

# FKF BLADET

Frederiksberg Kommunalforening

Nr. 4 - Oktober 2024



Nyheder:

Kom til julebanko og med børnene i julebørnebio

Se på side 8 og 9



# Frederiksberg Kommunalforening

## Frederiksberg Kommunalforening

Kontor: Frederiksberg Rådhus  
5. sal, værelse 36  
telefon 28 60 39 22  
e-mail: [fkf@frederiksberg.dk](mailto:fkf@frederiksberg.dk)  
[www.fkfinfo.dk](http://www.fkfinfo.dk)

### Faglig sekretær:

Lisbeth Jessen,  
telefon 38 21 28 61

### Sekretærer:

Verena Rieck  
telefon 38 21 28 63

Anna T. Flygenring-Gantzel  
telefon 38 21 28 62

### Kontortid:

**Tirsdag – fredag kl. 9 - 12**  
**Mandag lukket**

## FKF-bladet

### Medlemsblad for Frederiks- berg Kommunalforening

Kontor: Frederiksberg Rådhus  
5. sal, værelse 36  
telefon 28 60 39 22

### Redaktion:

Nee Marianne Attle  
(ansvarshavende),  
telefon 38 21 28 60

Lisbeth Jessen  
(redaktionssekretær),  
telefon 38 21 28 61

Carl Erik Rasmussen,  
telefon 28 98 36 86

### Forsidebillede:

Fra brandøvelse på rådhuset i  
august.

# Indhold

## Side

- 3 Leder: Sig, hvad du vil!
- 4 Bestyrelsens klumme
- 5 Kontorelev? Brug LinkedIn
- 6 Pengene passer - eller gør de?
- 8 Kom til julebanko!
- 9 Julebørnebio
- 10 Invitation til seniorseminar
- 11 Pensionsrådgivning på rådhuset
- 12 Pensionistskovtur
- 14 Nyt fra Teaterforeningen
- 15 Pensionistklubbens julekom- sammen 2024
- 18 Find fem forskelligheder
- 19 Opslagstavlen



Formand  
Nee Marianne Attle  
telefon 38 21 28 60



Næstformand  
Marianne Leegaard  
telefon 38 21 31 76



Kasserer  
Berit G. Aasted  
telefon 28 98 54 07



Annette Jensen  
telefon 38 21 08 11



Jane Bredahl  
telefon 38 21 24 14



Karina Sønderfort  
telefon 38 21 41 24



Carl Erik Rasmussen  
telefon 28 98 36 86

# Sig, hvad du vil!

I Danmark har vi ytringsfrihed. Vi må altså udtrykke, hvad vi vil, offentligt. Samtidig har vi som offentligt ansatte også tavshedspligt – og hvordan kan det så hænge sammen? Konflikter de to begreber ikke? Det korte svar på det spørgsmål er, at nej, det gør de ikke.

I grundlovens § 77 står: *Enhver er berettiget til på tryk, i skrift og tale at offentliggøre sine tanker, dog under ansvar for domstolene.*

Grundloven giver os altså ret til at sige og skrive, hvad vi tænker, så længe vi holder os inden for lovgivningen.

Der er flere steder i lovgivningen, der begrænser, hvad vi som offentligt ansatte må ytre os om, og hvordan vi må ytre os. Vigtigst er nok Straffeloven, hvor der i § 152 står: *Den, som virker eller har virket i offentlig tjeneste eller hverv, og som uberettiget videregiver eller udnytter fortrolige oplysninger, hvortil den pågældende i den forbindelse har fået kendskab, straffes med bøde eller fængsel (...).*

Vi må ikke videregive oplysninger om borgeres private forhold – altså tavshedsbelagte oplysninger – heller ikke efter vi ikke længere arbejder i Frederiksberg Kommune. Og derudover må vi ikke udtale os på en ærekrænkende måde eller i urimelig grov form, og vi må heller ikke fremsætte åbenbart urigtige oplysninger om væsentlige forhold inden for vores eget arbejdsområde. Men derudover har vi frie rammer – vi må sige, hvad vi vil.

