

Mehri Armand

14

Samarbeids- prosjekt for enda bedre desinfisering



Helseskadelige stoffer
Hvor farlig er stoffene
og kjemikaliene du
utsettes for på
jobb?



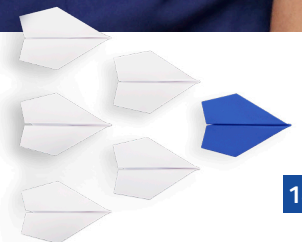
10

**Undervisningsfilmer
for fremtidens
tannhelsesekretærer**
Kommunikasjon og
samhandling er tema.



16

**Nye, etiske
retningslinjer**
Retningslinjene
skal tilpasses
dagens behov.



18

SENSODYNE

REPAIR & PROTECT

DEEP REPAIR

Hjelper til med å danne et **reparerende lag** ved hjelp av NovaMin* og gir **langvarig beskyttelse** mot ising**



Klinisk bevist langvarig beskyttelse mot ising**



Bygger et reparerende lag* over det eksponerte dentinet



Beskytter sensitive tenner ved å lindre ising i tennene, styrke emaljen og vedlikeholde et sunt tannkjøtt**

NR.1

**TANNKREMEN FLEST
TANNLEGER ANBEFALER
MOT ISING I TENNENE*****



- 5 Forbundsleder har ordet
 - 6 Småstoff
 - 10 Helsekadelige stoffer
 - 14 Samarbeid om desinfisering
 - 16 Nye undervisningsfilmer
 - 18 Oppdaterte etiske retningslinjer
 - 20 Aktive Parat
 - 23 Internasjonalt arbeid
 - 24 Kurs i 2023
- 26 Parats flaggsak
 - 27 Ønsker flere unge tillitsvalgte
 - 28 Oppskrift på godt samarbeid
 - 32 Unicef
 - 36 Parat informerer
 - 38 Advokatene svarer
 - 40 Kryssord og hjernetrim
 - 42 Parats leder

Samarbeider om desinfisering

Tannhelsesekretærer kan forenkle smittevernarbeidet for tann teknikere. Derfor har Tannhelsesekretærenes Forbund og Norsk Tann teknikerforbund inngått et samarbeid om å forbedre rutinene for desinfisering.



Petter Dahl. Foto: Vetle Daler

Hvor farlige er stoffene på tannlegekontoret?

Daglig eksponeres tannhelsepersonell for stoffer og kjemikalier på jobb. Men hvor helseskadelige er egentlig disse stoffene?



Anne-Gro Årmo. Foto: Vetle Daler



Mona Lien. Foto: Fagbokforlaget

Nye undervisningsfilmer for bedre pasientkommunikasjon

Som tannhelsesekretær møter man høye krav til god pasientkommunikasjon. Nå skal nye undervisningsfilmer forberede elevene på videregående skole på god kommunikasjon og samhandling.

Tannhelse-

sekretæren

Utgis av: Tannhelsesekretærenes Forbund tilsluttet Parat

Tannhelsesekretærenes Forbund,
Lakkegata 23
Postboks 9029 Grønland
0133 OSLO

www.thsf.no
www.parat.com

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

ISSN: 1504-5714
ISSN: 1890-9116 (online)

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

Leder: Anne-Gro Årmo
Mobil: 913 34 230
E-post: anne-gro.aarmo@parat.com

Forsidefoto: Vetle Daler
Avbildet: Mehri Armand

Alle illustrasjonsbilder i bladet som ikke er kreditert er levert av Getty Images.

Redaksjonen avsluttet: 21.11.2022
Materiellfrist neste nummer: 03.02.2023



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, CO2-nøytralt og 100 prosent resirkulerbart.



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

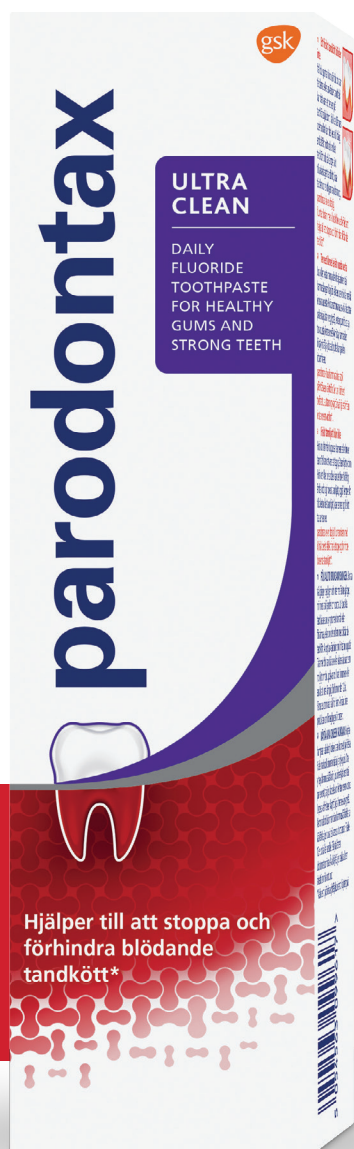
Den som mener seg rammet av urettmessig publisering, oppfordres til å ta kontakt med redaksjonen. Pressens Faglige Utvalg (PFU) er et klageorgan oppnevnt av Norsk Presseforbund som behandler klager mot mediene i presseetiske spørsmål.

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

presse.no

HJELP PASIENTENE DINE MED Å BEHOLDE ET FRISKT TANNKJØTT

PARODONTAX ER EN FLUORTANNKREM TIL DAGLIG BRUK, SPESIELT UTVIKLET FOR UTMERKET PLAKKFJERNING FOR Å HJELPE MED Å STOPPE OG FOREBYGGE BLØDENDE TANNKJØTT*



48%

reduksjon av **blødende tannkjøtt***¹

4X

bedre **plakkfjerning****¹

HALEON | healthpartner

Oppdag en verden av kunnskap innen munnhelse. For å finne ut mer og få tilgang til parodontax prøvetuber, skann QR-koden og registrer deg på www.haleonhealthpartner.com/en-no/oral-health/



*sammenlignet med en vanlig tannkrem ved børsting to ganger daglig **enn en vanlig tannkrem, etter en profesjonell tannrengjøring og børsting to ganger daglig. 1 Jose et al. J Clin Dent. 2018; 29:33-398

Engasjerende høst for tannhelsesekretærer

Det har ikke manglet på saker å engasjere seg i denne høsten. Tannhelsesekretærenes Forbunds manglende plass i tannhelseutvalget har vært en stor utfordring. I tillegg har vi kommet oss gjennom forberedelser og stadige utsettelse av lønnsoppgjøret i privat tannhelse, og gjennomført landsmøtet.

Sentralstyret gjorde en fantastisk jobb før landsmøtet, med sin gjennomgang av saker, planer og praktisk gjennomføring. Jeg vil takke det sittende sentralstyret for engasjement og god meningsutveksling i disse sakene. Jeg er trygg på at de erfarne tillitsvalgte sentralstyret består av, ser viktigheten av ThsFs samfunnsoppdrag og hva vi gjør for medlemmene, og dermed har lagt en god strategi for ThsF i årene som kommer.

Mange av våre dyktige tillitsvalgte har vært deltakere på Parats regionkonferanser rundt i det ganske land. Og mange av dere medlemmer har vært på medlemsforedrag i forbindelse med konferansene. Det gjennomgående temaet har vært arbeidsglede, som er Parats flaggsak i år. Jeg håper du sitter igjen med en større forståelse av hva som bidrar til arbeidsglede, og hvordan vi selv kan påvirke arbeidshverdagen vår for å øke den.

I høst er det produsert små filmsnutter hvor yrkene tannhelsesekretær, helsesekretær og apotektekniker blir presentert. Disse skal brukes til å promotere yrket for elever på Vg2 Helsefag. ThsF har fått være dypt involvert i dette arbeidet, og et av våre medlemmer har vært hovedperson og skuespiller. ThsF er fornøyd med at vi blir spurt om å delta i slike prosjekter. Vi blir sett og hørt!

Vi, med god hjelp og støtte i Parats kommunikasjonsavdeling, er i gang med å produsere et kort webkurs i desinfeksjon av tannteknikerarbeider. Dette gjøres i tett samarbeid med Norsk Tannteknikerforbund. I tillegg ble ThsF presentert med banner og informasjonsmateriell på Tannteknikerforbundets fagkonferanse i høst. Jeg blir glad og stolt over at ThsF er blitt «synlige og likeverdige».

ThsF skal ikke hvile på gode resultater, men vi skal videre. Det kommer nye og spennende utfordringer framover, og de utfordringene skal vi være klare til å ta. Når du leser dette, er ThsFs landsmøte 2022 avviklet, og den nyvalgte ledelsen og styret skal ta fatt på tre år i ThsFs tjeneste. Akkurat nå vet jeg jo ikke om jeg får fornyet tillit av landsmøtet til å lede forbundet, men jeg har et stort håp og ønske om at jeg på nytt får muligheten. Over nyttår håper jeg at jeg kan komme med noen nye betraktninger som dere kan lese i Tannhelsesekretæren nummer 1/23. Den som lever, får se.

Jeg ønsker dere alle, gode medlemmer i ThsF, en riktig god adventstid, jule- og nyttårshøytid.

Anne - Gro Årmo

Anne-Gro Årmo, leder i ThsF



Foto: Trygve Bergslund.



Tåteflasker kan gi hull i tennene

Helsenett.no skriver at bruk av tåteflaske kan gi hull dersom barnet har fått tenner og innholdet i flasken inneholder søtstoffer. De skriver også at det er vært uheldig dersom en narresmøkk gjøres søt ved bruk av honning, sirup eller andre tilsetninger, noe som kan forårsake store hull i tennene i løpet av bare måneder. Til og med melk kan gi hull i tennene hvis den gis i flaske om natten og det anbefales derfor å gi barnet vann.

– Bortsett fra vann så kan selv små mengder næring være nok til at bakteriene på tannoverflaten lager syre, skrives det på nettstedet.

@Helsenett.no



Eldre kan dø av dårlig tannhelse

Katrine Gahre Fjeld er spesialtannlege ved institutt for klinisk odontologi ved Universitetet i Oslo, og har tatt en doktorgrad på oralhelse hos syke eldre. I arbeidet med doktorgraden har hun funnet ut at hvis motorikken i munnen lammes, og ikke blir rensket gjennom spytt og drikke, vil matrester og plakk få en oppvekst av sykdomsfremkallende mikroflora.

Studier viser at ett av ti dødsfall av aspirasjonspneumoni hos sykehjemspasienter kunne vært unngått om den orale hygiene ble bedre ivaretatt. *@sykepleien.no*

Tannkrem-alarm

Den siste tida har det blitt populært å lage sin egen tannkrem og på videoappen TikTok florerer det av folk som blander sammen kull, bakepulver, salt og sitron til en naturlig blanding fri for fiksfakseri. Årsaken kan være både frykt for fluor og ønske om å spare penger.

Tannlege Cathryn Madden roper varsko og sier hjemmelaget tannkrem kan være naturlig, men det betyr ikke at den er bra for tennene.

– Å bruke ingredienser som sitron, som er surt, eller natron og salt, som har en slipende effekt, kan bryte ned emaljen på tennene. Fluorfri tannkrem kan også føre til hull i tennene. Ingrediensene i den hjemmelagde tannkremen kan dessuten ødelegge vev, sier hun. *@Dagbladet*



Tannbehandlingsangst knyttes til traumatiske livshendelser

I en ny studie fra 2022, publisert av Tannhelsetjenestens kompetansesenter for Nord-Norge, finner man at om lag tre prosent av den voksne befolkningen i Tromsø lider av alvorlig tannbehandlingsangst. Det var en direkte sammenheng mellom tannbehandlingsangst og erfaring med smertefull tannbehandling eller seksuelle overgrep.

Forskerne mener tannhelsepersonell bør integrere denne kunnskapen i daglig praksis. Det innebærer blant annet å gjenkjenne tegn på overgrep, unngå re-traumatisering og henviser til spesialister innenfor feltet. *@tknn.no*



Økende helseplager blant tannhelsepersonell

En svensk rapport publisert av Afa Försäkring peker på økende forekomst av dårligere helsestilstand blant svensk tannhelsepersonell og særlig blant kvinnelige svenske tannleger som i stor grad rammes av psykiske lidelser. Når det gjelder langtidssykefravær, over 90 dager, ligger tannhelsepersonell som jobber innenfor kommuner og regioner høyt på statistikken sammenlignet med andre yrkesgrupper. Det betyr at tannhelsetjenesten er den tredje mest utsatte gruppen etter tekstilindustrien og byggebransjen. *@NTB*

Belgia har returnert tanna til drept kongolesisk leder

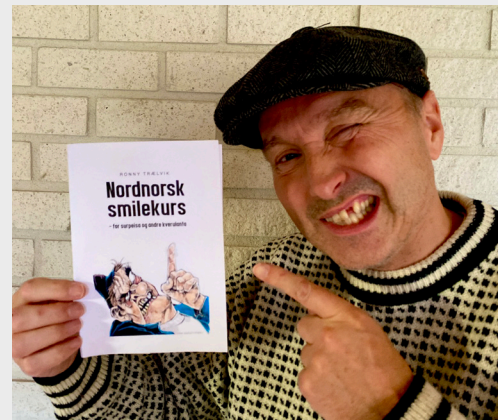
Belgia har i en seremoni i Brussel utlevert en tann som er den eneste kjente jordiske levning av Kongos drepte uavhengighetshelt Patrice Lumumba som var den første demokratisk valgte lederen i Kongo etter at landet ble uavhengig fra belgisk styre i 1960.

Tanna var plassert i en liten blå boks, og seremonien ble direkteoverført på TV. Handlingen var ment som en symbolsk gjenoppretting av den uretten som ble begått mot Kongo under belgisk kolonistyre og med drapet på Lumumba. *@NTB*



Tannhelse i Berge- dramatikk

Byrådsleder Roger Valhammer (Ap) trakk seg i kjølvannet av barnevernssakene i Bergen. Årsaken var sviktende oppfølging av en liten sju år gammel gutt som ble mishandlet av sin egen far og bundet fast i sin egen seng. Saken omfattet også to søsken som aldri har fått gått på skolen eller vært hos tannlegen. Et av barna, en 17-åring, endte opp underernært på Haukeland sykehus. Flere tiltak iverksettes i barnevernstjenesten, blant annet et felles byomfattende mottak for bekymringsmeldinger. @NTB



Forfatter Ronny Trælvik. Foto Bok i Nord.

Smilekurs-forfatter brakk tann på research-tur.

En litt kuriøs sak, men på en research-tur etter gode og muntre historier til sin nye humorbok, «Nordnorsk smilekurs – for surpeisa og andre kverulanta», mistet forfatter Ronny Trælvik en tann midt i en pause fra skrivinga av artige historier.

