



Region Hovedstaden TR netværksmøde

Referat fra den 6. april 2016

Dagsorden

1) Velkomst og kort nyt fra Danske Fysioterapeuter

2) Stress - forebyggelse, håndtering og om at afhjælpe stress v/

Stresseksperter og coach, foredragsholder og forfatter Bjarne Toftegård.

Bjarne Toftegård, stifter og leder af stressfirmaet Forebyg Stress, holder oplæg om stress og emner som;

- forståelsen af stress
- sygemelding og opstart
- stress og ledelsesstil
- stress og ændringer, opgaver og i relationer til det sociale på arbejdspladsen

Som tillidsrepræsentanter møder vi måske første gang stress, når en kollega har brug for hjælp eller fordi vi bliver indkaldt til at sidde med til en sygefraværssamtale som bisidder, men

- Hvordan hjælper du som TR, bedst din kollega, din arbejdsplads eller alle de andre kolleger, der for 117 gang trækker et større læs, når en kollega er syg eller ikke er på toppen.

- Kan man spotte en stressramt?
- Hvordan hjælper man i tide.
- Findes der én formel for, hvordan man starter igen efter en periode med fravær grundet stress?
- Hvad kan og bør arbejdspladsen gøre?
- Hvad kan du gøre?
- Hvad kan kollegerne gøre?

Læs mere om Bjarne Toftegård på Forebygstress.dk

Frokost og networking

3) Den medlemsinddragende organisation v. Regionsformand Tine Nielsen og Næstformand i Region H Line Schiellerup.

Følgende spørgsmål er tænkt anvendt som forberedelse til emnet:

- Danske Fysioterapeuter er formelt en medlemsdrevet forening - Opfatter du den også som det?



Det skal være nemt og gennemskueligt at komme i dialog med politikker i Danske Fysioterapeuter, er det sådan i dag, hvordan gør vi det evt. nemmere?

Det er Tine og Lines ambition, at medlemmer af Danske Fysioterapeuter ser sig selv som en del af foreningen Danske Fysioterapeuter og at det er naturligt at sige "os" i foreningen og ikke "dem i Danske Fysioterapeuter".

Hvor langt synes du vi er fra det mål og hvad mener du der skal til og hvad der er barriererne?

- Kan du sige ja til følgende;

"Danske Fysioterapeuter er en medlemsinddragende forening"?

"Vi i Danske Fysioterapeuter interesserer os for, hvad medlemmerne mener og vi bruger deres viden i det politiske arbejde"?

4) Optakt til repræsentantskabet november 2016 og omkring valg af TR til Repræsentantskabet v. regionsformand Tine Nielsen

5) Evaluering og ønsker for vores næste fælles møde d. 2. december.

Ad 1) velkomst og kort nyt fra Danske Fysioterapeuter.

Charlotte bød alle velkommen, særligt de nye som var her for første gang og fortalte lidt om formålet med mødet, som primært er en del af vore uddannelse som tillidsrepræsentanter, og så en hjælp til hinanden i håndtering af vores arbejdsopgaver. Derudover er det vigtigt med information til og fra Danske Fysioterapeuter.

Information fra Hovedbestyrelsen:

Arbejder med strategiplan som består af 2 ben; flere jobs til fysioterapeuter og rekruttering og fastholdelse af medlemmer.

Desuden er der gang i forberedelse til regionskonference, som afholdes i forbindelse med Folkemødet på Bornholm i juni.

Derudover arbejdes der med at forberede Repræsentantskabet, som afholdes i november.

Der vil i løbet af foråret blive afholdt valg til Repræsentantskabet og der sendes valgmateriale til alle medlemmer. Vil I opfordre til jeres kolleger til at stemme.

Fra Tillidsrepræsentant Rådet:

Der er sendt mail ud om at der mangler kursusdeltagere til forhandling 2 kursus d.30 og 31.maj.

Henstilling til at overveje, om det ikke er noget for jer, der er lidt erfarne og har deltaget i forhandling 1. Hvis der ikke er deltagere nok, risikerer vi at skulle aflyse og det vil vi så nødigt.

Der er introdag d.24.maj, - en opfordring, hvis du ikke har været på det, så meld dig til.

Der er årskonference d. 4.oktober. På årskonferencen skal der afholdes valg til TRR. Der er sendt information ud om de enkelte valg d.5. april.

Der afholdes valg af den geografiske plads i alle regionerne inden årskonferencen.