Der er særlige regler, når det gælder beskyttelse af vores tillidsrepræsentanter: Blandt andet skal der foreligge ”tvingende årsager”, hvis arbejdsgiver skulle finde på at ville afskedige en TR, og vedkommende vil også få tillagt tre måneder til sin eventuelle opsigelsesperiode, hvis det kommer til afsked. Det er regler, man har aftalt for at sikre, at en TR frit og uden frygt for repressalier eller afskedigelse kan fremføre sine medlemmers synspunkter overfor ledelsen; og altså også de måske knapt så populære synspunkter.

Inden for de givne rammer må vi altså gerne ytre os offentligt om, hvad der ligger os på sinde. Der kan sagtens være chefer, som finder det problematisk grænsende til det irriterende, når vi som medarbejdere udtrykker os kritisk. Jeg er da også selv blevet inviteret til flere kammeratlige samtaler med ledere på højt niveau, fordi nogen har syntes, at fx min leder her i bladet har været for kritisk. Jeg er derudover bekendt med, at der er ledere, der har inviteret medarbejdere ind til en alvorlig snak efter afgivelse af kritiske høringsvar i forbindelse med ledelsesmæssige beslutninger. Den fremgangsmåde er ikke i orden, da man som medarbejder på den måde kan risikere at miste lysten til at komme med input en anden gang – eller med andre ord: Ens ytringsfrihed er blevet begrænset. Og det går naturligvis ikke. Så hvis det skulle ske for dig, så kig forbi FKF's sekretariat på 5. sal, og lad os få en snak om det.

Rigtig godt efterår.

*Nee Marianne Attle*



# Bestyrelsens klumme

## Må man virkelig ikke sige dét?

Ytringsfriheden er under pres! Det har den sådan set været, lige siden Struensee indførte trykkefrihed i 1770; en trykkefrihed, som bl.a. blev brugt til kritik af Struensee og hans reformer og dermed også var en del af hans fald.

Vore dages ytringsfrihed er fastlagt i grundloven, men det betyder ikke, at den er ubegrænset, og det kan være svært at finde rundt i, hvad der er tilladt i forhold til fx loyalitetspligten.

Den største udfordring er måske tid og tiden. I 1770 skulle man trods alt forbi en trykker, før at en ytring blev offentlig. På den måde var der tid til lige at gennemtænke budskabet, før det kom ud i det offentlige, og levetiden for budskabet var heller ikke så lang fra trykker til brændeovn.

I dag er vi alle sammen blevet trykkere, og der går kun sekunder fra at skrive til offentliggørelse, og levetiden er blevet ubegrænset: Det er ikke længere muligt at slette/brænde alle eksemplarer, og det skrevne får sit eget liv på nettet.

Det bliver kun forværret af, at mange af de sociale medier giver mulighed for kommentarer, og man skal ikke kigge i mange kommentarspor, før man ønsker sig tilbage til tiden med snail-mail, hvor posten skabte en tidsforskydning i debatten, som gav alle mulighed for at tænke sig om, før man ytrede sig.

Måske er vores hjerner ikke indrettet til den hurtige udveksling af skriftlig kommunikation, it-teknologien har skabt, hvor der ikke er nogen pejlemærker fra kropssprog eller tonefald til give os retning på dialogen.

Det er måske på tide, at vi får lidt oplæring i forhold til vores ytringsfrihed, så vi er rigtigt klædt på i forhold til, hvad man må, men også i forhold til, hvad der er klogt. Man kunne f.eks. tage udgangspunkt i ”employer branding”, som vel også

bør give plads til muligheden for en eks-employer debranding, for ytringsfriheden er et tveægget sværd, ligesom i Struensees tid. Det fik ham dog ikke til at afskaffe trykkefriheden; det gjorde hans efterfølgere i 1773.

*Carl Erik Rasmussen*



## Vidste du ...

... at du altid kan få tjekket din løn?

Som medlem af FKF har du altid mulighed for at få tjekket din lønseddel. Erfaringen viser da også, at det kan være en rigtig god idé – for fejl opstår. Løntjek er noget, vi tilbyder året rundt. Men særligt her i efteråret sætter vi fokus på løntjek sammen med de andre OK-fagforeninger.