– Det kom fra inne i flabben. Og høyere enn bannskap på sitt verste, datt det ut en tann, sier han. Innenfor leppene befant det seg nemlig brødsmuler, så vel som Nugatti-rester, og altså en ikke helt komplett tannstilling. Nå håper han at boksalget blir såpass bra at det dekker tannlegeregninga. @NTB

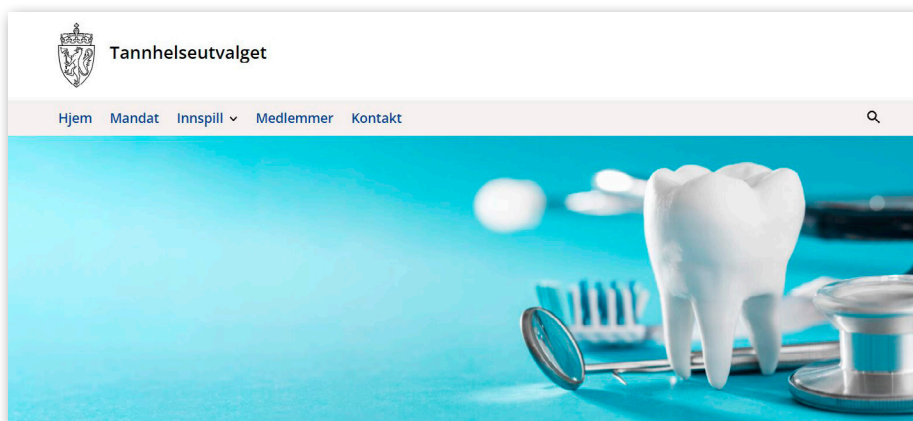
Statsbudsjett og tannhelse

Regjeringen er avhengig av støtte fra SV for å få flertall for statsbudsjettet, der det nå kjempes om endringer i budsjettet knyttet til ytelser som barnetrygd, minstepensjon, bostøtte, studiestøtte og billigere tannhelse. @NTB

Tannhelseutvalget har fått egen nettside

Tannhelseutvalget har lansert en egen nettside med informasjon om deres arbeid, oversikt over medlemmer og mulighet til å komme med direkte innspill. Utvalget skal foreta en helhetlig gjennomgang av tannhelsetjenesten, herunder organisering, finansiering og lovverket inkludert regulering og rettigheter.

Det er mulig å sende innspill til utvalget. Disse publiseres på nettsidene og alle vil kunne lese disse. Det er også mulig å ta direkte kontakt med utvalgets sekretariat. Nettsiden finner du på www.nettsteder.regjeringen.no/tannhelseutvalget



Skjermdump: Tannhelseutvalget



Helseplager (MUPS) kan knyttes til amalgamfyllinger

I en rapport fra 2022 «Utpøvende behandling ved helseplager attribuert til amalgamfyllinger. En prospektiv kohortstudie» har man funnet ut at pasienter med langvarige medisinsk uforklarte helseplager (MUPS) kan knyttes til amalgamfyllinger.

Etter utskiftingen av amalgamfyllingene var intensiteten av generelle helseplager betydelig lavere enn før amalgamutskiftingen. Helseøkonomiske analyser indikerte at fjerning av amalgamfyllinger hos denne pasientgruppen kan være kostnadsbesparende over både 5 og 10 år. *@NORCE Helse og samfunn*

Folk sliter med tannlegeregninger

Folk sliter med å betale tannlegeregningene, noe som merkes godt i det offentlige. Vestfold og Telemark fylkeskommune har alene over en million kroner i utestående og ubetalte tannlegeregninger. Undersøkelser NRK har utført viser store ubetalte tannlegeregninger også i Trøndelag, Finnmark og Viken.

Turid Kristoffersen er direktør for tannhelse og forebygging i Vestfold og Telemark fylkeskommune og er bekymret. Hun peker på at betalingsproblemer kan føre til dårlig tannhelse.

– Dårlig tannhelse har mange negative effekter, også utenom tennene. Det øker risiko for hjerte- og karsykdommer, diabetes og ikke minst psykiske sykdommer, sier hun. *@NRK*



Kan stoffene på tannlegekontoret være farlige for helsen?

Daglig eksponeres tannhelsepersonell for stoffer og kjemikalier som kan være helseskadelig. Men hvor utsatt er de egentlig? Og hvilke helseskader vil det være snakk om?

Av: Marianne Baksjøberg

Det bores, slipes og limes. Damp fra rensvæsker, fyllmateriale som skal herdes, utsug av væske og gamle fyllinger som pusses.

Blant alt dette går tannhelsepersonalet, dag ut og dag inn. Puster de inn partikler og er i kontakt med stoffer som på sikt kan skade helsen?

– Vi er stadig bekymret for om arbeidet på tannlegekontorene kan være helseskadelig, sier leder i Tannhelsesekretærenes Forbund (ThsF) Anne-Gro Årmo.

Og bekymringen er ikke helt uten grunn.

Høye doser komposittstøv kan nå dypt i lungevevet

På tannlegekontoret florerer det av stoffer som potensielt, i store nok mengder og uten rett verneutstyr, kan gi uheldige helseeffekter. Derfor beskytter tannhelsepersonell seg godt – med både munnbind,

vernebriller og hansker. Men de bruker ikke verneutstyret konstant, og noen partikler kan være så små at de slipper gjennom flitrene i verneutstyret.

Men er det skadelig? Er det farlig for tannhelsepersonell å puste inn partikler fra komposittfyllinger eller å håndtere materiale før det herdes? Tja, sier

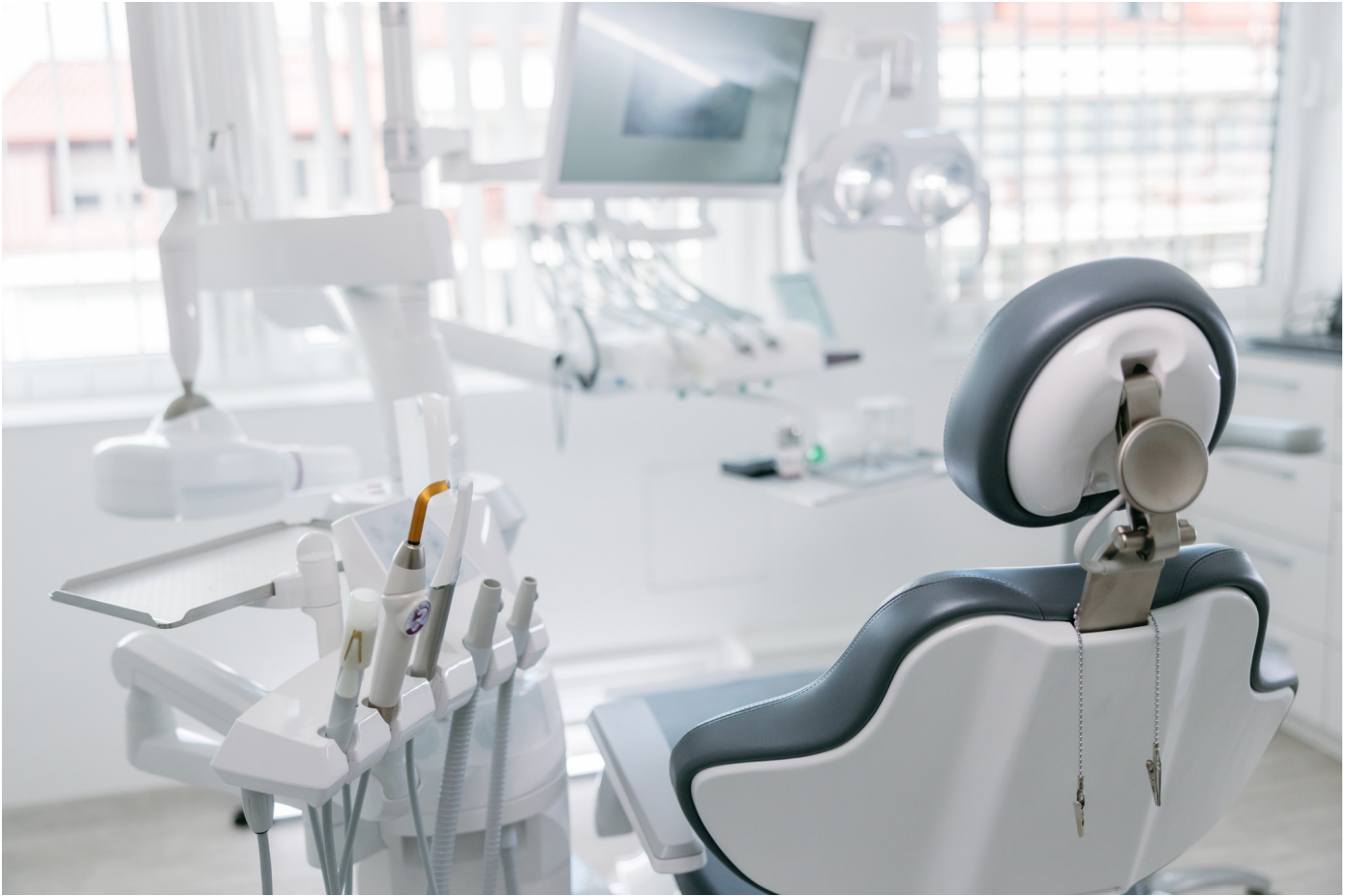
” *Vi har ennå friskt i minne kvikksølvet.*

Anne-Gro Årmo, leder i ThsF

– Vi er opptatt av at arbeidsgiver tar nok ansvar for å beskytte de ansatte ved å gi god informasjon og opplæring i sikkerhetstiltak og bruk av verneutstyr, sier leder i ThsF, Anne-Gro Årmo.

Foto: Vetle Daler





Under tannbehandlinger kan partikler frigjøres. Utgjør dette en helseisiko for tannhelsepersonell?

forskningen. Selv om det ikke bugner over av vitenskapelig dokumentert kunnskap, er det noen studier som har undersøkt sammenhengen mellom stoffer brukt i tannbehandling og helseskader.

Studiene er ikke entydige eller veldig konkluderende, men én ting er forskerne enige om: Det frigjøres høye doser komposittstøv som kan nå dypt ned i lungevevet når det arbeides med komposittfillingene. Men det er uvisst hvilken effekt det har.

Har kvikksølvet friskt i minne

Moderne tannfyllinger består som kjent av kompositt – et lettflytende plaststoff tilsatt mikroskopiske fyllpartikler for å oppnå rett styrke og konsistens. Komposittfillingene er etterfølgeren til kvikksølvlegeringen amalgam, som har et nokså dårlig ettermæle.

– Vi har ennå friskt i minne kvikksølvet, som førte til at både tannhelsesekretærer og assistenter ble syke av jobben, forteller Årmo.

Derfor er de ekstra opptatt av at noe slikt ikke må skje igjen.

– Vi ønsker så inderlig å forhindre at våre medlemmer, og alt annet tannhelsepersonell, på nytt skal oppleve at en eventuell langtidseksponering av ulike stoffer og kjemikalier skal gi store og uheldelige helseskader som kanskje ikke viser seg før om 10–20 år, sier hun.

Partikler frigjøres, men skadepotensialet er mer uklart

Allerede i 2013 påpekte forskere i artikkelen «Nanoparticle release from dental composites» at konsentrasjonen av partikler i pustesonen for både tannhelsepersonell og pasient var svært høy. Og selv om forskerne

ikke fant at komposittstøvet viste seg å forårsake signifikante celledskader, mente de at det måtte undersøkes nærmere.

I en annen studie fra 2016 har forskerne undersøkt om innånding av nanopartikler fra komposittstøv kan skade kroppens celler. Forskerne fant at mesteparten av de frigjorte partiklene, også nanopartiklene, kan fanges opp gjennom filtrering, og at selv de høyeste dosene fører til minimal celledskade. Skadepotensialet ved å puste inn komposittstøv ble derfor svært lavt, ifølge denne studien. Resultatet av studien ble publisert i artikkelen «Interaction of rat alveolar macrophages with dental composite dust» i BioMed Central i 2016.

Studien «Kjemiske stoffers skadevirkning på tandklinikker» fra 2018 viser til hvordan metakrylater, som finnes i både uherdet kompositt og bindingsmateriale,



reagerer med aminosyren cystein, som finnes i proteiner. Det kan føre til allergi og forstyrrelser i proteinfunksjonene. Enkelte laboratorieforsøk har også antydnet at metakrylater kan forårsake skader på genene. Men det finnes ingen bevis for at slike skader skjer i kroppen hos personer eksponert for stoffene, skriver forskerne bak studien.

Forskningen er ikke nødvendigvis overførbar

En av disse forskerne er seniorforsker Jan Tore Samuelsen ved Nordic Institute of Dental Materials (NIOM).

– Vi jobber med bedre å forstå hvordan molekylære mekanismer kan påvirke levende celler. En mer detaljert forståelse her vil gjøre det enklere å overføre kunnskapen til klinisk arbeid, sier han.

Samuelsen forklarer at forskningen nesten utelukkende har blitt gjort på laboratorier. Her blir forskningen utført i såkalt tørt miljø.

– Det er snakk om studier gjennomført for å karakterisere slipestøvet som frigis ved pussing av eller boring i kompositter, for eksempel ved tilpasning eller fjerning

av fyllinger. I klinikken brukes som regel vannspray og avsug under slikt arbeid, noe som reduserer frigjøring av partikler til omgivelsene og mest sannsynlig påvirker partikkelegenskaper, sier han.

Det gjør at resultatene ikke er direkte overførbare til klinisk hverdag for tannhelsepersonell.

– Laboratorieforskene kan si noe om partikkeltypene og hva som karakteriserer dem, men vi har ingen direkte målinger fra faktiske tannlegekontorer, sier Samuelsen.

Viktig med riktig bruk av verneutstyr

Han sier det er kjent at tannhelsepersonell jobber med materialer som har skadepotensial.

– Dette gjelder særlig metylakrylat som finnes i både komposittfyllingen og bindingsmaterialet som brukes for å feste fyllingen. Det er snakk om små konsentrasjoner metylakrylat, men de er målbare. Dette er kjente reaktive forbindelser som kan gi helseskader, derfor er det svært viktig at tannhelsepersonell bruker godt verneutstyr, poengterer forskeren.

Riktig verneutstyr reduserer eksponeringen og dermed også faren for uheldige reaksjoner.

– Direkte kontakt med metylakrylater kan for eksempel gi kontaktdermatitt, altså en hudreaksjon. Hansker gir ikke god nok beskyttelse, derfor bør tannhelsepersonell unngå å ta på materialet. Vi har ingen klare indikasjoner på at innånding gir helseskader, sier Samuelsen.

Har kjent allergien på kroppen

Tannhelsesekretær Laila Aas vet hvor galt det kan gå.