Der vil blive sendt mere information ud om deadline for at stille op og om hvordan selve valget kommer til at foregå.

På selve årskonferencen vælges de to overenskomstpladser en kommunal og en regional plads. Charlotte fortalte kort om arbejdsopgaverne.

Vi holdt sidste møde i TRR i december, hvor vi drøftede emnet; fællesskab før forskelle, om LO/FTF samarbejdet, desuden talte vi også om fastholdelse og hvervning af medlemmer. Vores næste møde er d. 26. april

Fra Regionsbestyrelsen:

Vi arbejder videre efter strategiplanen og har nedsat forskellige arbejdsgrupper efter de politiske emner, vi har valgt at sætte fokus på. Bla. flere i jobs, sundhedsfremme, børne- og psykiatri området, medlemshvervning, indsatser ift. dimittender, fysioterapeuter i lægepraksis mv. Der afholdes medlemsmøde d.10. maj om velfærdsteknologi ved besøg på Norgesminde, hvor der er en velfærdsteknologisk lejlighed, hvor vi kan se og afprøve de forskellige muligheder. Der afholdes dialogmøde d.31. maj, om hvordan medlemmerne kan få mere indflydelse på region Hovedstadens arbejde. Der kommer mere information på hjemmesiden. Vi opfordrer alle til at deltage og tage nogle kolleger med fra arbejdspladsen.

Fra Velfærdsalliancen:

14 fagforeninger har taget initiativet til Velfærdsalliance.dk. Se www.velfærdsalliance.dk Der har været arrangeret demonstration d. 9 og 10 marts i forbindelse med KL's topmøde, hvor politikerne bla. skulle diskutere regeringens omprioriteringsbidrag.

Desuden har der været kontakt til alle næstformænd i H.MED om henvendelse til de lokale borgmestre i alle 98 kommuner, for at protestere over forringelser på velfærdsområdet. Der skal lægges op til at der arrangeres lokale demonstrationer foran de lokale rådhus over hele landet d.12. maj. Charlotte spørger til, om nogen har hørt om initiativet og opfordrer til evt. selv at tage kontakt med jeres lokale faglige organisationer og få sat noget i værk.

Ønsket er at gøre aktionen landsdækkende – det er der meget god presse dækning i – eller vil det bare blive opfattet som noget københavneri!!

I København er der demonstration d.12. maj foran Københavns rådhus kl. 17.

Der kommer mere information når vi nærmer os.

Hvis der ikke er energi til arrangere lokale opfordres I til at bakke demonstrationen op d.12.maj.

2) Stressforebyggelse og håndtering v. Bjarne Toftegård.

Charlotte bød Bjarne velkommen og Bjarne fortalte lidt om egen baggrund og erfaringer. Der henvises til medsendte slides.

Kort fra egne noter som supplement: Når man siger ja til noget, siger man automatisk nej til noget andet! Overvej stærk prioritering af arbejdsopgaver og konsekvenser ved at lade noget ligge.

PAS PÅ JER SELV som TR.

Stil gerne spørgsmål; Hvordan har du det? – det er hjertespørgsmål.

Undgå at stille spørgsmålet; Hvordan går det – det er hjerne spørgsmål.

Lær dig selv og andre at sige; PYT... det betyder, at man kan lægge noget fra sig mentalt.



Har man powerment og handlekraft til at gøre noget lige her og nu?
Virker det? – ellers gør noget andet...
Lær jer selv at være empatisk lyttende – drop gode råd og løsninger.
Spørg i stedet; Hvad skal der til for at du får det bedre?
Undgå at stille urealistiske krav – forsøg at undgå; ”det kan jo ikke lade sig gøre”
Hvis du møder det alligevel -; Nå, hvilke andre løsninger kan du finde?
TR´s rolle er at få den stressramte kollega til at få noget hjælp.

Leders´ rolle er at tage kontrollen, få evt. hjælp fra anden side, og lave en anti-stressplan mm.
Ved sygdommeldinger: spørg gerne den sygemeldte, hvordan de ønsker kontakten skal være til arbejdspladsen og evt. hvem der skal være kontaktperson – det behøver ikke at være lederen.
En god udmelding fra arbejdspladsen er: der er plads til dig, tag dig tid til at få det bedre.
Tilbagevenden til arbejdet igen - langsom opstart og langsom optrapning virker bedst.
En måde at undersøge om tiden er inde til at optrappe timerne, er at spørge til energien og ressourcerne om aftenen derhjemme.
Man kan ikke presse en stressramt fri for stress.