Alle medlemmer opfordres til at tjekke deres lønsedler. Du kan få hjælp til løntjek ved at sende din lønseddel til [FKF@frederiksberg.dk](mailto:FKF@frederiksberg.dk).

Du kan også selv blive klogere på din lønseddel på [www.ok-maerket.dk](http://www.ok-maerket.dk)

*Lisbeth Jessen*



## Kontorelev?

### Brug LinkedIn til at gøre dit netværk større

*Send en anmodning på LinkedIn til de mennesker, du møder på din vej som kontorelev. Det anbefaler informationskonsulent i FTFA Thomas Juhl Hansen. Netværket, som du bygger op, kan nemlig vise sig at være en hjælp den dag, du er færdiguddannet.*

Af Camilla Hornung, FTFA

Som kontorelev har du en unik mulighed for at etablere et stort og stærkt netværk. Du møder nemlig mange mennesker i takt med, at du kommer rundt i forskellige afdelinger i kommunen. Den mulighed skal du gribe, fordi dit netværk kan vise sig at være guld værd senere i din karriere. Thomas Juhl Hansen er informationskonsulent hos a-kassen FTFA, og han underviser til daglig studerende på videregående uddannelser i, hvordan de kan bruge LinkedIn professionelt.

Ifølge ham er der tre ting, du som kontorelev bør gøre:

- Byg din profil op på LinkedIn med billede, beskrivelse, kompetencer og erfaring. Lad dig inspirere af, hvordan andre gør
- Send en anmodning med en kort hilsen til de mennesker, du møder i arbejdsregi
- Aktivér relevante personer i dit netværk, når du har brug for sparring

#### Udvid dit netværk

Når du møder nye mennesker, fx kolleger i kommunen, så anbefaler Thomas Juhl Hansen, at du efterfølgende sender dem en anmodning på LinkedIn, så de bliver en del af dit netværk.

”Find vedkommende og skriv fx noget a la: ”Tak for et godt møde, det var spændende at høre, hvad du arbejder med.” Så kan vedkommende, du skriver til, nemt huske dig. Jeg vil vove at påstå, at 9 ud af 10 vil acceptere din anmodning,” siger han og uddyber:

”Du skal ikke bekymre dig om at ulejlige folk. For når du skriver, hvor I mødtes, så er du ikke en ukendt person. Og prøver du at vende den om,



*Thomas Juhl Hansen, FTFA*

ville du så ikke selv blive smigret over, at nogen havde brugt tid på at finde dig på LinkedIn?”

#### En hjælpende hånd i arbejdslivet

Dit arbejdsliv kan tage mange drejninger, så du ved aldrig, hvornår du får brug for faglig sparring fra en af dine kontakter på LinkedIn.

”Som kontorelev får du berøring med mange forskellige dele af Frederiksberg Kommunes arbejdsopgaver. Du kommer til at møde mange mennesker på din vej. På sigt kan nogle af dem hjælpe dig videre i karrieren. Hvad enten det er til et nyt job eller med faglig sparring. Det er ikke til at sige, hvem der på et senere tidspunkt viser sig at være vigtige for dig, derfor skal du løbende føje dem til dit netværk på LinkedIn,” anbefaler Thomas Juhl Hansen og minder om:

”LinkedIn er for alle. Du behøver ikke at lave indlæg og dele alt mulig hele tiden. Din aktivitet derinde kan foregå på to niveauer. Det synlige niveau, hvor alle kan se de opslag, du laver. Og det usynlige, hvor du har private dialoger med udvalgte i dit netværk.”

Få flere tips til LinkedIn på [ftfa.dk/studieliv](http://ftfa.dk/studieliv)

# Pengene passer - eller gør de ...?

Budget 2025 er ved at være på plads, og det bliver endnu et spareår for Frederiksberg Kommune. Det er efterhånden ved at være en fast kutyme, og hvis man har en forventning om, at det snart stopper, så skal man ikke kigge i de fremskrevne budgettal for årene 2025 til 2029, for det ser ikke lyst ud.