I 2001 opplever hun for første gang en anafylaktisk reaksjon, en alvorlig allergisk reaksjon som kan være livstruende,

etter å ha vært i kontakt med et stoff som finnes i alt av tannfyllingsmaterialer.

– Etter testing blir det konkludert med at jeg hadde utviklet allergi mot monomer i akryl, som blir brukt i alle fyllingsmaterialer i dag, sier Aas.

” Direkte kontakt med metylakrylater kan for eksempel gi kontaktdermatitt, altså en hudreaksjon.

Jan Tore Samuelsen, forsker



Forsker Jan Tore Samuelsen forsker på hvordan stoffer brukt i tannbehandlinger kan virke inn på helsen vår. Foto: NIOM

Da årsaken til allergireaksjonen endelig blir avdekket, tror Aas at hun må slutte i jobben som tannhelsesekretær hun har hatt siden 1985. For hvordan kan hun fortsette i en jobb som innebærer kontakt med stoffer som kan gjøre henne livstruende syk?

– Jeg var på vei til å omskolere meg til legesekretær da fylkestannlegen grep inn og sa at de skulle tilrettelegge for meg slik at jeg kunne fortsette i jobben min, sier Aas.

Det lot seg gjøre. Men Aas må være påpasselig med å følge alle prosedyrer nøye og sørge for null kontakt med stoffet hun reagerer på. For direkte kontakt kan være livsfarlig. I 2016 gikk det på nytt galt.

– Jeg behandlet et materiale jeg ikke visste inneholdt metylhydroquinone, som er stoffet jeg reagerer på. Jeg fikk en ny anafylaktisk reaksjon, og det ble rekvirert luftambulansse til sykehuset, forteller Aas.

I dag er hun svært nøye med å bruke såkalt none touch-teknikk, det vil si at hun aldri er i direkte kontakt med materialene hun behandler.

– Alt som er akrylbasert, blir håndtert av tanntekniker eller tannlegen, sånn at jeg skal unngå å komme i kontakt med det. Jeg må være nøye med å ikke tukle med bondingen eller komme i kontakt med komposittfillingen i uherdet tilstand, sier Aas.

Arbeidsgiver må ta sikkerheten på alvor

For Årmo i Tannhelsesekretærenes Forbund handler det om å lære av historien og være føre var.

– Vår bekymring dreier seg om våre medlemmers helse i møte med kjemikalier og partikler vi blir utsatt for. Vi er opptatt av at arbeidsgiver tar nok ansvar for å beskytte de ansatte ved å gi god informasjon og opplæring i sikkerhetstiltak og bruk av verneutstyr, sier Årmo.

Hun forteller at tannhelsesekretærene og assistentene også selv aktivt må søke informasjon om helsefarer og riktig bruk

av kjemikalier og materialer ved å holde seg oppdaterte på produktbladene som leverandører leverer, og som skal være tilgjengelig på klinikken.

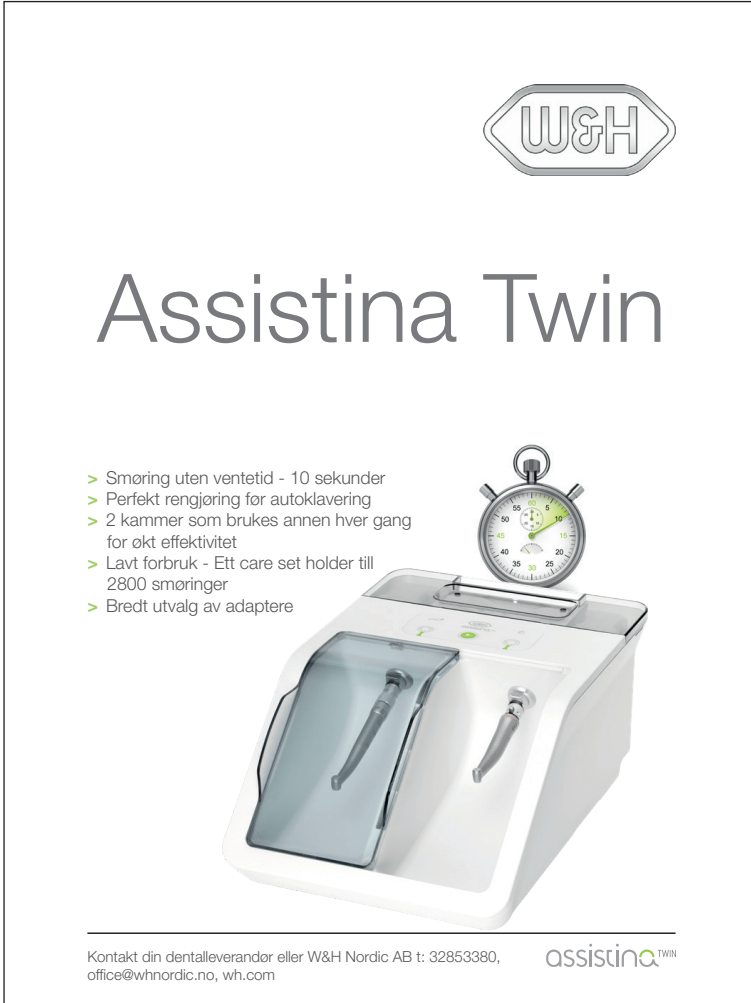
– Vi oppfordrer til et føre-var-prinsipp. Derfor må tannhelsepersonell bruke beskyttelsesutstyr og være påpasselige i omgang med og håndtering av stoffene de daglig er i kontakt med, understreker Årmo.

Hun er opptatt av at det ikke blir tatt lett på bruk av verneutstyr og prosedyrer.

– Arbeidsgiver må passe på at tilstrekkelig beskyttelsesutstyr finnes til alle på klinikken. Arbeidsgiver må også informere nyansatte grundig og etterse at verneutstyr blir brukt og at prosedyrene følges, understreker Årmo.

Hun presiserer at tannbehandlingen er ufarlig for pasientene. Det er tannhelsepersonalet, som jevnlig bli eksponert for stoffene og støvet, som eventuelt er i faresonen.

– Når produktene er ferdig herdet, er de ufarlige. Det er under prepareringen eller når det blir gjort etterarbeid, at partikler frigjøres. Ingen skal stå i fare for å bli syke av jobben de utfører. Da er det viktig med gode prosedyrer. De utdannede tannhelsesekretærene har grunnleggende kunnskap om materialer og kjemikalier som blir brukt, og kan selv ta ansvar for riktig behandling og bruk, men det er ekstra viktig at tannlegen tar ansvaret for å lære opp og ivareta de ufaglærte, sier Årmo. ■



The advertisement features the W&H logo at the top right. The product name 'Assistina Twin' is prominently displayed in the center. Below the name is a list of five bullet points in Norwegian describing the device's features. To the right of the text is a photograph of the white ultrasonic cleaner with a silver stopwatch resting on top. At the bottom left, there is contact information for dental suppliers or W&H Nordic AB. At the bottom right, the 'assistina TWIN' logo is repeated.

- > Smøring uten ventetid - 10 sekunder
- > Perfekt rengjøring for autoklaving
- > 2 kammer som brukes annen hver gang for økt effektivitet
- > Lavt forbruk - Ett care set holder till 2800 smøringer
- > Bredt utvalg av adaptere

Kontakt din dentalleverandør eller W&H Nordic AB t: 32853380, office@whnordic.no, wh.com

assistina TWIN

Samarbeider om desinfisering

Tannhelsesekretærer kan forenkle smittevernarbeidet for tannteknikere. Derfor samarbeider ThsF og Norsk Tannteknikerforbund nå om å forbedre rutinene for desinfisering av tannteknikerarbeider.

Av: Vetle Daler



– Avtrykkene skal i utgangspunktet desinfiseres hos tannlegen, men i praksis blir jobben ofte overlatt til tannteknikerne, sier Petter Dahl. Foto: Vetle Daler

Smittevern har fått mye oppmerksomhet i tannhelsetjenesten de siste årene, og nye rutiner er blitt innført både på tannlegekontorer, på tannklinikker og på tanntekniske laboratorier. Disse laboratoriene mottar daglig avtrykk fra tannlegene, som brukes til å produsere individuelt tilpassede tannproteser. Før de kan begynne dette arbeidet, må

imidlertid avtrykkene være desinfisert, for å hindre smittespredning.

For laboratoriene kan det være mye å hente på å la tannlegekontorene, og dermed tannhelsesekretærene, ta denne jobben. Derfor har Tannhelsesekretærenes Forbund og Norsk Tannteknikerforbund inngått et samarbeid om å forbedre rutin-

ene for slik desinfisering. I første omgang dreier det seg om en opplæringsvideo om desinfisering av avtrykk, men et tettere samarbeid kan være på trappene.

Tas mer på alvor

Petter Dahl er tanntekniker og driver laboratoriet Strømmen Dentallab på Strømmen utenfor Oslo. Her jobber flere

” Vi opplever at det tas mer på alvor nå enn tidligere.

Petter Dahl, tanntekniker

Mehri Armand er tannhelsesekretær ved Odontia Tannlegene Strømmen Storsenter. Hun jobber blant annet med desinfisering av avtrykk. Foto: Vetle Daler



tannteknikere med å lage tannerstatninger til pasienter som har mistet eller skadet tennene sine.

Siden koronapandemien kom til landet, har smittevern vært en svært viktig del av arbeidet også ved de tanntekniske laboratoriene. Det betyr at desinfisering av avtrykk som sendes fra tannlegekontorene, har fått høy prioritet.

Desinfiseringsarbeidet har fortsatt etter at pandemien nå har sluppet taket. Det er Petter Dahl glad for.

– Det fantes krav om å vaske og skylle avtrykk og desinfisere tidligere også, men det har blitt mer oppmerksomhet rundt dette nå

gjennom koronatiden. Vi opplever at det tas mer på alvor nå enn tidligere, sier han.

Tannhelsesekretærene har en viktig rolle

Han mener tannlegekontorene bør ta mer ansvar for desinfiseringsarbeidet.

– Avtrykkene skal i utgangspunktet desinfiseres hos tannlegen, men i praksis blir jobben ofte overlatt til tannteknikerne. For å hindre smittespredning er det imidlertid viktig at ting desinfiseres så tidlig som mulig, altså på tannlegekontorene, før det sendes til oss, sier han.

Dahl sier dette vil forenkle arbeidet på laboratoriet.

– Vi jobber for å få hele teamet til å tenke samme tanke. Desinfisering er ikke bare for tannteknikeren, det er også et ansvar for tannlegen. Tannhelsesekretærene har en viktig rolle i dette samarbeidet, de har mye større påvirkningskraft overfor tannlegene og kan bidra til at hygienetiltakene følges opp også på tannlegekontoret, sier han.

Felles utfordringer

Samarbeidet mellom ThsF og Norsk Tannteknikerforbund startet i desember 2021, da ThsF ble kontaktet av NTFFs daglige leder Helle Hagenau.

– Vi snakket da om felles utfordringer og et framtidig samarbeid hvor temaet desinfisering av tannteknikerarbeider var oppe som en av utfordringene. Resultatet av dette er i første omgang opplæringsvideoen som vi nå lager i samarbeid med Norsk Tannteknikerforbund. I september presenterte vi ThsF på Norsk Tannteknikerforbunds fagsamling, og vi drodler også med planer om å invitere Norsk Tannteknikerforbund til å holde foredrag på vår kongress, forteller ThsF-lederen.

Tannleger, tannpleiere, tannhelsesekretærer og tannteknikere er de fire yrkesgruppene i tannhelsetjenesten.

– I alle anledninger det er naturlig framover, vil ta med og involvere tannteknikeren når det er snakk om alle profesjoner i tannhelseteamet, sier Anne-Gro Årmo. ■

Avtrykk klare til å desinfiseres.
Foto: Vetle Daler



Ny undervisnings- video for framtidens tannhelsesekretærer

Tannhelsesekretærer møter høye krav til god pasientkommunikasjon i arbeidshverdagen. Nå har Fagbokforlaget laget nye undervisningsfilmer for elever på videregående som går helseservicefag. Den ene filmen er direkte rettet mot framtidens tannhelsesekretærer.

Av: Marianne Baksjøberg



*Forlagsredaktør i
Fagbokforlaget,
Mona Lien, ber
under lanseringen av
de tre lærebøkene
i helseservicefag.
Foto: Fagbokforlaget*

” *I arbeidslivet vil elevene møte utfordrende situasjoner som krever høy kompetanse i kommunikasjon og samhandling.*

Mona Lien, forlagsredaktør i Fagbokforlaget

I følge forlagsredaktør i Fagbokforlaget, Mona Lien, er temaet for filmene kommunikasjon og samhandling.

– Filmene er basert på intervjuer med yrkesutøvere i de ulike yrkene, som forteller ut fra egen erfaring hvordan god kommunikasjon kan være med på å løse ulike utfordringer i jobbhverdagen, sier hun.

Yrker som krever god pasient-kommunikasjon

Lien forteller at Fagbokforlaget har produsert i alt fire filmer for vg2 helseservicefag. En av filmene omhandler tannhelsesekretæryrket spesielt. I tillegg er det laget en generell film som gjelder alle helseserviceyrkene. – Et godt møte med pasienter eller kunder er avgjørende for å mestre disse yrkene. I arbeidslivet vil elevene møte utfordrende situasjoner som krever høy kompetanse i kommunikasjon og samhandling. Dette kan være spesielt utfordrende for minoritetspråklige elever og elever med kort botid i Norge, sier Lien.

Hun understreker samtidig at filmene vil være nyttige for alle elever på helseservicefag.

– Helseservicefag har mange elever med minoritetsbakgrunn eller kort botid her i Norge. Selv om vi har disse elevene spesielt i mente, vil vi understreke at målgruppa for filmene er samtlige elever på vg2 helseservicefag. Vi tror også at filmene vil være nyttige for elever på vg3, sier Lien.

Gir innblikk i den profesjonelle yrkesrollen

Filmene er en del av læreverket Puls vg2 helseservicefag og vil ligge på en egen nettressurs.

Alle filmene lanseres sannsynligvis i løpet av november. Den generelle filmen om kommunikasjon og samhandling og filmen for tannhelsesekretæryrket vil også bli publisert på nettressursen for tannhelsesekretær.

Læreverket består også av tre lærebøker som følger programfagene:

- *Puls Yrkesliv i helseservicefag*
- *Puls Helse og sykdom*
- *Puls Kommunikasjon og samhandling*

De fire filmene er i stor grad basert på teorien fra den sistnevnte læreboka i kommunikasjon og samhandling. – De er også aktuelle for et godt innblikk i den profesjonelle yrkesrollen, noe som omhandles i boka *Yrkesliv*, forteller Lien.

Hun håper filmene kan være med på å trygge elevene og bidra til å omsette teori til praksis.

