rådgiver Unn Kristin Johnsen

unn-kristin.johnsen@parat.com  
Telefon: 934 80 218

### Tromsø:

Grønnegata 3B  
nord@parat.com

### Rådgiver Siren Somby

siren.somby@parat.com  
Telefon: 419 33 359

### Rådgiver Jo Sigurd Aurvoll

jo-sigurd.aurvoll@parat.com  
Telefon: 472 76 963

### Kristiansand:

Vestre Strandgt. 42  
sor@parat.com

### Rådgiver Marianne Hårtveit

marianne.haartveit@parat.com  
Telefon: 971 67 293

### Bergen:

Strandgaten 1  
vest@parat.com

### Advokat Ketil Mæland-Johansen

ketil.maeland-johansen@parat.com  
Telefon: 982 55 809

### Rådgiver Jørgen Dræge

jorgen.draege@parat.com  
Telefon: 404 54 606

### Rådgiver Laila Sæterdal

laila.saterdal@parat.com  
Telefon: 481 84 995

### Trondheim:

Kjøpmannsgt. 25  
midt@parat.com

### Rådgiver Anita Rosmæl

anita.rosmal@parat.com  
Telefon: 936 15 942

### Rådgiver Bente Hermanstad

bente.hermanstad@parat.com  
Telefon: 915 90 708



# HJELP KUNDENE DINE MED ET RESEPTFRITT LEGEMIDDEL FOR SMERTELINDRING VED VONDT I HALSEN!

Vondt i halsen kan ha en betydelig negativ påvirkning på hverdagslige gjøremål som å spise og prate, og til og med søvnen!<sup>1</sup>



**Strefen<sup>®</sup>** doserer flubiprofen målrettet<sup>2,3</sup>...  
Flurbiprofen

... i en **lavoptisert dose**, absorberes raskt i halsvevet, oppnår raskere maksimal konsentrasjon enn når tilsvarende dose svelges, og **hemmer** cykloxygenasen(COX), som igjen **behandler** symptomene av betennelsen og smerten.<sup>4-8</sup>



Opp til **55%** tas opp i halsvevet<sup>9</sup>

## Strefen<sup>®</sup> ER EN RASK OG MÅLRETTET BEHANDLING FOR EN SMERTEFULL HALS



- Begynner å virke etter 2 minutter<sup>5</sup>
- Effekten varer i opp til 4 timer<sup>5</sup>
- Maks 5 sugetabletter per dag<sup>5</sup>
- Fra 12 års alder<sup>5</sup>



- Begynner å virke umiddelbart<sup>10</sup>
- Effekten varer i opp til 6 timer<sup>10</sup>
- Opp til 5 doser (1 dose = 3 spray) per dag<sup>10</sup>
- Voksne fra 18 års alder<sup>10</sup>



Ved behov for antibiotika ved en streptokokkinfeksjon gir en kombinasjon med Strefen sugetabletter en signifikant større lindring av smerteintensiteten i halsirritasjonen, enn behandling kun med antibiotika.<sup>5</sup>

NO/STF/2020/005

**Referenser:** 1. McNally D, et al. Int J Clin Pract 2010;64:194-207; 2. Veale D, et al. Curr Drug Deliv 2017;14:725-33; 3. Limb M, et al. Int J Clin Pract 2009;63:606-12; 4. Watson N, et al. Int J Clin Pract 2000;54:490-6; 5. Strefen 8,75 mg Sugetabletter, Preparatomtale, 10/03/2020; 6. Sefia E, et al. Abstract presented at Annual Scientific Meeting of the British Pain Society, 24-27 April 2007, Glasgow, UK; 7. Schachtel B, et al. Pain 2014;155:422-8; 8. de Looze F, et al. Eur J Gen Pract 2016;30:111-8; 9. Turner R, et al. Naunyn-Schmiedeberg Arch Pharmacol 2018;391(Suppl 1):1-93; 10. Strefen 8,75 mg/dose munnpray, Preparatomtale, 08/04/2018.