Der er mange kommuner, som ser ind i nogle svære år, hvis der ikke sker ændringer i den måde, som udligningssystemet, bloktilskuddene, og grundskylden påvirker kommunernes budgetter. Det gælder om at holde sig over en bundlinje i den kommunale kassebeholdning, så man undgår at komme under administration, men måske er man det i virkeligheden allerede.

Når Folketinget beslutter, at der skal spares tre milliarder på administrationen og tre milliarder på jobcentrene, så er man i realiteten sat under økonomisk administration; men hvordan besparelserne findes, det er op til de enkelte kommuner. Så man står altså selv for administrationen.

Måske ville det være bedre at overlade denne opgave til Folketinget, CEPOS, Rockwoolfonden eller andre, som kommer ud med diverse tal for hvor meget, der kan spares i kommunerne. Det kan godt være, at man kan prøve på at sammenligne kommunerne gennem diverse rapporter, men virkelighedens verden er kompleks, og den kompleksitet kan man ikke bare gå ud fra, at rapporterne fanger.

Det sidste skud på stammen er en rapport fra ”ekspertgruppen for fremtidens beskæftigelsesindsats”, som skal hjælpe folketingsmedlemmerne med at træffe beslutninger bl.a. omkring jobcentrenes fremtid. Det kan godt undre, at der skulle være behov for en ekspertgruppe, især når man tænker på politikernes udmeldinger i forbindelse med den sidste valgkamp, hvor de tre milliarder var en del af valgkampen.

Man skulle formode, at de også vidste præcis, hvad der skulle gøres, når de nu kunne sætte tal på, men sådan er det nu heller ikke: De har formodentligt fået idé og tal fra CEPOS og Rockwoolfondens rapporter. Men man ville nok ikke have fået meget ud af at spørge, for de pågældende organisationer kommer godt nok med tal, men desværre ikke med løsningsforslag.

Derfor er der næsten altid brug for at nedsætte ekspertgrupper og/eller kommissioner, når rapporter skal føres ud i livet – og det er jo godt, tænker man; for så bliver rapporterne og valgta-lerne tryktestet, så vi er sikre på, at det hele også holder.

Jeg mindes ikke at have set en slutrapport fra en ekspertgruppe eller kommission, som er kommet frem til noget helt andet, men det er nu ikke så underligt, for der følger altid et kommissorium med, når man nedsætter disse grupper. I kommissoriet står der som regel en hel del om, hvad der skal undersøges, og hvad der ikke skal undersøges, samt lidt om målet – dem har jeg efterhånden læst en del af – og de fleste af dem kan koges ned til ”find frem til det vi efterspørger/påstår, og sørg for at pengene passer.”

Det gode ved dette er, at politikerne nu kan beslutte sig under dække af eksperter og sende bolden videre til kommunerne og medarbejderne i kommunerne, som så kan kæmpe med at få budgetter, virkelighed og indsatser til at passe og dermed også stå med ansvaret.

*Carl Erik Rasmussen*





# TJM Forsikrings bil- og elbilforsikring er Bedst i test

Har du også svært ved at undvære din bil eller elbil, når hverdagen skal hænge sammen? Det har mange af os, men når livet ruller derudaf, sker det også, at bilen får buler eller motorstop og må på værksted. Et motorstop kan true ferieturen – og desværre kan bilen også blive udsat for hærværk, indbrud, tyveri og totalskade.

I de tilfælde er det en stor lettelse at have en god bilforsikring. Og den mulighed har du – ja, du kan faktisk både få Danmarks bedste bilforsikring og bedste elbilforsikring takket være dit medlemskab af Frederiksberg Kommunalforening. Forbrugerrådet Tænk har nemlig netop kåret både TJM Forsikrings bilforsikring og elbilforsikring som ”Bedst i test”.