– Vi ønsker at filmene vil tilgjengeliggjøre teorien i kommunikasjonsfaget for elevene. Målet er å bidra til større trygghet når elevene skal ut i praksis, og etter hvert ut i arbeidslivet, i yrker som alle krever et høyt nivå av modenhet og profesjonell kompetanse, sier Lien.

Leder av Tannhelsesekretærenes Forbund deltar i film

Filmene som er rettet direkte mot elevene som skal bli tannhelsesekretærer, viser en typisk situasjon på et tannlegekontor med en pasient som gruer seg til tannbehandlingen. Tannhelsesekretærens rolle er å berolige pasienten og skape trygghet gjennom selv å opptre avslappet og selvsikkert og forklare hva som venter pasienten.



Leder i ThsF, Anne-Gro Årmo, deltar i undervisningsfilmene. Foto: Trygve Bergsland

Leder i Tannhelsesekretærenes Forbund (ThsF) Anne-Gro Årmo har bidratt som skuespiller i filmen rettet mot elevene som går på tannhelsesekretær. Årmo er lærebokforfatter og er opptatt av å formidle kunnskap på en forståelig måte.

– Jeg stilte opp fordi jeg er forfatter av en lærebok for tannhelsesekretærer og medforfatter på to andre. Siden det skulle lages en film om tannhelsesekretærene, var det naturlig å stille opp, også for å sikre det faglige under filmingen, sier hun.

Årmo håper hennes bidrag kan hjelpe elevene med å forstå hvordan pasientkommunikasjon foregår i praksis.

– Filmen handler om god kommunikasjon med pasientene, noe som er en vesentlig del av en tannhelsesekretærs utdanning og daglig virke. Jeg håper at den bidrar til at elevene får et innblikk i kommunikasjon i praksis, og at det stimulerer til å utvikle denne kompetansen og ferdigheten, sier hun. ■

De nye, etiske retningslinjene skal veilede tannhelsesekretærer i yrkesetiske dilemmaer.



Oppdaterer etiske retningslinjer for tannhelsesekretærene

Allerede i 2007 ble etiske retningslinjer lagt til som et viktig styrende dokument for hvordan tannhelsesekretærer skal opptre og tenke når de utfører arbeidet sitt. Nå oppdateres retningslinjene for å tilpasses behovet i dagens tjeneste. Leder i Tannhelsesekretærenes Forbund, Anne-Gro Årmo, er godt fornøyd med arbeidet som er lagt ned.

Av: Ulrik Øen Johnsen

– Jeg er veldig fornøyd med utvalgets arbeid med å fornye de etiske retningslinjene. For at etiske retningslinjer skal brukes og følges, må de oppleves som dagsaktuelle og nyttige. Med det nye forslaget har utvalget klart denne kunsten, sier Årmo.

Tannhelsesekretærenes Forbund utarbeidet de første felles yrkesetiske retningslinjene for tannhelsesekretærer allerede i perioden 2005 til 2006. På sentralstyremøte i 2020 ble det bestemt at tiden var moden for å revidere innholdet i retningslinjene.

Fungerende nestleder i ThsF, Laila Aas, er fornøyd med arbeidet som nå er lagt ned, og sier de oppdaterte retningslinjene tar hensyn til behovet på arbeidsplassen i dag, og at relevans er vektlagt i utarbeidelsen. – Vi har jobbet med fornyelse av de yrkesetiske retningslinjene våre i en periode

” For at etiske retningslinjer skal brukes og følges, må de oppleves som dagsaktuelle og nyttige.

Anne-Gro Årmo, leder i ThsF

nå, og har utarbeidet et endelig utkast som skal behandles på landsmøtet vårt i november, sier Aas.

Skal fungere som grunnlag i utdanning

Utvalget som har sett på retningslinjene, har vært opptatt av å utforme et dokument som treffer bredt. I utformingen er det også tatt hensyn til assistenter ved tannlegekontorene og elever som er under utdanning til tannhelsesekretærer.

I ny læreplan på Vg3 for elever på linjen for tannhelsesekretær står det i et av kompetansemålene at elever skal drøfte yrkesetiske dilemmaer og bruke strategier for konflikthåndtering. Her vil blant annet ThsFs yrkesetiske retningslinjer være førende, og det er derfor viktig at disse er oppdaterte før nye lærebøker skrives.

Vektlegger kunnskap om gjeldende lovverk

Flere av punktene i de oppdaterte etiske retningslinjene omhandler tannhelsesekretærenes ansvar for å ha kunnskap om gjeldende lovverk, og varslingsplikt ved brudd

på dette. En viktig del av arbeidet har vært å forenkle og tilgjengeliggjøre retningslinjene slik at de enkelt kan inngå i det daglige arbeidet som tannhelsesekretær.

Samtidig er det vektlagt at tannhelsesekretærene til enhver tid skal være kjent med behandlingstilbud, og at de skal bidra til likebehandling, respekt og personlig integritet. Det er også inkludert et nytt punkt i retningslinjene som omhandler tannhelsesekretærenes miljø- og klimaansvar, hvor det står at tannhelsesekretærene skal bidra til bærekraftig utvikling. – Vi har gjort en del nedkorting og forenkling av språket i de nye retningslinjene for å gjøre disse mer tilgjengelig for de ansatte i tjenesten. Samtidig har vi vært opptatt av at de viktigste punktene som går på lovverk og kunnskap om rutiner og tilbud er sentrale i den oppdaterte versjonen, sier Aas.

De nye yrkesetiske retningslinjene for tannhelsesekretærer skal opp til behandling på landsmøtet 2022, som avholdes 23. til 24. november. ■

Her er de oppdaterte etiske retningslinjene:

- Tannhelsesekretærer skal til enhver tid sørge for å holde seg faglig oppdatert, følge gjeldende lovverk og være sitt ansvarsområde bevisst.
- Tannhelsesekretærer har plikt til å melde brudd på helsepersonelloven når det gjelder alle profesjoner.
- Tannhelsesekretærer må kjenne til krav om varsling, reaksjoner og oppfølging på brudd av retningslinjer og lovverk.
- Tannhelsesekretærer skal gjøre seg kjent med behandlingstilbud, bidra til likebehandling og personlig integritet.
- Tannhelsesekretærer skal vise respekt og ivareta taushetsplikten i forbindelse med de opplysninger man får om pasienten, kollegaer, samarbeidspartnere og arbeidsgiver.
- Tannhelsesekretærer bør til enhver tid være kritiske til og bevisste på hva som blir lagt ut på sosiale medier.
- Tannhelsesekretærer og ThsF har et individuelt og felles miljø- og klimaansvar og skal aktivt bidra til bærekraftig utvikling.



Leder i Tannhelsesekretærenes Forbund, Anne-Gro Årmo, og fungerende nestleder Laila Aas, er fornøyd med resultatet av arbeidet med å oppdatere de yrkesetiske retningslinjene for tannhelsesekretærer. Foto: Vette Daler

Lise Klaveness, president i Norges Fotballforbund, er vinner av YS' likestillingspris 2022. Foto: Thomas Brun/NTB Kommunikasjon



YS' likestillingspris går til Lise Klaveness

YS' likestillingspris for 2022 går til president i Norges Fotballforbund, Lise Klaveness.

Av: Vetle Daler

HYS-leder Hans-Erik Skjæggerud var juryleder for likestillingsprisen og sier Klaveness i alle år har vært en svært tydelig og kompetent stemme i arbeidet for likestilling, mangfold, skeives rettigheter, menneskerettigheter og demokrati. – Dette nådde sitt foreløpige høydepunkt da hun talte FIFA-kongressen midt imot, sier Skjæggerud.

Pådriver for likestilling

YS likestillingspris er i år delt ut for 34. gang og ble overrakt Lise Klaveness under YS-konferansen i oktober. – Klaveness har vært en pådriver for likestilling innen fotballsporten i mange år. Hun har stått på for at jenter som spiller fotball skal ha samme muligheter og res-

surser som gutter. YS' likestillingspris for 2022 tildeles Lise Klaveness både som en anerkjennelse for alt hun har fått til fram til nå, og som en oppmuntring til å fortsette arbeidet med å styrke jentefotballen og øke likestilling og inkludering i verdens mest populære idrett, sier Skjæggerud.

Første kvinnelige president

Klaveness var den første kvinnen som jobbet som ekspertkommentator i fotball for NRK. Her kommenterte hun blant annet fotball-VM for menn i 2018. Samme år tok hun over som direktør for elitefotball i Norges Fotballforbund. Tidligere i år ble hun valgt som forbundets første kvinnelige president. Klaveness har dermed vært et viktig forbilde over tid og i flere forskjellige posisjoner.

Under FIFA-kongressen formidlet Lise Klaveness tre krav: Det skal ikke være rom for arbeidsgivere som ikke sikrer frihet og trygge arbeidsvilkår for arbeidstakerne. Det skal ikke være rom for fotballedere

som ikke kan være vertskap for kvinnes mesterskap. Og det skal ikke være rom for arrangører som ikke kan garantere for tryggheten til skeive fotballfans.

En stor anerkjennelse

Prisvinneren selv er svært glad for utmerkelsen.

– YS' likestillingspris er en stor anerkjennelse og ære. Ikke bare for meg, men for norsk fotball. Jeg opplever at norsk fotball har tatt viktige og nødvendige steg mot å gi jenter og kvinner like muligheter til å følge sine drømmer i fotballen, enten det er som spillere eller i andre roller. Og enda viktigere; jeg opplever at hele organisasjonen, altså klubbene rundt om i vårt langstrakte land, deler en felles ambisjon om at vi skal bli enda bedre på alle måleparametre. Det er ikke slik at Norges Fotballforbund kan styre markedskreftene, men vi kan ta aktive grep for å styrke innsatsen for å rekruttere flere kvinnelige spillere, trenere, ledere og dommere, sier Lise Klaveness. ■

Ønsker støtte fra fagforeninger

Tusenvis av iranere protesterer mot regimet. Hovedtillitsvalgt i Parat, Aram Nour, støtter protestantene og håper på en løsning som vil gi demokrati i landet. Han berømmer arbeidstakere i Iran som uten økonomisk støtte har gått ut i streik for å felle dagens regime.

Av: Trygve Bergsland

Nour har vært i Norge siden 1989 og jobber til daglig i Kranfører AS, der han er tillitsvalgt for Parat-klubben som organiserer mer enn 50 prosent av de ansatte.

– Jeg har kone, bror, søster og mor her i Norge og vi kom som politiske flyktninger for 33 år siden. Min far var på kongens side og vi flyktet først til Tyrkia og kom deretter til Norge, ved hjelp av FN's Høykommissær for flyktninger (UNHCR), sier han.

Nour støtter demonstrantene som står på barrikadene i hjemlandet.

– Mitt ønske er å få norske fagforeninger til å støtte opp om de streikende, de kjemper en viktig kamp uten noen form for økonomisk støtte. De risikerer egen økonomi, fremtidig jobb og represalier fra dagens regime, sier han.

Streikene knyttet til oljeproduksjon, transport og stålproduksjonen i landet er ifølge Nour viktige for å få til et regimeskifte.

– Denne kampen må vi vinne. Gir vi oss nå har vi tapt alt, sier han. ■



Aram Nour holder opp det iranske flaggene fra tiden før revolusjonen i 1979, der en løve holder et sverd i det hvite feltet. Løven er i dagens flagg erstattet med et symbol som ble godkjent av Ayatollah Khomeini, 9. mai 1980. Foto: Trygve Bergsland.

Parat på politisk besøk i Brussel

Denne uken har Parat sammen med YS Privat vært på besøk hos flere EU-institusjoner i Brussel. Besøket er en del av et samarbeid mellom YS-forbund med tariffavtaler i privat sektor. Både Parat, YTF, Negotia, SAFE, Finansforbundet og Delta var til stede under besøkene.

Av: Ulrik Øen Johnsen

Formålet med besøket i Brussel var å få en bedre forståelse av hvordan forbundene aktivt kan arbeide politisk med saker som vil bedre arbeidstakeres rettigheter. Spesielt minstelønnsdirektivet, som har som formål å forbedre arbeids- og levevilkår for alle arbeidstakere i EU og fremme økonomisk og sosial utvikling, var et gjennomgående tema under besøket.

– Vi fikk fagforeningenes blikk og syn på det som foregår i Brussel og EU nå om dagen. Det var selvsagt også vanskelig å unngå samtaler om den spesielle situasjonen som nå preger Europa, grunnet kri-

gen i Ukraina og energikrisen denne har utløst, sier Parat-nestleder Anneli Nyberg.

Gruppen fra YS avla besøk ved Norges ambassade i Brussel, hvor tema var energisituasjonen i Europa og utformingen av nytt direktiv for plattformarbeidere. I tillegg ble det møter hos Det europeiske frihandelsforbundet EFTA, Den europeiske faglige samorganisasjon ETUC og EU-parlamentet.

Nyberg sier det har vært en lærerik opplevelse å få bedre innsikt i kanaler



EU-parlamentet. Foto: Anneli Nyberg

inn mot storpolitikken som utformer arbeidslivsivilkår i EU.

– Det er fint å være til stede i Brussel når det er såpass mye som pågår her som er nært knyttet til vårt arbeidsliv. Det var særlig interessant å høre om minstelønnsdirektivet som har vært et viktig tema her nede lenge, og som nylig ble vedtatt av EU, sier Nyberg. ■

Luftfart og verdenspolitikk i Montreal

Parats nestleder, Anneli Nyberg, var til stede under generalforsamlingen i Den internasjonale organisasjonen for sivil luftfart (ICAO), som er FNs luftfartsorganisasjon med hovedkvarter i Montreal, Canada. På agendaen sto både problemstillinger knyttet til luftfartens framtid og bærekraft. Også internasjonal storpolitikk gjorde seg gjeldende.

Av: Ulrik Øen Johnsen

Samlingen preges av bransjens utfordringer etter pandemien, men også av den pågående krigen i Ukraina. For første gang siden rådets opprettelse fikk Russland i år ikke gjenvalg til å fortsette sitt arbeid i FN-organisasjonen, for de neste tre årene.

Parats nestleder Anneli Nyberg deltok på samlingen sammen med den internasjonale transportarbeiderforeningen ITF, ledet av Gabriel Mocho Rodriguez. Samlingen har deltakere fra over 190 medlemsland. ITF har observatørstatus med møte-, forslags- og talerett.

Har utarbeidet flere forslag

Før møtet i Montreal har organisasjonen utarbeidet tre forslag til framleggelse. – Det første forslaget vårt omhandler en bedre og mer tilpasset beredskap og håndtering av pandemiutbrudd. Spesielt med vekt på ansattes trygghet og behov for helsevern og beskyttelse i en slik situasjon, sier Nyberg.