Der er altid 3 parter ift. stress; den enkelte, arbejdspladsen og systemet.
Sørg for rette hjælp i rette tid.
Det kan være svært at spotte en stressramt kollega. Der skal være tid til at reflektere og anerkende at man har et problem. Hjælp inden man ryger helt ud over kanten, er jo altid bedst!
Er man først røget langt ud over kanten, skal der lægges låg på i en periode.
Tag en snak med kollegerne omkring tidsspørgsmålet.
Tid handler om at prioritere – Hvad skal jeg? Hvad vil jeg?
Der er noget, der er vigtigere end noget andet.
Tiden er ikke noget der går!
Tiden er noget der kommer.

3) Den medlemsinddragende organisation ved. Tine Nielsen og Line Schiellerup

Tine indledte med at fortælle lidt om tankerne bag ved. Hvad er kendetegnet ved en forening?
Hvordan skal kontakten være mellem foreningen og medlemmerne?
Hvordan skaber vi en bredere dialog? Hvordan kommer vi fra ”dem inde i Danske fysioterapeuter” til os eller ”vi i Danske Fysioterapeuter” mener.
Vi talte lidt om DFys.’ opbygning med Repræsentantskab, regionsbestyrelser faglige selskaber og et sekretariat.
Vi tænkte over, hvem vi kender i Repræsentantskabet...? Det blev da til ca. 10 ud af de 56 medlemmer der er.

Vi fik til opgave, at give udtryk for hvor vigtige vi anser TR for at være ift. Danske Fysioterapeuter på en skala fra 0 – 10. Der var stor enighed om, at den lå meget højt oppe på skalaen.
Så var opgaven på samme skala, at give udtryk for hvor meget indflydelse man har i Danske Fysioterapeuter.
Her var svarene noget mindre klare, og lå mere i den lavere ende af skalaen!
Hvis vi vil ændre på det – hvad skal der så til? Hvilke barrierer er der?



4) Optakt til repræsentantskabet v. Tine Nielsen

Tine fortalte om Repræsentantskaber som afholdes 4. og 5. november i Middelfart.

Der afholdes valg her i foråret for de repræsentanter der kommer fra Regionsbestyrelserne, fraktioner og faglige selskaber. Der kommer mere information om kandidaterne senere.

Derudover er der også valg af og blandt TR i hele landet, hvor der er to pladser forbeholdt TR – disse vælges elektronisk her i foråret. **Derfor en opfordring til at alle TR at overvejer om de vil være med til at gøre en forskel og så stille op til en af de to pladser i Repræsentantskabet.** Der vil blive sendt information om valget ud fra sekretariatet. Hvis det kan nås inden deadlines vil vi tage det op på ”sektor”-TR-møderne.

Vi talte lidt om, om der på nuværende tidspunkt, er emner vi ved der kommer til drøftelse.

Det er dog lidt for tidligt – HB er først i gang med de mere indledende tiltag.

Der bliver bl.a. udarbejdet en oversigt over, hvad der blev vedtaget ved sidste Repræsentantskab og hvad status er på det arbejde. Der kommer meget mere information hen over forår og efterår. I RB planlægger vi med at lave et møde i efteråret, når ved hvilke emner der kommer i spil.

Det kunne være rigtig fint, hvis I havde lyst til at deltage og give os jeres meninger og holdninger med.

5) Evaluering og ønsker for vores næste møde d. 2. december.

Evaluering: Gode parkeringsforhold, nemt at komme til.

Stedet, venligt, lyst og luftigt lokale. Lidt koldt til at starte med.

Dem der kom tidligt, klagede over at lokalerne ikke helt var klar, men det blev ordnet.

Emner og dagsorden fik gode ord med på vejen. Det kunne være dejligt at have slides til oplæg før mødet, så man kan skrive egne noter til.

Emner til næste møde:

- Samarbejdet mellem TR, AMIR og leder, om stress og evt. stressede medarbejdere.
- Kerneopgaven
- TR's rolle ved fraværssamtaler? Lovmæssige krav? Hvad er MED rolle? Personale politik.
- Arbejdspladser i forandring

Hvis I støder på aktuelle emner eller spændende ideer er de naturligvis meget velkomne.

Meld ind til Regionskontoret, Tine line eller Charlotte.