I begge tests ligger TJM Forsikring overbevisende i spidsen, og i bedømmelserne fremhæver Tænk, at TJM Forsikring har testens laveste priser, samtidig med at dækningerne er blandt de bedste i testen. Bilforsikringen og elbilforsikringen er blot de seneste i en lang række af TJM ’s forsikringer, der har fået Forbrugerrådets eftertragtede kvalitetsstempel. Én af dine fordele i Frederiksberg Kommunalforening er, at du kan blive forsikret i TJM Forsikring og få nogle af Danmarks bedste og billigste forsikringer – og nu også markedets bedste bil- og elbilforsikring, som du kan læse mere om på <https://tjm-forsikring.dk/bedst-i-test-el-bil>

## Når du bliver 60 ...

... får du ret til seniordage.

FKF har forhandlet sig til ekstra seniordage, hvilket betyder, at du allerede fra det år, hvori du bliver 60 år, har ret til fem seniordage, uanset hvornår på året, du har fødselsdag.

Seniordagene giver dig ret til fravær med sædvanlig løn. Dagene kan også konverteres til bonus eller pension.

Vil du vide mere, er du altid velkommen til at kontakte FKF.

## Når du bliver 70 ...

... og stadig er i arbejde, har du mulighed for:

- at få udbetalt dit pensionsbidrag som løn
- at tilkøbe mere frihed
- eller at fortsætte med at indbetale pensionsbidraget til en pensionsordning



# Kom til julebanko med dine FKF-kollegaer

FKF afholder et hyggeligt bankospil i festsalen på rådhuset **fredag den 29. november 2024**, og alle FKF- medlemmer er velkomne.

Det koster 50 kr. pr. person, og der er inkluderet trebankoplader i prisen. Bankopladerne udleveres på dagen, hvor det også er muligt at købe ekstra bankoplader til 10 kr. pr. stk. Der er fine præmier til de heldige vindere, og vi byder også på lidt øl, vin eller sodavand samt lidt juleslik.

Teaterforeningen kommer forbi og synger et par julesange, som vi alle kan synge med på.

## Program:

Kl. 13:30 Dørene åbnes, og der udleveres bankoplader

Kl. 14:30 Fællessang med Teaterforeningen

Kl. 14:45 Bankospillet begynder

Kl. 17:30 Tak for i dag

Find din nissehue og dit julehumør frem, og kom og ønsk dine FKF-kolleger god jul.

## Tilmelding

Du kan købe billet på FKF's hjemmeside [www.fkfinfo.dk/events](http://www.fkfinfo.dk/events) indtil den 15. november. Betaling sker via mobilepay. Der er et begrænset antal pladser, så tilmelding sker efter først til mølle-princippet.

Vi glæder os til at se dig.



## Julebørnebio den 2. december

FKF inviterer til en hyggelig i eftermiddag i Falkoner Biografen, hvor vi skal se julefilmen ”Niko og Nordlysets hemmelighed”. Så tag dit barn, barnebarn, niece eller nevø med i biografen og få et par for-  
nøjelige timer i biograflysets skær.

Det koster 30 kr. pr. person, uanset om man er voksen eller barn. For de 30 kr. får du en biografbillet, en lille sodavand, en lille bøtte popcorn og en lille pose slik.

Der er 60 billetter, som vi sælger efter først til mølle-princippet. Du må gerne tage flere børn med.

*Medierådet anbefaler filmen til børn over 7 år*

### **Program:**

Mødested i Falkoner Biografen – Sylows Allé 15, 2000 Frederiksberg

Kl. 15:00 – 15:50 Udlevering af billetter m.m.

Kl. 16:00 – 17:45 Niko og Nordlysets hemmelighed

Kl. 17:45 Tak for i dag

Du tilmelder dig via [www.fkfinfo.dk/events](http://www.fkfinfo.dk/events) og betaler via mobilepay.

Sidste frist for tilmelding er den 13. november.

Vi glæder os til at se jer.



# Hvad er din drøm for livet efter arbejde?

## Kom til seniorseminar med FKF & PFA

**FKF og PFA inviterer dig hermed til et gratis dagsseminar.**

Uanset hvor du er i livet, så kræver det gode liv på pension god planlægning. Derfor vil vi gerne inspirere dig til at skabe netop det liv, du drømmer om, med et seminar om, hvordan du nu kan optimere din opsparing og planlægge din pension.