Fra ICAO-samlingen i Montreal i oktober, der Parats nestleder Anneli Nyberg deltok. Foto: Anneli Nyberg.

I forslaget heter det blant annet at ITF mener: «Det er viktig at statene utarbeider omfattende sykdomsreduksjonsprogrammer i forkant av fremtidige helsekriser og er forberedt på å implementere dem raskt og konsekvent. Dette vil bidra til å begrense spredningen av sykdom og minimere dens økonomiske virkninger.»

Ønsker ansvarlig bærekraft

Det andre forslaget ser på strategier på veien mot nullutslipp for luftfarten, og behovet for at ansatte involveres tilstrekkelig for å sikre en rettferdig overgang til en grønnere luftfart.

– I forslaget inviteres medlemmene i ICAO til å styrke innsatsen for langsiktig bærekraft og avkarbonisering av den globale luftfartsindustrien ved å gjøre rettferdig overgang, rettferdig transformasjon og sosial bærekraft

til sine integrerte konsepter. Vi mener det er avgjørende at ansatte er med på denne endringen. Derfor ønsker vi et sosialt fokus, der ansattes medvirkning står sentralt i å nå målsetningene, sier Nyberg.

Vil skape en attraktiv bransje

Også det tredje og siste forslaget går ut på å utvikle luftfarten til en attraktiv arbeidsplass. Her er det særlig utfordringene i arbeidsmarkedet på kort og lang sikt som tas opp.

– Grunnen til at vi fremmer dette forslaget, er at vi ser behovet for å løfte kvaliteten på arbeidslivet og lønnsvilkårene i bransjen. Det er kun gjennom å gjøre jobbene i bransjen levelige vi kan sikre utvikling og bærekraft. Dette vil kreve en lønn å leve av og muligheten til å også ha et sosialt liv utenfor jobben, sier Nyberg. ■

Demonstrasjoner i Frankrike for høyere lønn

Streikende arbeidere holdt i oktober storstilte demonstrasjoner over hele Frankrike med krav om høyere lønn som svar på galopperende prisvekst i landet. Ifølge det franske innenriksdepartementet deltok over 100 000 mennesker i demonstrasjonene rundt om i landet, hvorav 13 000 i hovedstaden Paris. Demonstrasjonene forsterket en pågående streik blant raffineriarbeidere, som tømte bensinstasjoner for drivstoff og vekket sinne hos millioner av franske bilister. @NTB



Singapore Airlines lar gravide flyvertinner beholde jobben

Singapore Airlines skal ikke lenger si opp flyvertinner som blir gravide, opplyser flyselskapet. Tidligere har kabinpersonale blitt sagt opp dersom de blir gravide, og selskapets leger erklærte at de ikke var i stand til å fly lenger. De som ønsket å gå tilbake i jobben etter å ha fått barn, måtte søke seg til jobben som vanlig. Nå kan gravide kabinansatte søke om å jobbe i en stilling på bakken midlertidig i tre til ni måneder. De vil også få betalt foreldrepermisjon og kan gå tilbake til jobben som kabinansatte igjen etterpå. @NTB



Greske dommere sparkes for latskap

Disiplinærorganet til Hellas' høyesterett har de siste ti månedene sparket 20 greske dommere og statsadvokater på grunn av dårlig utførelse av deres oppgaver. Ifølge en rapport har fem juridiske tjenestemenn nylig fått sparken, begrunnet med det store antallet saker som venter i rettssystemet. Dommerne og påtalemyndighetene som er avskjediget, får i rapporten skylden for forsinkelsene og blir anklaget for latskap, inkompetanse og fravær fra tjeneste. Situasjonen ved landets øverste forvaltningsdomstol, StE, gir mest grunn til bekymring. Der har vedtak i enkelte tilfeller ligget til behandling i inntil 19 år. @NTB

Britisk postvesen kutter opptil 6000 jobber

Britiske Royal Mail vil slanke organisasjonen og kutte antall årsverk med mellom 5000 og 6000 innen august neste år. Kunnngjøringen om nedskjæringen startet etter Communications Workers' Union streiket for bedre lønn og arbeidsbetingelser. Ifølge Royal Mail gjøres kuttene som følge av store finansielle problemer. Postvesenet ligger an til et underskudd på 350 millioner pund, over 4 milliarder kroner, i år. @NTB



Flere jobber og lavere ledighet i USA

I september ble det skapt 263 000 nye jobber i USA, samtidig som arbeidsledigheten falt til 3,5 prosent. Samtidig viser tallene fra det amerikanske arbeidsdepartementet at bedriftene i landet ansetter mindre enn tidligere i år. Lønnsveksten la seg på fem prosent, noe som var forventet. Nedgangen i de to førstnevnte tallene er gode nyheter for den amerikanske sentralbanken, som jobber med å dempe lønns- og prispresset i USA. Sentralbanken har hevet renten hele sju ganger i år. @NTB

Kurs i 2023



Å kunne gi deg som tillitsvalgt et godt kurstilbud er det som gir god støtte til medlemmer og er viktig for Parat. De siste to årene har en stor del av kurstilbudet vært nettbasert, men nå er det heldigvis igjen mulig å arrangere fysiske kurs og konferanser.

Selv om det tilbys mange fysiske kurs er det flere som velger nettbaserte kurs nå, sammenlignet med før pandemien. Parat vil fortsette med fysiske kurs og konferanser, men øker samtidig det nettbaserte tilbudet.

Ny læringsplattform i 2023

For alle Parats tillitsvalgte tilbys det flere hybride kurs, som en kombinasjon av selvstudium og samling, enten fysisk eller på nett. Det vil også komme rene nettkurs uten påmelding og som vil være åpent for alle.

For å få til dette lanserer Parat en ny læringsplattform i 2023. Der vil du som medlem og tillitsvalgt kunne finne en aktivitetskalender med alle kurs, temadager, konferanser og webinarer på ett sted. Her vil du kunne se hvilke aktiviteter du kan melde deg på, hvilke aktiviteter du allerede er påmeldt, og hvilke aktiviteter som er pågående. Du vil også kunne hente nettkurs direkte i læringsplattformen, gjennomføre selvtester og mye mer.

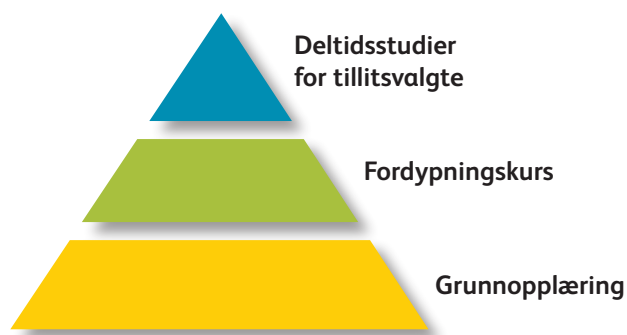
Deltidsstudier i arbeidsrett og kompetanseutvikling

Parat samarbeider med Universitetet i Sørøst-Norge om å tilby studiepoenggivende kurs. Her er det satt sammen seks enkeltkurs til en årshet for tillitsvalgte, til sammen 60 studiepoeng. Det er mulig å ta ett kurs i året. Les mer under deltidsstudier på www.parat.com.

Til våren arrangeres kurset «Grunnleggende arbeidsrett», som er et 15 studiepoenggivende kurs. Kurset er samlingsbasert med en fysisk oppstartsamling over tre dager, flere nettbaserte samlinger, en obligatorisk oppgave og en hjemmeeksamen.

Til høsten tilbys Human Resource Management (HRM). Dette kurset omhandler ledelse av menneskelige ressurser og strategisk kompetanseutvikling. Dette er også et kurs på 15 studiepoeng, og undervisningen foregår også her med en fysisk samling og resterende nettbasert. ■

Kurspyramiden for tillitsvalgte i Parat



Kurs og konferanser for tillitsvalgte 2023

Januar

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

- 19. januar Kurs i Ansettelsesråd Stat, Nettbasert, Stat
- 26. januar Kurs i Økonomiforståelse grunnkurs - nettbasert, Nettbasert, Alle sektorer
- 30. jan-1. feb Kurs i Presentasjonsteknikk og kommunikasjon, Sanner hotell, Alle sektorer
- 30. jan-1. feb Grunnkurs 2 og 3 privat, kommune og Oslo kommune, Olavsgaard Hotell, Privat + kommune

Februar

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	1	2	3	4	5

- 6.-8. februar Grunnleggende arbeidsrett (15 stp), Olavsgaard Hotell, Alle sektorer
- 7.-8. februar Grunnkurs 1 region øst og sør, Olavsgaard Hotell, Øst og Sør
- 14.-16. februar Kurs i Forhandlingsteknikk privat og spekter, Sanner hotell, Privat og spekter

Mars

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
27	28	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

- 2.-3. mars Parat- og tariffkonferansen, Scandic Oslo Airport hotel, Alle sektorer
- 8.-10. mars Konflikt håndtering- kommunikasjon og juss, Olavsgaard Hotell, Alle sektorer
- 14.-16. mars Grunnkurs 2 og 3 Stat, Sanner Hotell, Stat
- 21. mars Grunnkurs 1 nettbasert - alle regioner, Nettbasert, Alle sektorer
- 28.-30. mars Kurs i forhandlingsteknikk for offentlig sektor, Sanner hotell, Offentlig sektor

April

Ma	Ti	On	To	Fr	Lø	Sø
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

- 18. april Grunnkurs 1 nettbasert - øst og sør, Nettbasert, Øst og sør
- 25.-26. april Kurs i økonomiforståelse videregående, Olavsgaard Hotell, Privat og spekter
- 26.-27. april Grunnkurs 1 region midt og nord, Scandic Nidelven, Trondheim, Midt og nord

Mai

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.-10. mai Grunnkurs 1 vest, Edvard Grieg, Bergen, Vest
- 23. mai Grunnkurs 1 nettbasert - alle regioner, Nettbasert, Alle sektorer

Juni

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

- 7.-8. juni Statskonferansen, Quality hotel River station, Drammen, Stat
- 7.-8. september Parat lederkonferanse, Quality Airport Hotel, Gardermoen, Ledere

■ Deltidsstudier for tillitsvalgte
 ■ Fordypningskurs
 ■ Grunnopplæring
 ■ Konferanser

«Tillitsvalgt» er Parats flaggsak i 2023

I 2023 skal tillitsvalgte løftes ekstra opp og frem. «Tillitsvalgt» er nemlig neste års flaggsak i Parat.

Av: Marianne Baksjøberg

Hvert år pleier Parat å velge en egen flaggsak – en sak som skal få ekstra oppmerksomhet året gjennom.

– Mange vil kanskje si at «tillitsvalgte» alltid har vært flaggsak i Parat i den forstand at tillitsvalgte er Parats viktigste ressurs. Parat har alltid satset stort på skolering og støtte til tillitsvalgte. Men hovedstyret mente at tiden nå var inne for å markere tillitsvalgte helt spesielt og langt utover det normale, sier leder i Parat, Unn Kristin Olsen.

Tillitsvalgtes betydning for norsk arbeidsliv

Olsen er opptatt av tillitsvalgtes betydning for norsk arbeidsliv.

– Tillitsvalgte er en av de viktigste brikkene i den norske modellen, og vi hadde ikke hatt det arbeidslivet og velferdssamfunnet slik vi kjenner i dag uten tillitsvalgte, sier hun.

Olsen påpeker at alle er velkomne til å komme med forslag om hvordan tillitsvalgte kan bli løftet frem.

– At flaggsaken er vedtatt som tema, og med overordnede målsettinger, betyr ikke at alt er avgjort: Det er så absolutt tid og rom for alle i Parat til å sende forslag og ideer til hva vi kan gjøre for å sette



Tillitsvalgte skal bli hedret gjennom Parats flaggsak for 2023.

tillitsvalgte i sentrum, få flere til å bli tillitsvalgte, skolere tillitsvalgte og hylle tillitsvalgte, sier hun.

Tillitsvalgte er en av grunnbjelkene i Parat. Generalsekretær i Parat, Trond Reidar Hole, er opptatt av at alle er ulike, selv om de jobber for en felles sak.

– Litt avhengig av hvordan vi teller – og hvem vi tar med – har vi i Parat rundt 2800 tillitsvalgte. Det er viktig å huske at dette er forskjellige mennesker selv om de kjemper for fellesskapet og det vi står sammen om. Og de spenner fra det vi må kalle profesjonelle heltidsfrikjøpte tillitsvalgte til tillitsvalgte uten frikjøp og knapt med lov til å bruke arbeidsgivers telefon for å ringe Parat-kontoret, sier Hole.

Økt satsing på både medlemmer og tillitsvalgte

Hovedstyret har også vedtatt ulike delmål for flaggsaken «tillitsvalgt» som alle skal være med å styrke saken. De tre delmålene skal løfte frem arbeidet tillitsvalgte utfører, gjøre arbeidshverdagen enda bedre og legge til rette for bedre arbeidsbetingelser for alle tillitsvalgte på arbeidsplassen.

Parats hovedstyre ønsker også å sette av mer penger i 2023 til aktiviteter og formål som kommer Parats medlemmer til gode, blant annet i form av temadager og konferanser. I tillegg settes det av mer midler til flaggsaken, som er av stor verdi for alle tillitsvalgte. ■

Ønsker flere unge tillitsvalgte

Det nye styret i Parat UNG har en stor geografisk dekning over hele Norge og er spredd over flere sektorer både privat og statlig. De neste tre årene vil de jobbe for å fremme flaggsaken «Unge i etableringsfasen», og for å få flere unge tillitsvalgte med på laget.

Av: Elisabeth Hjelm, Sanosh Senthilkumar og Helene Husebø

Parat UNG valgte tidligere i år inn et nytt styre. Med ny politisk giv har de nye medlemmene valgt ut flaggsaken «Unge i etableringsfasen». Nestleder Elisabeth Hjelm forteller at de i tillegg til dette skal satse stort på Parats flaggsak for 2023, som er «Tillitsvalgte».

– Behovet for flere unge og engasjerte i arbeidslivet, som vil påta seg tillitsverv, er en post vi anser som svært viktig for både nåtiden og framtiden, sier Hjelm.

De unge må bli tatt på alvor

Parat UNG ønsker at unge skal føle seg sett og bli tatt seriøst av arbeidsgivere, ikke bare når det gjelder de små tingene, men også i større sammenhenger.

– Vi ønsker å jobbe for et arbeidsliv der vi unge har bestemmelsesrett til hvordan arbeidsmarkedet og arbeidsmiljøet skal være, for både de unge som privatpersoner og som kolleger. Her må vi få unge tillitsvalgte inn, som er stemmer som ikke bare jobber for den gjeldende jobbgenerasjonen, men også den neste, sier Parat UNGs nestleder.