**SUGETABLETTER 8,75 mg:** Hver sugetablett inneholder: Flurbiprofen 8,75 mg, hjelpestoffer: Sukkerholdig, Honning-sitronsmak. **MUNNSPRAY, oppløsning 8,75 mg/dose:** 1 dose (3 sprayer) inneholder: Flurbiprofen 8,75 mg, metyl- og propylparahydroksibenzoat (E218 og E216), betadex, dinatriumfosfatdodekahydrat, sitronsyremonohydrat, natriumhydroksid, N,2,3-trimetyl-2-isopropylbutanamid, sakkarinnatrium, hydroksipropylbetadex, renset vann, kirsebær- og peppermyntesmak. **Indikasjoner:** Sugetabletter: Kortvarig symptomlindring ved sår hals hos voksne og barn > 12 år. **Reseptfri bruk:** Voksne og barn > 12 år: Lindring av ubehag ved sår hals. **Munnpray:** Kortvarig symptomlindring ved sår hals hos voksne. **Reseptfri bruk:** Voksne > 18 år: Lindring av ubehag ved sår hals. **Dosering:** Sugetabletter: Kun korttidsbruk. **Voksne og barn > 12 år:** 1 sugetablett hver 3-6. time ved behov. Høyst 5 sugetabletter pr. døgn, i maks. 3 dager. **Spesielle pasientgrupper:** Lett/moderat nedsatt lever-/nyrefunksjon: Ingen dosereduksjon nødvendig. Kontraindisert ved alvorlig nedsatt lever-/nyrefunksjon. Barn < 12 år: Ikke indisert. Eldre: Ingen generell doseringsanbefaling kan gis pga. begrenset erfaring. **Administrering:** Suges/oppløses langsomt i munnen. Flyttes rundt i munnen ved suging for å unngå lokal irritasjon. **Munnpray:** Kun kortvarig bruk, maks. 3 dager. **Voksne > 18 år:** 1 dose (3 sprayer) hver 3-6. time ved behov. Maks. 5 doser (15 sprayer) pr. døgn. **Spesielle pasientgrupper:** Barn og ungdom < 18 år: Ikke indisert. Eldre: Ingen generell doseringsanbefaling kan gis pga. begrenset erfaring. **Administrering:** Sprøytes bak i svelget, se pakningsvedlegget. Det skal ikke inhaleres under spraying. **Kontraindikasjoner:** Overfølsomhet for innholdsstoffene. Tidligere overfølsomhet for ASA/andre NSAID. Pågående/tidligere gjentatte episoder (>2) med magesår/blødning og intestinalsår. Anamnese med gastrointestinal blødning/perforasjon, alvorlig kolt, blodnings- eller hematopoieseforstyrrelser relatert til tidligere NSAID-behandling. 3. trimester av graviditet. **Munnpray:** Barn og ungdom < 18 år: **Forsiktighetsregler:** Lege kontaktes innen 3 dager hvis plagen blir verre/ikke blir bedre. Behandlingen revurderes ved forverring eller nye symptomer. Seponeres ved irritasjon i munnen. **Bivirkninger:** Kan begrenses ved bruk av laveste effektive dose som gir symptomkontroll over kortest mulig tid. Mage-tarm: Bør gis med forsiktighet ved ulcerskolektomi, Crohns sykdom, dårlig forverring av forverring og/eller uten varselsymptomer eller slike alvorlige hendelser i anamnesen. **Økt risiko ved store doser og ved ulcus i anamnesen, særlig ved komplikasjoner som blødning/perforasjon, hos eldre og ved bruk av andre legemidler som kan gi økt risiko for ulcerasjon/blødning.** Pasienten skal oppfordres til å kontakte lege ved uvanlige magesymptomer. Ved blødning/ulcerasjon skal behandling seponeres. **Hjerte-/kar:** Forsiktighet skal utvises ved hypertensjon/hjertesvikt i anamnesen (rådfør lege/apotek), da væskeretensjon, hypertensjon og ødem kan forekomme. NSAID i høye doser og ved langtidsbehandling kan gi økt risiko for arterielle trombotiske hendelser, og kan ikke utelukkes for flubiprofen ved vanlig dosering. Hud: Alvorlige hudreaksjoner (inkl. eksfoliativ dermatitt, Stevens-Johnsons syndrom, toksisk epidermal nekrolase) som kan være fatale, kan forekomme. Ved hudutslett, slimhinnelesjon eller andre tegn på overfølsomhet bør preparatet seponeres. **Luftrøstveier:** Bronkospasme kan utløses ved aktiv/tidligere bronkialastma eller allergisk sykdom. Forsiktighet bør utvises hos slike pasienter. Infeksjoner: Forverring av infeksjoner kan forekomme. Ved tegn/forverring av bakterielle infeksjoner skal pasienten umiddelbart kontakte lege. Antibiotika bør overveies. **Munnpray:** Pasienter