Brug en dag sammen med andre, som er samme sted i livet som dig. Emnerne på seminaret vil være:

- Hvor stor en samlet formue du har
- Hvor langt dine penge rækker, når du er på pension
- Hvad du skal være opmærksom på i forhold til skat og modregningsregler
- Skabe en god overgang mellem arbejdet og seniorlivet
- Få gode råd til at planlægge og optimere din pensionsøkonomi
- Sådan sikrer du dine nærmeste – få styr på arv, begunstiggelse og fremtidsfuldmagter

Seminaret bliver afholdt af PFA's rådgivere

**Onsdag den 27. november kl. 8:30-16:15 hos PFA, Sundkrogsgade 4, 2100 København Ø**

Der bydes på let morgenmad, frokost og eftermiddagskage.

### **Invitér din samlever med**

Hvis du har en samlever, så anbefaler vi, at I begge deltager i seminaret. Det er relevant for jer begge og for de fælles beslutninger, I har brug for at tale om.

Der er et begrænset antal pladser, og tilmeldingen er derfor først til mølle via [www.fkfinfo.dk/events](http://www.fkfinfo.dk/events). Du skal selv sørge for at få fri til kurset, og du skal selv betale for friheden med ferie/flex/afspadsering.





# HAR DU NOK TIL EN SJOV PENSIONERING?

*FKF og PFA gentager forårets succes-møder med to nye rådgivningsdage den 19. november og den 5. december, hvor du kan få et personligt møde på rådhuset om dine pensionsforhold*

Som FKF-medlem kan du få overblik over dine pensionsforhold ved et personligt møde med en pensionsrådgiver fra PFA her på rådhuset. Om du er ny eller erfaren på arbejdsmarkedet, er her muligheden for at få en gennemgang af dine pensionsforhold – uanset om der er kort eller lang tid til pensionen.

Rådgivningen kommer hele vejen rundt om dig, din familiesituation, din økonomi og dine ønsker for fremtiden. Uanset om du kun har få års erfaring på arbejdsmarkedet eller er ved at planlægge de sidste, så har du sikkert brug for at vide, hvordan du får mest mulig værdi ud af din opsparing, og om du har sikret dig selv og dine nærmeste godt nok.

## **Opsparing**

Ud fra en snak om dine behov her og nu og dine ønsker for fremtiden bliver du rådgivet om, hvordan du bedst kan sammensætte din opsparing på tværs af pension, frie midler og bolig.

## **Investering**

Den bedste investering er den, der giver ro i maven. Derfor får du en grundig forklaring på vores forskellige investeringsprofiler, så du kan vælge den, der er den rigtige for dig.

## **Forsikring**

Din familiesituation og behov ændrer sig gennem livet, og derfor er det vigtigt, at dine forsikringsdækninger følger med, så du og dine nærmeste har økonomisk tryghed, hvis der skulle ske dig noget.

## **Pensionsplanlægning**

Jo før du starter din pensionsplanlægning, jo bedre. Vi hjælper dig med at få overblik over, hvordan regnestykket med pensionsopsparing, offentlige ydelser og anden formue hænger sammen, og hvordan du får mest mulig værdi ud af pengene.

Før du booker et møde skal du opdatere dine kontaktoplysninger på [mitpfa.dk](https://mitpfa.dk).

Rådgivningsmøderne finder sted på rådhuset på 5. sal, vær. 126, den 19. november og den 5. december.

## **Sådan tilmelder du dig til et personligt møde på rådhuset**

Tilmelding sker ved henvendelse til PFA på <https://mit.pfa.dk/booking> eller på telefon 70125000.

# Skovtur med FKF's pensionister

*Af Ann Catharina Booth Andersen*

Den første torsdag i september er altid afsat i min kalender til skovtur med FKF's pensionister. Også i år skulle vi på tur og mødtes foran rådhuset til afgang kl. 09.00 præcis.