Farlig trend

Hjelm understreker at YS' arbeidslivsbarometer viser at betydningen av det

organiserte arbeidslivet og fagforeninger fortsatt er høy, men at stadig færre vil påta seg tillitsverv.

– Dette er en farlig trend for treparts-samarbeidet og samarbeidet mellom arbeidstaker og arbeidsgiver. Derfor håper vi at neste års flaggsak kan fremme tillitsvalgtrollen. Dialogen og tilliten må styrkes mellom arbeidstaker og arbeidsgiver i alle sektorer, og sikre at rollen har en betydning framover. Den nedadgående trenden må snus nå, og ikke senere, sier hun.

Podkast-satsing

For å nå ut til enda flere vil Parat UNG framover rette oppmerksomheten mot et nytt verktøy, nemlig podkast som informasjonsplattform.

– Dette er for å nå ut til både nye og eksisterende medlemmer. Ifølge Den store podrapporten 2022 som er utført av Schibsted, NRK, Norstat og Bauer Media Group, er det høy dekning av podkastlyttere blant aldersgruppen 20–39, som er Parat UNGs målgruppe. På et bredere aldersspekter kan vi se at dekningen er nesten like høy. Med tanke på dette kommer podkast til å være like informativt og relevant uansett alder, kjønn, sektor og livssituasjon, avslutter Hjelm. ■

Nestleder i Parat UNG, Elisabeth Hjelm. Foto: Vetle Daler



Hvordan skaper vi godt teamarbeid?

Mange av oss jobber i team, eller en form for team, der psykologisk trygghet er en forutsetning for å kunne gjøre en god jobb. Et team kan være dine nærmeste kolleger eller venner, for å lykkes handler det i bunn og grunn om å ha gode relasjoner og stor takhøyde. Så enkelt er det – og så vanskelig.

Av: Ole Alvik

Psykologisk trygghet er et begrep som veldig mange har et forhold til gjennom hva vi har lest – og de fleste har en intuitiv forståelse av hva som ligger i begrepet. Vi har alle erfart hvor fint det er å være med i et team hvor man føler seg trygg og bidragene man kommer med blir satt pris på, og det er lov å tenke høyt og kaste ball om ideer som kanskje ikke er helt ferdig gjennomtenkt.

Og de fleste av oss har også opplevd det motsatte. Team hvor kortene holdes tett til brystet, hvor folk er mer opptatt av å vinne fram med egne meninger enn å bygge videre på andres forslag, og hersketeknikker sperrer veien for godt samarbeid og samspill. Når et team har lav grad av psykologisk trygghet, fungerer det ikke som et godt og effektivt team. Men hvordan skaper man psykologisk trygghet i teamet?

Friheten til å være seg selv

En som kan mye om dette, er Bård Fyhn. Han forsker på psykologisk trygghet i team ved Norges Handelshøyskole (NHH) i Bergen og underviser i ledelse og lederpsykologi samme sted. Han har også lang erfaring med lederutvikling i

Forsvaret, og i høst skal han levere sin doktorgradsavhandling om temaet. – Jeg har deltatt i mange team, og som de fleste andre har jeg erfart hvor motiverende og oppbyggende det kan være å delta i noen team, og hvor slitsomt og demotiverende det er å delta i andre. Utfordringen med å utnytte den enkeltes potensial fullt ut i teamarbeid fascinerer meg, sier han.

Fyhn definerer psykologisk trygghet som friheten til å være seg selv i samarbeid med andre. – At jeg kan være tro mot det jeg står for, at jeg kan være oppriktig, og at vi kan være uenige uten at det går ut over relasjonen vår. Når jeg er trygg, kan jeg erkjenne egen uvitenhet og utilstrekkelighet, uten å frykte at du skal forsøke å ta meg av den grunn, og jeg kan lettere motta tilbakemeldinger og akseptere at noe bør gjøres annerledes, sier han.

– *Hva kjennetegner et team med stor grad av psykologisk trygghet?*

– Det er stor takhøyde og rom for å være uenige med hverandre. Alle bidrar, og man spiller videre på hverandres innspill og ideer. Psykologisk trygghet gir team-

medlemmene en frihet som de kan utnytte til teamets beste. Men i frihet ligger det jo også et ansvar. Jeg kan bruke min trygghet utelukkende for egen vinning, og det blir det neppe godt samarbeid av. Med en god dose empati og motivasjon for å bruke tryggheten konstruktivt kan et team virkelig omsette psykologisk trygghet til effektivt samarbeid, sier han.

Hva skaper psykologisk trygghet?

Fyhn har fulgt flere team over lang tid for å studere hva som påvirker den psykologiske tryggheten i teamene. Selve sammensettingen av teamene, slik som personligheter og kjønn, synes å spille en mindre rolle enn man kanskje skulle tro. Vi har ulik atferd i ulike team, avhengig av hvem vi har rundt oss, og dette kan i stor grad relateres til psykologisk trygghet.

” En forutsetning for godt og tett samarbeid er at vi er ekte og hele, og da må vi våge å vise at vi også er sårbare og gjør feil.



*Psykologisk trygghet er ferskvare, mener professor Bård Fyhn.
Foto: Benjamin Bargård*





– De fleste team har ett eller flere medlemmer som ikke kjenner den samme psykologiske tryggheten som de andre kjenner på, sier Fyhn.
Foto: Benjamin Bargård

– Psykologisk trygghet stikker dypere enn teamsammensetningen. Det handler om relasjoner, om kulturen vi bygger, og normene vi setter. Vi skaper én form for trygghet i ett team vi tilhører, og en annen form for trygghet i et annet team, forklarer han.

– Hvis du var leder for et team, hva ville du ha gjort for å skape psykologisk trygghet i teamet?

– Da ville jeg ha vektlagt tre hovedpunkter. Det første er å bygge gode relasjoner. Det andre er å bygge struktur og tydelige rammer. Det tredje er å gå foran som et godt eksempel og selv sette den standarden som du ønsker skal prege teamet, sier Fyhn.

Bygg gode relasjoner

For å oppnå psykologisk trygghet må medlemmene i teamet kjenne hverandre.

Relasjoner kan ta ulik form, alt fra nære vennskap til mer «profesjonelle» relasjoner.

– Her har vi ulike preferanser for hvor nært vi ønsker å komme kollegene, og det må være greit. Det sentrale er at vi gjennom å kjenne hverandre lettere kan være den støtten for hverandre som vi alle vil kunne trenge. Man må ha en trygghet og kjennskap som er så robust at gruppen tåler uenighet og kan møte en potensiell konflikt på en konstruktiv og god måte, sier han, vel vitende om at det er enklere sagt enn gjort, understreker Fyhn.

Den psykologiske tryggheten kan komme relativt raskt i en gruppe når deltakerne opplever at man vil hverandre vel og blir møtt på en god måte. Men det er dessverre ikke slik at den psykologiske tryggheten etableres en gang for alle.

– Man må sette av tid til å bygge og vedlikeholde tryggheten i teamet. Man blir

ikke et trygt team bare fordi man er lenge nok sammen. Flere av gruppene jeg har fulgt, har endt opp med lavere trygghet ett år senere enn da de startet som team, forteller Fyhn.

Trygghet er ferskvare

Det er mange faktorer som kan bidra til at tryggheten brytes ned. Et team består ikke av maskiner, men av mennesker som noen ganger er sterke og trygge og andre ganger sårbare. Den etablerte tryggheten i gruppen kan også endres når noen slutter i gruppen og andre kommer inn. Kort sagt, det er mye som kan skje, og Bård Fyhn spissformulerer det på følgende måte:

– Psykologisk trygghet er en ferskvare.

Trenger styring og struktur

Psykologisk trygghet betyr ikke at alle skal si hva de vil, når de vil, om alt de vil. Det må være framdrift og retning i teamet.

” *Man må sette av tid til å bygge og vedlikeholde tryggheten i teamet. Man blir ikke et trygt team bare fordi man er lenge nok sammen.*

– Det er viktig å skape ryddighet og forutsigbarhet i samarbeidet. Et effektivt team trenger styring og struktur. De må ta praten om hvordan de ønsker å jobbe sammen, hva de ønsker å oppnå, og hva som er viktig for dem, sier Fyhn.

På dette området er det mange som svikter, påpeker han.

– Mange konflikter kunne vært unngått hvis man hadde tatt seg tid til en metasamtale om hvordan vi skal jobbe sammen i teamet. Det kan eksempelvis skje gjennom strukturerte læringsprosesser, der teamet tar seg tid til å reflektere over det de har gjort.

Vær et forbilde

I et trygt team har medlemmene en gjensidig opplevelse av at «jeg vil deg vel». Da må teamlederen gå foran med et godt eksempel.

– Handlingene våre har en tendens til å overdøve ordene våre. Teamledere må derfor være bevisst eksempelets makt. Du må gjøre trygghet, ikke bare snakke om det. Da bygger du trygghet i praksis, sier Fyhn.

En god teamleder tør å vise seg feilbarlig og sårbar, mener Fyhn. Som leder må du be om tilbakemeldinger på det du gjør, og du må vise at tilbakemeldingene blir tatt på alvor og fører til endringer. Og du må vise ekte interesse for alle medlemmene i teamet, ikke bare dem som du har best kjemi med.

– Vis alle medlemmene at du lytter til dem og verdsetter dem, spør om råd, og gi uttrykk for at bidragene de kommer med er viktige. Og vis at det er rom for å komme med ideer som ikke er helt gjennomtenkte, og at det er læringsmuligheter i feilene de gjør. Klarer du som leder å møte dem på denne måten i hverdagen, da bygger du psykologisk trygghet i praksis, sier Bård Fyhn.

Alle har et ansvar

Lederen har størst påvirkningsmulighet på den psykologiske tryggheten i kraft av sin rolle, men alle medlemmene bidrar til å bygge eller bryte ned tryggheten i teamet. Derfor er det alles ansvar å ivareta relasjonene i teamet.

– Tryggheten er summen av alle de små valgene vi tar i møte med hverandre i hverdagen og hvordan vi forholder oss til hverandre i møtene. Ordene vi bruker bygger kultur på godt og vondt og bidrar til hvordan andre føler seg. Hvis jeg er en god kollega, da gjør jeg mitt beste for å ivareta relasjonen mellom oss.

– Hva bør teamlederen gjøre for få med hele teamet?

– Du må ha antennene ute og prøve å finne ut hvordan situasjonen er i ditt team. Eventuelt kan du kartlegge det gjennom medarbeidersamtaler og lignende. Men det viktigste er at du skaper trygghet rundt deg i møte med mennesker. Vis at det er stor takhøyde for å komme med ideer, og at det er lov å gjøre tabber. Det er banalt å si på en måte, men samtidig så kraftfullt, sier Fyhn.

Forventer du som teamleder at andre skal spille ut originale ideer, gi ærlige tilbakemeldinger og våge å gjøre seg sårbare, da må du våge å by på deg selv. Ingen vil gjøre seg sårbar hvis lederen framstår som usårbar, mener Fyhn.

– Er det noe jeg har lært gjennom min egen utvikling, så er det betydningen av feilbarlighet. Du bygger ikke tillit rundt deg ved å være det supersterke supermennesket som skal hjelpe alle andre, men som ikke selv vil motta hjelp. En forutsetning for godt og tett samarbeid er at vi er ekte og hele, og da må vi våge å vise at vi også er sårbare og gjør feil.

Trygghetens skyggeside

Et psykologisk trygt miljø i et team kan også ha noen negative effekter. En ensidig konsentrasjon på trygghet fremmer ikke nødvendigvis gode beslutninger og effektivitet i teamet. Overdreven trygghet og selvheldelse hos noen medlemmer kan ødelegge tryggheten for andre. Likeledes må man vite når det er greit med idemyldring, og når lederen må skjære igjennom og ta en beslutning. Også i et team med stor grad av psykologisk trygghet kan det være interessen motsetninger, faglig uenighet og personlige motiver – og alle kan ikke forvente å få gjennomslag for sine ideer, synspunkter og prioriteringer.

– Er det større eller mindre sannsynlighet for at det oppstår konflikter i et team med stor grad av psykologisk trygghet?

– Det er et godt spørsmål, og det er ikke et enkelt svar på det. Å samle personer med ulike bakgrunner, kompetanse og personligheter om en felles effektiv prosess går ikke nødvendigvis av seg selv. I et team med liten grad av psykologisk trygghet er det mye man ikke snakker om, heller ikke latente konflikter. Dermed kan det framstå harmonisk, hvert fall på overflaten. I et team med høy grad av psykologisk trygghet kan det gå hett for seg. Da får man fram meningsforskjeller, men det kan også være utfordrende og skape konflikter hvis de ikke håndteres skikkelig. Så det er kompleks, men jeg tror like fullt ethvert team er mer tjent med å snakke om uenigheter enn å late som de ikke er der. ■

Luvleen Kaur i UNICEF:

Får jobben gjort

Luvleen Kaur er Parat-medlem, styremedlem i Parat UNG – og brennende engasjert i jobben sin i UNICEF Norge.

Av: Vetle Daler

UNICEF, som er tilknyttet FN, er verdens største hjelpeorganisasjon for barn. Organisasjonen er representert i 190 land. I Norge har UNICEF 107 ansatte, fordelt på hovedkontoret i Oslo og en avdeling i Bergen.

Vi treffer Luvleen Kaur i UNICEFs lokaler i Nydalen i Oslo. Her har hun jobbet i fem år – og stortrives.

– Jeg har masse gode kolleger, og arbeidsdagen er veldig variert. Det trives jeg veldig godt med.

Nå hvert barn i tide

UNICEFs jobb er å fremme barns rettigheter. Mottoet er «Nå hvert barn i tide».

– Vi er ei vaktbikkje som passer på at barns rettigheter blir ivaretatt. Vi er til stede over hele verden og jobber for barns rettigheter i alle de 190 landene vi er til stede i, forteller hun.

Mandatet til UNICEF Norge er å samle inn donasjoner til internasjonale programmer samt å drive påvirkningsarbeid i Norge for å sikre barns rettigheter her hjemme. – Vi må ha penger for å hjelpe der behovet er størst. Økonomien er begrensningen, og tid er en kritisk faktor – vi må nå hvert barn i tide, før det er for sent. Det er den brutale sannheten, sier hun.

Dør til dør

Kaur har selv jobbet med flere former for pengeinnsamling, eller «fundraising», i UNICEF siden hun begynte i organisasjonen som 18-åring.

– Jeg begynte som «dør-til-dør-ambassadør», hvor vi bokstavelig talt går fra dør til dør og ringer på hos folk for å verve dem som givere eller faddere, altså faste givere. Det syntes jeg var veldig spennende, forteller Kaur. Hun har også vært innom UNICEFs telemarketing-avdeling før hun gikk videre til produksjef-stillingen hun har i dag.