bør rådføre seg med lege og behandling revurderes ved purulent, bakteriell faryngitt/tonsillitt. **Nervesystemet:** Sugetabletter: Ved langtidsbruk (>3 måneder) med inntak hver 2. dag eller oftere, kan hodepine utvikles/forverres. Analgetika/ulcerose kan gi økt risiko for hodepine og økt toksisk effekt. **Mifepriston:** Kan gi redusert effekt av mifepriston. Det bør gis 8-12 dager etter inntak av mifepriston for behandling igangssettes. **Orale antidiabetika:** Kan påvirke blodsukkernivå, økt kontrollfrekvens anbefales. **Fenytoin:** Kan gi økt serumnivå. **Adekvat oppfølging anbefales.** **Kaliumsparende diuretika:** Kan gi hyperkalemi. **Probenecid/sulfonprazolam:** Utskillelse av flubiprofen kan forsinkes. **Kinolonantibiotika:** Økt risiko for krampet. **Zidovudin:** Økt risiko for hematologisk toksisitet. Økt risiko for hematomose og hematom hos hiv-positive hemofilpasienter. **Graviditet, amning og fertilitet:** Graviditet: Kontraindisert i 3. trimester. Skadelige effekter på svangerskapsforløp/embryo/fostrerutvikling kan oppstå. Økt risiko for spontanabort/hjertemisdannelser/gastroschisis etter inntak tidlig i graviditet er vist. Risiko antas å øke med økende dose og behandlingsvarighet. **Sugetabletter:** 1. og 2. trimester skal flubiprofen kun brukes hvis strengt nødvendig. Ved bruk hos en kvinne som ønsker å bli gravid, eller i 1. eller 2. trimester, bør dosen være lav og behandlingstiden så kort som mulig. **Munnpray:** Skal ikke brukes i 1. og 2. trimester. **Amning:** Går over i morsmelk i svært lave konsentrasjoner. Påvirker sannsynligvis ikke barn som ammes. **Barn under amning anbefales ikke pga. mulige bivirkninger hos diende barn.** **Fertilitet:** Kan påvirke fertilitet hos kvinner. Effekten er reversibel ved seponering. **Bivirkninger:** Vanlige (<1/100 til <1/10): Gastrointestinale: Diaré, munnsmå, kvalme, orale smerter, oral parese, orofaryngeal smerte, ubehag i munnen (varme eller brennende følelse), luftrøstveier: Irritasjon i svelget. **Nevrologiske:** Svimmelhet, hodepine, parese, mindre vanlige (<1/1000 til <1/100): Gastrointestinale: Abdominal distensjon, abdominal smerte, konspasjon, munntørhet, dyspepsi, flatulens, glossodyni, dysgeusi, økt dysfagose, oppkast. **Hud:** Utslett (ulike typer), kløe. **Luftrøstveier:** Forverring av astma og bronkospasme, dyspné, hvesing, orofaryngeale blømer, laryngeal hypostesi. **Nevrologiske:** Somnolens. **Psykiske:** Insomni. **Øvrige:** Pyreksi, smerte. **Sjeldne (<1/100000 til <1/10000):** Immunsystemet: Anafylaktisk reaksjon. **Ukjent frekvens:** Blod/lymfef: Anemi, trombocytopeni. **Hjerte-/kar:** Ødem, hypertensjon, hjertesvikt. **Hud:** Alvorlige former for hudreaksjoner, slik som bulløse reaksjoner, inkl. Stevens-Johnsons syndrom og toksisk epidermal nekrolase. **Lever/galle:** Hepatitt. **Overdosering/forgiftning:** Symptomer: Kvalme, oppkast, smerter i epigastriet, mer sjelden diaré. **Tinnus, hodepine, GI-blødning** kan forekomme. Ved alvorlig forgiftning: Toksisitet i CNS (dosighet, uforvarende, forvirring, koma), krampet, metabolsk acidose, forlenget protrombintid/INR, akutt nyresvikt, leverkade og forverret astma (hos astmatikere). **Behandling:** Symptomatisk og støttende inkl. opprettholdelse av frie luftrøstveier/overvåking av hjerte/vitale tegn. **Medisinsk kull/ventiltrykkskylning** bør vurderes. **Korrigering av serumelektrolytter** ved innlegelse innen 1 time etter inntak. **Hypoglykemi/angvarige krampetall** behandles med 10% dextrose/lorazepam. **Bronkodialator** ved astma. Se Giftnormasjonsanbefalinger R02A X01 på www.felleskatalogen.no. **Pakninger uten resept:** Sugetabletter: 16 stk. (blister). **Munnpray:** 15 ml. **Basert på SPG godkjent av SIV:** Sugetabletter: 10.03.2020 / Munnpray: 08.04.2018. (se www.legemiddelbok.no). Meld bivirkninger på www.legemiddelverket.no/meldsjaka.