Solen skinnede fra en skyfri himmel som sædvanligt, og det blev en dejlig varm dag. Turbussen kørte fra Frederiksberg mod en hemmelig destination i det fjerne. Vi havde kun fået at vide, at vi skulle køre 70 km. Det er altid sjovt at sidde og gætte, hvor vi skal hen, efterhånden som vi nærmer os forskellige udflugtsmål.

Endelig kom vi frem til Sorø Akademi ved den smukke Sorø Sø, et fantastisk sceneri. Her blev vi mødt af Per, en pensioneret lærer fra akademiet, som viste os rundt og fortalte både om skolebygningen og om skolens historie både i nyere tid men også tilbage fra dengang, det var en præfekt-skole. Skolen fungerer i dag kun som gymnasium fra 1. til 3. g. Eleverne er alle fra Sorø og omegn og er henholdsvis almindelige dag-elever, som bor hjemme, samt kost-elever som bor og spiser på skolen. Kostelevernes spisesal er nyrenoveret, og loftet er som at sidde i skoven med bladhang og fugle; meget smukt. Loftet blev renoveret i forbindelse med, at bolte fra gulvet i festsalen ovenover var gået igennem, og pudset dryssede ned på bordene.

Per fortalte, at festsalens gulv er blevet forstærket og hævet, så det ikke sker igen, når der danses på livet løs deroppe. I festsalen er der blevet lagt det smukkeste brede plankegulv, og man opretholder stadig et gammelt ritual, nemlig at danse lancier. Til disse dansefester opretholdes alle de gamle ritualer; også tiltaleformer. Eksempelvis er eleverne stillet op på rækker, og når 'herrerne' byder op til dans, skal de højt sige: "Hvad ønsker De at danse?" - og 'jomfruen' skal svare: "En engelsk vals, tak". Og så danses der på livet løs, både vals og lancier. Skolens elevsammensætning er sådan, at der er ca. dobbelt så mange piger som drenge,

så her på skolen har hver dreng altså to piger at danse lancier med.

Skolens bygninger er meget smukke og meget velholdte og er virkelig et besøg værd. Efter rundvisningen i skolebygningen - herunder lærernes opholdslokaler med udsigt til Sorø Sø - blev vi ledt over i Klosterkirken, som har Danmarks tredje-længste kirkeskib. Klosterkirken er bygget som gravkirke for Hvideslægten, og Absalon er begravet foran højalteret, og mange af de andre 'Hvider' har også gravplads i kirken. Cisterciensermunkene fra Esrum Kloster byggede kirken for biskop Absalon, og den stod færdig ved Absalons død i 1201. I kirken findes et mini-museum om Absalon (det så vi ikke). Efter denne lærerige rundvisning var det tid til en bid brød og lidt koldt at drikke, så op i bussen med os alle. Vi kørte nu den korte tur til Gyrstinge Skovkro, hvor vi blev mødt af fint dækkede borde og dejlig mad. Her kunne vi nu de næste timer hygge os i hinandens gode selskab, mens vi kunne vælge lækre retter fra den portionsanrettede buffet. Ummm - det var dejlig mad. Kaffen tog vi på terrassen i det skønne sensommervej (næsten 30 grader), og da klokken nærmede sig 16, var det tid til at sætte næsen hjemad mod Frederiksberg.

Tak for en dejlig dag.





# Pensionistskovtur 2024





# Nyt fra Teaterforeningen

Efter Teaterforeningen Frederiksberg Scenegal, TFS', generalforsamling i august måned, har bestyrelsen besluttet at afholde teatercafeer foreløbig tre gange.

Teatercafeerne vil dels bestå af indslag fra TFS (sang/sketch), og dels vil der være mulighed for fællessang, eller hvis man skulle have lyst til selv at byde ind med et underholdende indslag. Det er også muligt at komme med forslag til kommende teatercafeer.

Årsagen til dette initiativ er, at vi håber, at det både kan holde liv i foreningen, og at det måske kan få nogen til aktivt gå ind/melde sig ind og byde ind med et eller andet.

Teatercafeerne afholdes på Rådhuset i kantinen på 3. sal fra kl. 16.30 til kl. 18.