Kaur forteller at folk generelt har stor tillit til UNICEF, men at enkelte er skeptiske til om pengene kommer fram dit de skal

– Jeg mener UNICEF er en organisasjon som får jobben gjort. Pengene kommer fram dit behovet er størst, sier Luvleen Kaur.

Bygger skoler av plast

Som produksjef har hun ansvaret for et prosjekt som heter «UNICEF-runden». Her inviteres skoler over hele landet til å arrangere en årlig aktivitetsdag med innsamling av penger. Pengene går til å bygge skoler av resirkulert plast i Elfenbenskysten.

Luvleen Kaur

Alder: 23

Familie: Gift

Bosted: Sinsen i Oslo

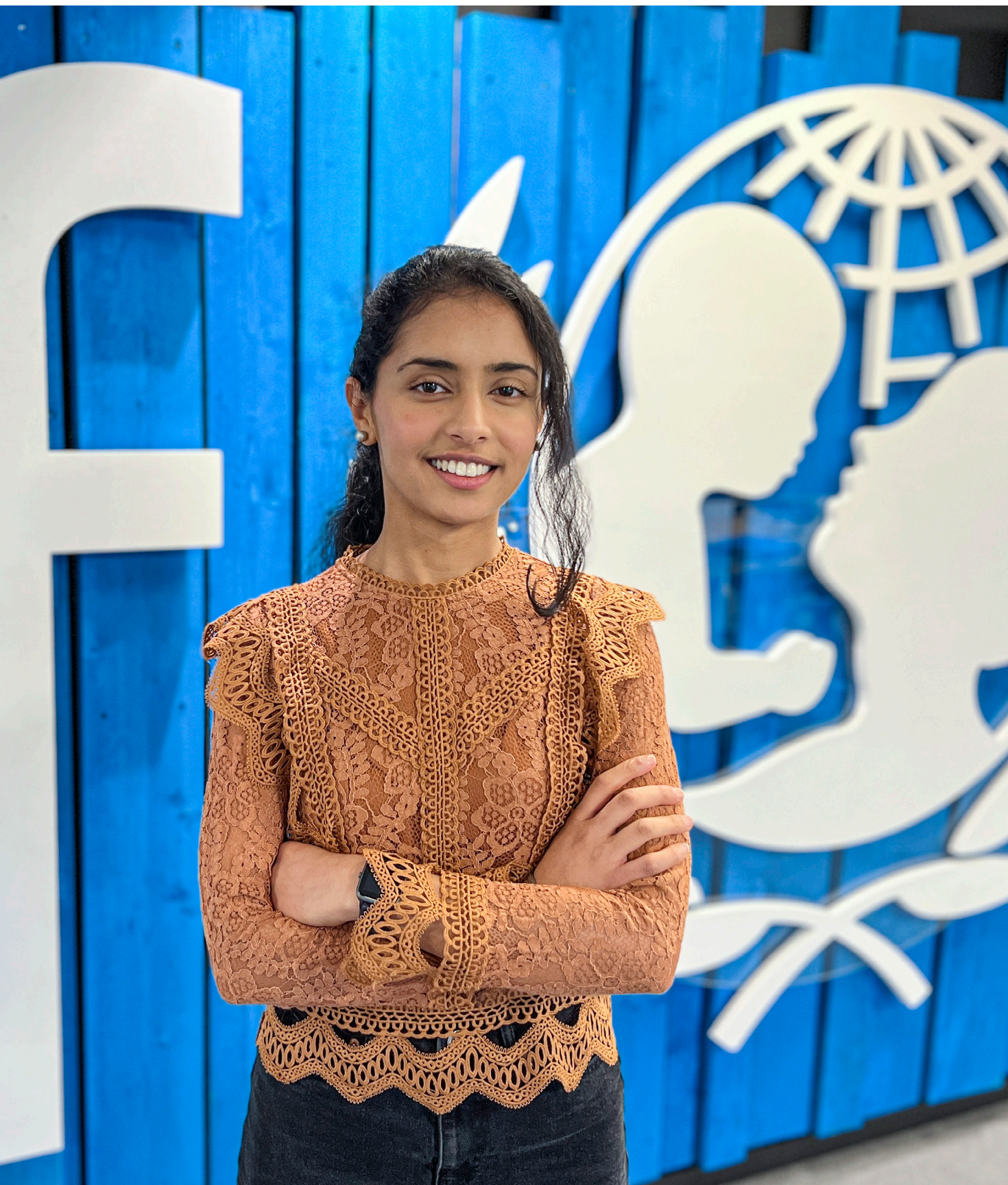
Stilling:

Produksjef i UNICEF

Verv: Styremedlem

i Parat UNG

*Lawleen Kaur er produksjef i UNICEF Norge og styremedlem i Parat UNG.
Foto: Vetle Daler*





Bilde fra UNICEF-runden gjennomført ved en norsk skole. Foto: UNICEF

– Resirkulert plast blir til «mursteiner», eller byggeklosser, som brukes til å bygge skoler. Jeg pleier å vise fram noen sånne klosser når jeg er på skolebesøk, og det synes elevene er veldig kult, sier Kaur.

Kommuneanalyse

UNICEF driver også politisk påvirkning for å fremme barns rettigheter – også for barn i Norge. Derfor lager organisasjonen blant annet en kommuneanalyse, der de hvert år undersøker hvordan norske kommuner ivaretar barns rettigheter i sektorer der kommunene møter barn og unge direkte. Kommuneanalysen baserer seg på tall som kommunene selv har rapportert til SSB. Dette arbeidet får stor oppmerksomhet ute i kommunene.

– Det er kult å se at arbeidet vårt blir tatt på alvor i kommunene. Ingen kommuner ønsker å havne nederst på vår liste, sier hun.



Skole i Elfenbenskysten bygget av resirkulert plast. Foto: UNICEF



United Nations Children's Fund (Unicef) er FNs barnefond og ble opprettet av FNs generalforsamling i 1946 for å yte nødhjelp til krigsrammede barn i Europa og Asia etter andre verdenskrig. Fra 1950 og utover gikk de over til å etablere mer langsiktige hjelpeprogrammer i utviklingsland.

Hovedkontoret ligger i New York, i tillegg til er det 8 regionalkontor og 126 landkontor.

Som det eneste av FNs organer finansieres UNICEF utelukkende av frivillige bidrag fra stater og private. Den norske UNICEF-komitee ble opprettet 1954 og er en av 37 nasjonale komiteer som samler inn penger og driver opplysningsarbeid om barnefondet.

Kilde: snl.no

*Plast samlet inn fra strender i Elfenbenskysten, som blir brukt til å lage klosser for å bygge skoler.
Foto: UNICEF*

Julegaver

I disse dager er organisasjonen opptatt av det de kaller «UNICEFs Verdensgaver».

– Det er noe av det kuleste jeg synes vi gjør på denne tiden av året. Her kan privatpersoner og bedrifter kjøpe faktiske gaver som varmepledd, nødmatpakker eller leker til barn, som UNICEF sender dit behovet er størst.

Den som kjøper gaven, kan velge å få et gavebevis tilsendt hjem.

– Det er jo slik at fire av fem nordmenn får gaver de ikke trenger, samtidig som behovet for humanitær bistand aldri har vært større i verden enn nå. Dermed er dette en vinn-vinn-løsning til jul, synes jeg, der man hjelper UNICEF med å nå hvert barn i tide, samtidig som man gleder en man er glad i, sier Luvleen Kaur.

Påvirke Parat for unge

Parat har nærmere 60 medlemmer i UNICEF i Norge. I tillegg til å drive

lønnsforhandlinger og oppfølging av medlemmene arrangerer klubben både medlemsmøter og sosiale tilstelninger. Kaur er dessuten styremedlem i Parat UNG.

– Der er jeg med fordi jeg vil være med på å påvirke hvordan Parat fungerer for unge under 35 år. For min egen del synes jeg det er nyttig å lære om styrearbeid og påvirkningsarbeid, som er ferdigheter jeg også kan få bruk for på jobben, sier 23-åringen. ■

Parat informerer

Forhandlingsjef i Parat, Turid Svendsen, er svært fornøyd med antallet nye tariffavtaler Parat har fått på plass hittil i år.



Foto: Vetle Daler

Flere nye tariffavtaler for organiserte i Parat

I løpet av 2022 har Parat fått på plass 89 nye tariffavtaler hos bedrifter spredt utover hele landet, inkludert Svalbard. Avtalene sikrer mange arbeidstakere en bedre arbeidshverdag gjennom tryggere lønnsvilkår. Tariffavtalene som er forhandlet fram, inkluderer alt fra bransjer som farmasi, vektere, presse og medier og begravellesbyråer, til overenskomster for byggindustri, luftfart, energi og fiskeforindustrien.



Espen Kallevik. Foto: Vetle Daler

Ny fagsjef for kompetanse

Espen Kallevik er Parats nye fagsjef for kompetanse og har det overordnede ansvaret for alle opplæringsaktiviteter i Parat. I tillegg er han ansvarlig for Parats utdanningsstipend og opplæringsmidler til medlemsgrupper.

Espen har tidligere jobbet i Delta som spesialrådgiver innen kompetanse og tillitsvalgsopplæring. Tidligere har han også jobbet som kursansvarlig ved Karrieresenteret ved Universitetet i Oslo.

Nå ser han fram til å ta fatt på arbeidet i Parat.

– Jeg ser på dette som en flott mulighet til å jobbe videre med fagområder som har en stor betydning for tillitsvalgtes hverdag og mestring av rollen. Det er også svært spennende å jobbe med læring i en tidsperiode der man må utvikle gode tiltak for både fysisk og digital opplæring, og utvikle strukturer slik at de ses i sammenheng, sier han.

Parat lanserer tariffklistremerke

Parat ønsker at forbrukere, bedrifter og offentlige innkjøpere skal velge bedrifter med tariffavtale. I disse dager lanserer Parat derfor et eget tariffklistremerke.

Tariffklistremerkene går i disse dager ut i posten til rundt 800 av Parats tillitsvalgte over hele landet.

– Tariffklistremerket er det synlige beviset på at bedriften har tariffavtale med Parat. Vi ønsker at virksomhetene skal kunne vise at de har tariffavtale og dermed ordnede forhold for sine ansatte gjennom tariffavtalen, forklarer Parats forhandlingsjef Turid Svendsen.

Ved å velge bedrifter med tariffavtale bidrar man til et organisert og seriøst arbeidsliv i Norge. Tariffavtalene gir kjøreregler for hvordan arbeidslivet skal være, og er viktige for å skape like konkurransevilkår.

Svendsen mener også slik «tariffmerking» kan være en konkurransefordel om den beste arbeidskraften i årene framover. – Nå håper vi at de tillitsvalgte vil hjelpe oss og synliggjøre dette ved å klistre opp sine merker i den bedriften de jobber i, sier hun til Parat24.



Parats nye tariffklistremerker. Foto: Vetle Daler

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: jorunntrøen@gmail.com

Dina Kaino, Tannklinikken i Alta, ungrepresentant

E-post: dina.kaino@tffk.no

■ RU region midt

(Trøndelag, Møre og Romsdal):

Leder: Morten Mørch, NTNU

E-post: morten.morch@ntnu.no

Ronny Johannessen, NAV It Forretningspartner

E-post: ronny.johannessen@nav.no

Karina Holm Johansen, distriktstannklinikken Hareid

E-post: karina.holm.johansen@mrfylke.no

Vigdis Rønningen, NTNU

E-post: vigdis.ronningen@ntnu.no

Arne Duun, NAF

E-post: arne.duun@naf.no

Håvard Indgaard Rotmo, Heia og Skjerve Bygg AS, ungrepresen-
tant

E-post: havard@rotmo.net

■ RU region øst

(Innlandet, Oslo og Viken):

Leder: Anja P. Ahlstrøm, NIBIO

E-post: anja.Ahlstrom@nibio.no

Nestleder: Ronny Kjønso, Asko Øst

E-post: ronny.kjonso@asko.no

Rigmor Christensen, Forsvaret

E-post: Richristensen@mil.no

Stein Grindheim, SAS Ground Handling

E-post: stein.grindheim@sas.no

Erik Olerud, Jungheinrich AG

E-post: erik.olerud@jungheinrich.no

Idar Nettet Gundersen, NAV Drammen, Ungrepresentant

E-post: idar.nettet.gundersen@nav.no

■ RU region vest

(Rogaland og Vestland):

Leder: Gro Nondal Buvik, Sygnir AS

E-post: gro.buvik@sygnir.no

Erik Andreassen, Gate Gourmet, Bergen

E-post: eandreassen@gategourmet.com

Odd Bertin Eide, Sjøfartsdirektoratet, Bergen

E-post: odd.eide@sjofartsdir.no

Anett Solen, Bergen kommune, Bergen

E-post: anett.solen@bergen.kommune.no

Hege Solbakken Sæbø, Stavanger Aftenblad, Stavanger

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

Aina Helene Malja, Vestland Fylkeskommune, ungrepresentant

E-post: ainahelene@hotmail.com

■ RU region Sør

(Agder, Vestfold og Telemark):

Leder: Sissel Eilefstjonn, Skatteetaten

E-post: sissel.eilefstjonn@skatteetaten.no

Anne Britt Skomedal, Vitusapotek Vestre Torv

E-post: annebritt1962@hotmail.com

Cecilie Holt, NAV Larvik

E-post: cecilie.holt@nav.no

Anne Lise Olsen, VAF tannhelse

E-post: anne.lise.olsen@agderfk.no

Knut Agnar Bøstein, Redgo Norway AS, Larvik

E-post: knut.boestein@falck.com

Lise-Marie Midlang, Ung representant

E-post: lisemarie.midlang@gmail.com

Spørsmål til juridisk og forhandlingsavdelingen i Parat

Vi som gir svar i denne utgaven av Parat er:



*Stein-Inge Abelvik
Rådgiver*



*Lene Liknes Hansen
Advokat*



*Guro Løkken Bæro
Advokat*



*Bjørn Are Sæther
Rådgiver*



*Thore Eithun Helland
Advokat*



*Tonje Krakeli Sneen,
Forhandler*

Har du spørsmål til juristene eller til forhandlingsavdelingen, kan du sende spørsmålene til trygve.bergsland@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.

Spørsmål: Jeg er nylagt hovedtillitsvalgt i en middels stor virksomhet på Østlandet. Dette vervet er forholdsvis nytt for meg, da jeg kun har vært medlem i Parat i ca. fire år og har nå fått tilliten til å være hovedtillitsvalgt her. Jeg har nettopp gjennomført grunnkurs 1, 2 og 3 i Parat, men lurer på hva dine anbefalinger er for å få til et godt og konstruktivt samarbeid med arbeidsgiver?

Christina

Svar: I kursene vi holder, vektlegger vi at det er viktig å bygge trygghet og tillit.

Det er et kontinuerlig arbeid å oppnå et godt og konstruktivt samarbeid med arbeidsgiver, og det er viktig å skape et godt forhold mellom leder og dere tillitsvalgte. Mine anbefalinger er å ha ukentlige/månedlige og uformelle møter, lytt til hverandre, og forsøk å finne løsninger sammen. Få arbeidsgiver til å forstå at et godt arbeidsmiljø avhenger av jevn og god kontakt med dere tillitsvalgte, og ikke minst at man trekker i samme retning. Husk å skille sak og person.

Personlig mener jeg også at du bør synliggjøre din rolle som tillitsvalgt på arbeidsplassen, ta gjerne kontakt med tidligere tillitsvalgte og få råd der. Ha en lav terskel for å ta opp saker som du mener har eller kan ha betydning for de ansatte. Ikke bare still krav, men kom også med forslag til fornyelse og forbedring. Vi kjører mange kompetanse-givende kurs som du kan søke på hos oss i Parat. Velkommen til et nettkurs, klasseromskurs eller webinar.

Stein Inge Abelvik

Spørsmål: Jeg begynte i ny jobb for ett år siden. Jeg signerte en kontrakt på en 60 prosent stilling, men har hele perioden jobbet vesentlig mer. Noen har sagt til meg at jeg på grunn av dette har rett på en større stillingsprosent. Er det riktig?

Petter Andre

Svar: Ja, det kan være riktig.

Arbeidsmiljøloven fastsetter at deltidsansatte som de siste tolv måneder jevnlig har arbeidet utover avtalt arbeidstid, har rett til stilling tilsvarende faktisk arbeidstid i denne perioden. Man ser på perioden fra den deltidsansatte fremmer krav om større stilling og tolv måneder tilbake i tid, og vurderer om vilkårene er oppfylt. Men dersom arbeidsgiver kan dokumentere at behovet for merarbeidet ikke lenger foreligger, vil man likevel ikke ha rett på en stilling tilsvarende faktisk arbeidstid.

Rett til stilling tilsvarende faktisk arbeidstid reguleres av arbeidsmiljøloven § 14-4 a, som også gjelder for ansatte i staten, jf. statsansatteloven § 13 (6). Parat kan bistå i vurderinger av om medlemmer kan ha rett til stilling tilsvarende faktisk arbeidstid. Om du lurer på om dette kan være aktuelt for deg, ta kontakt!

Lene

Spørsmål: Jeg har fått en advarsel fra arbeidsgiver og mener de tar helt feil. Kan de bare gjøre dette? Jeg synes det er veldig urettferdig.

Asle

Svar: Advarsel er ikke regulert i loven, men det er et vanlig virkemiddel i arbeidsforhold og også godkjent av domstolene. Advarsel brukes gjerne når arbeidsgiver ønsker å korrigere arbeidstakeren. Det gis både muntlige og skriftlige advarsler, begge deler er lovlig. En skriftlig advarsel anses gjerne mer alvorlig enn en muntlig. Når arbeidsgiver velger å gi en advarsel, må de følge det alminnelige saklighetskravet som gjelder i alle beslutninger som tas på arbeidsplassen. Selve prosessen bør også være saklig, så du bør også ha fått mulighet til å uttale deg før beslutning tas. Det er ofte lite å gjøre når advarsel først er gitt. Vi pleier å anbefale at du svarer skriftlig

på advarselen om du er uenig, og samtidig ber om at svaret ditt lagres sammen med advarselen. Dette kan være greit å ha gjort dersom saken senere blir hentet fram, for eksempel i en oppsigelsessak. Da vil ditt syn på saken også være dokumentert. Vi anbefaler en saklig og ryddig framstilling.

Guro

Spørsmål: Jeg jobber i kirken, har jobbet der siden 2019. Oppdaget nå at jeg har glemt å legge ved attester fra en av mine tidligere arbeidsplasser da jeg ble ansatt, jeg skulle egentlig hatt et års ekstra ansiennitet.

Kan jeg få beregnet min ansiennitet på ny? Har jeg krav på å få etterbetalt dersom det viser seg at jeg skulle hatt ansiennitetsopprykk tidligere?

Svein

Svar: Du kan framlegge disse attestene for din arbeidsgiver og be dem foreta en ny beregning av din lønnsansiennitet. Du har imidlertid ikke krav på etterbetaling, i og med at det ikke er arbeidsgiver som er «skyld» i at du fikk feil ansiennitetsberegning ved ansettelsen. Dersom du hadde framlagt alle attester ved ansettelse, og arbeidsgiver da hadde gjort feil beregning, kunne du krevd etterbetaling. Men det kan jo være at arbeidsgiver er «snill» og likevel etterbetaler fra 2019.

Bjørn-Are

Spørsmål: Jeg er leder i en offentlig etat, og jeg er så heldig å ha en stor og praktfull villa på Oslo vest, med en vidunderlig hage som jeg og min kone bruker mye gjennom hele sommerhalvåret. Riktignok er vår hage stor, men vår direktørnabo har nå blåst en mengde løv inn på min eiendom, og det til stor ergrelse for oss i min husstand. Hans vaktmester har brukt en diger blåsemaskin til dette arbeidet.

Jeg har på en sympatisk måte prøvd å forklare min nabo at dette på ingen måte kan aksepteres, men han vil ikke høre på hva jeg har å si. Før jeg tar kontakt med min faste advokatforbindelse, vil jeg prøve meg hos Parat. Kan virkelig min nabo gjøre alt dette mot meg uten at det får konsekvenser?

Christopher

Svar: En nabo kan ikke gjøre hva han vil. En nabo kan ikke ha, gjøre eller sette i verk noe som er urimelig eller unødvendig til skade eller ulempe for en naboeiendom. Om noe er urimelig, skal det legges vekt på om det som skjer er forventet etter forholdene på stedet, jf. naboloven § 2. Noe løv må regnes med fra andre eiendommer når det blir høst, men en nabo kan ikke med vitende og vilje blåse løv over på en annens eiendom, da dette er til både skade og sjenanse på en urimelig og unødvendig måte.

Skal dette skje, må han be om samtykke. I dette tilfellet har han ikke fått samtykke fra deg, og naboen har nektet å fjerne løvet. Jeg foreslår derfor at du sender naboen et rekommandert brev, der det står at om ikke løvet fjernes innen en frist på to uker, vil du klage ham inn for forliksrådet for å få dom på at løvet skal fjernes. Finner ikke tvisten sin løsning i forliksrådet, tar du saken videre til tingretten. Og da bør du nok engasjere den advokaten som du normalt bruker.

Thore

Spørsmål: Jeg er jobber foran PC-skjerm hver dag og er avhengig av PC-briller. Har jeg krav på at arbeidsgiver dekker disse brillene for meg?

Fredrik

Svar: Dersom du jobber foran en PC-skjerm, har du rett på å få synsundersøkelse og databriller dekket av arbeidsgiver. Det er imidlertid et krav om at arbeidet ved dataskjermen må skje «jevnlig» og som en «betydelig del» av arbeidet dit. Disse vilkårene ser ut til å være oppfylt for deg.

Tonje



		GREVE	SIKKER BOLT	KYNISK STANG	KAN SMIDIGE	
		PANE- GYRIKK				
FISKE- MAT						
KOB- BER- RUST			SPISS KROK		HÅN	
LANGE I SEG				FRANSK KLIPPEØY MONOPOL		
		FINS ROKKE		JEG SPILLE- ROM		
ART. STRØM			SPRETTER KAN MOTOR VÆRE			
TEGNE- SERIE- FIGUR	NAVNE- DAG 06.09.	KONGE	AVKOB- LINGS- VARI- ANT	TANGE ATOM- MAKT	KNEG- GE	TØYSE
EM- BARGO- EN					DRIKK TERGE	
HAST		LUKTE SAUE- HÅR		FORMEL JUS- TERE		
OPP- STYR	EN BABA ARVE		SKARP- RET- TER	FYLKE VILTER		= SVERIGE SUPPLI- SERE
EFFEK- TUERE					DONG- ERI	KJERNE BYGE
		LEDER STU- DERE			KON- SERN ROE	
VIK	SPORTS- REKVI- SITT	INNLOP SNOR		OPP- RØRSK		
SABEL						GAMP
TRE- SLAG				M.NAVN		FAST- SLO
				50	SØMME- LIGE	
OPTI- MAL					EMNER	

MINI KRYSSORD

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

Vannrett

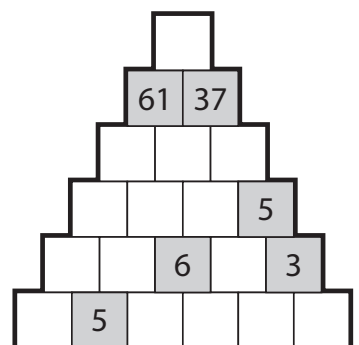
- 1. Fuglebasseng
- 7. Holdningsløs
- 8. Gresk bokstav
- 9. Forsiktige
- 11. Plante
- 12. Uvel
- 15. Odde
- 16. Flamme
- 18. Ærekrenkelse
- 20. Myntene
- 21. Yrke

Loddrett

- 1. Avsløring
- 2. Niks
- 3. Offentlig beskikket person
- 4. Frastøtende
- 5. Sluttord
- 6. Haugevis
- 10. Italieneren
- 13. Vakker
- 14. Tanker
- 17. Kabel
- 19. Vekst

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 – 2022 er: «NOEN SOM VIL HA JOBB SOM

GARTNER». Den heldige vinneren er: Yngvar Brenna, fra Bodø. Frist for å sende inn løsning på neste kryssord er: 5. februar 2023.

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

Husk å merke e-posten/konvoluttene «Kryssord 4/2022». 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

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

Lett

© Bulls

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

Middels

© Bulls

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

Vanskelig

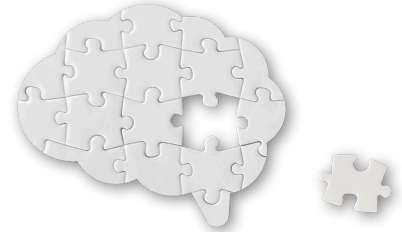
© Bulls

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

KRYSS OG TVERS

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

- BEHERSKELSE
- CHIAO
- FAKTISK
- FINHAKKE
- HALVDØD
- HØVEL
- KOMPANJONG
- KULLSYRE
- MANIFOLD
- MISKUNN
- MONSTRØS
- OUZO
- OVERBÆRENHET
- PODE
- SEPARERT
- SEQUOIA
- SKRØNEMAKER
- SMØRJE
- UFORSKAMMET
- VINTERSPORT



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.

E K B A Ø V N N H

FYLL INN ORDET:

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

NOEN SMÅ HINT

- Ordet starter med bokstaven K
- En by
- Ligger på Sjøelland

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 fåreull og 10 prosent mikrofiber. Pleddet er Fair Trade-sertifisert. Målene er 130x200 centimeter (se foto).



Frist for å sende inn løsningen er **5. februar 2023**.

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/konvolutten «Hjernetrim 4/2022» og påfør eget navn, adresse og telefonnummer. Vinneren av hjernetrim i 3/2022 er Barbro Secilie Larsen, fra Tromsdalen.

Vi hyller de tillitsvalgte

Hvert år har Parat en «flaggsak» – en sak vi jobber ekstra mye med, en sak vi markerer oss på – en sak hvor vi heiser flagget og trår til med ekstra krefter og mye trøkk, og mot og tæl. I år, i 2022, har denne saken vært «arbeidsglede»: Vi har samlet forskning som viser hvor viktig arbeidsglede er.

I 2023 skal flaggsaken være «Våre tillitsvalgte». Egentlig flagger vi for dem hele tiden. Jeg kaller dem gjerne Parats gull. For uten tillitsvalgte blir det ingen medlemmer, og ingen medlemmer – intet Parat.

Uten tillitsvalgte – ingen fagbevegelse.

Tillitsvalgte er en av de viktigste brikkene i den norske modellen, og vi hadde ikke hatt det arbeidslivet og velferdssamfunnet slik vi kjenner i dag uten tillitsvalgte.

Mange vil kanskje si at «tillitsvalgte» alltid har vært flaggsak i Parat; i den forstand at tillitsvalgte er Parats viktigste ressurs. Parat har alltid satset stort på skoloring og støtte til tillitsvalgte. Hvert år kårer vi årets tillitsvalgt, hvert år skolerer vi både nye og erfarne tillitsvalgte. Vi utvikler stadig bedre digitale verktøy for at jobben til tillitsvalgte skal kunne gjøres enklere og raskere.

Når hovedstyret nå har bestemt at tillitsvalgte skal være flaggsaken – så betyr det en ekstraordinær satsing fra Parats side. Hovedstyret mener at tiden nå er inne for å markere tillitsvalgte helt spesielt, og langt utover det normale.

Konkret hva vi skal gjøre, og hvordan vi skal gjøre det, er ikke hugget i stein. Vi har noen ideer, men vi trenger flere. Hvilke ekstraordinære tiltak og påfunn kan du tenke deg, som vi kan lansere i 2023 som et ledd i arbeidet med å hylle og hjelpe Parats tusenvis av tillitsvalgte? Ideene kan være både av den typen du ser for deg som varige, og den typen som vi kun har råd til å gjøre i et satsingsår som 2023.

Er du selv en av dem vi trenger nå? Har du slått det fra deg? Tenk deg godt om og revurder: Det er lov å legge i potten den enorme verdien som et tillitsverv har på din profesjonelle CV.



Unn Kristin Olsen. Foto: Vetle Daler.

Det å kunne vise til at andre har valgt en til et verv – at man har konkurrert om et oppdrag – og vunnet, det er ubetalelig viktig og positiv informasjon til alle dine kommende arbeidsgivere. Det er faktisk veldig givende og gøy å være tillitsvalgt.

Neste år skal vi hylle tillitsvalgte. Hurra for tillitsvalgte! Hurra! Hurra! Hurra!

UK.Olsen

Unn Kristin Olsen
Leder i Parat

Facebook: facebook.com/UnnKristinOlsenParatYS

T-skjorter med nytt design



Parat tilbyr nå t-skjorter med åtte nye motiver, som har fagorganisering og trygghet som grunnlag.

Medlemmer og tillitsvalgte kan nå bestille t-skjortene, og mange andre Parat-artikler, i parat.shop.idegroup.no, og betaler kun vår innkjøpspris.

T-shirt i økologisk bomull med 8 forskjellige motiver, leveres i dame- og herrestørrelse.

160 kroner

Frakt kommer i tillegg.



HAR DU HØRT? PARAT LANSERER PODCAST!

Hvilket samfunn og hva slags arbeidsliv ønsker vi oss egentlig?
Og hva må vi gjøre for å komme dit? Få med deg Parat-podden
med Unn Kristin Olsen, Trond R. Hole og utvalgte gjester.



parat.com/paratpodden