Datoerne er

Torsdag den 3. oktober 2024 – kun for TFS-medlemmer\*

Torsdag den 14. november 2024 – for alle ansatte

Torsdag den 9. januar 2025 – for alle ansatte

Vi byder på lidt at drikke og chips til arrangementet.

Vel mødt,

Bestyrelsen for TFS

*\*Hvis man melder sig ind i teaterforeningen senest den 30. september 2024, kan man godt deltage. En eventuel indmeldelse skal ske til [scenegal@frederiksberg.dk](mailto:scenegal@frederiksberg.dk)*

Fra teaterforeningens jubilæumsarrangement tidligere på året





# Frederiksberg Kommunalforenings Pensionistklub



## Pensionistklubben holder julekomsammen

Som vanligt mødes vi i Frederiksberg Hallernes Restaurant  
Jens Jessens Vej 20, 2000 Frederiksberg.

**Onsdag den 20. november 2024 kl. 13.00**

Drikkevarer er for egen regning.

For ledsagere, som ikke er medlem af Pensionistklubben, er prisen 225 kr. + drikkevarer.

Tilmeldingen til julemiddagen sker direkte via FKF's hjemmeside på [www.fkfinfo.dk/events](http://www.fkfinfo.dk/events) senest den 6. november 2024.

Venlig hilsen  
Bestyrelsen for Pensionistklubben

# Styrk din faglighed på jobbet

AOF

[aofonlinekurser.dk](http://aofonlinekurser.dk)

Mere end  
**50 gratis kurser**

Som medlem af FKF har du adgang til en lang række af onlinekurser, som du kan tage, når det passer ind i din hverdag.

Du kan vælge mellem mere end 50 forskellige kurser, heriblandt:

Konflikthåndtering  
AI og chatbaserede AI-værktøjer  
GDPR  
MS Office-pakken  
Windows  
Sociale medier  
It-sikkerhed  
Sprog og grammatik

Læs mere om alle kurserne på [aofonlinekurser.dk](http://aofonlinekurser.dk)



# VI ER ARBEJ DERNE

NY Udstilling

Gratis entré for  
FKF-medlemmer

HVEM HAR GIVET  
SOLEN TIL DE RIGE FOR  
AT SVØBE MØRKET  
OM DE SMÅ?

Jeppé Aakjær

Du oplever arbejdernes barske verden omkring år 1900. Træder ind i ijenestepigens fugtige kammer og familiens usle hummer af en tagelighed. Du møder befolkningen, der hver dag må kæmpe for at få brød på bordet. Her er historien om, hvordan mennesker, der hver for sig havde meget lidt, blev til den stærkeste kraft i udviklingen af det danske velfærdssamfund.

PARK  
MUSEER  
NE

  
ARBEJDERMUSEET



## Find fem forskelligheder

På billederne nedenfor er der fem detaljer, der er forskellige. Tegn en ring omkring de fem forskelligheder og indsend siden til FKF, Rådhuset 5.036, 2000 Frederiksberg eller via mail [fkf@frederiksberg.dk](mailto:fkf@frederiksberg.dk), senest den 15. oktober 2024. Vi trækker to vindere blandt de rigtige løsninger, og de vinder hver en flaske vin. Vinderne offentliggøres i FKF-bladet 5/2024.



Indsendt af

Navn:

Arbejdssted:

Telefonnr.:



# Opslagstavlen

**FKF har i perioden siden sidste blad fået 12 nye medlemmer i følgende afdelinger:**

Fælles stabe, Borgerservice

Fælles stabe, Økonomi & Udbud

Fælles stabe, HR

Fælles stabe, Digitalisering & IT

SSA, Arbejdsmarked

SSA, F86 Beskæftigelse

SSA, Sundhed & Omsorg

BKM, Vej, Park & Miljø

BKM, By, Byggeri & Arkitektur

BUO, Skoleområdet

Velkommen til vores nye medlemmer.

## Sæt kryds i kalenderen:

- PFA Pensionsrådgivningsmøder, tirsdag den 19. november og 5. december
- Pensionistklubbens julemiddag, onsdag den 20. november
- PFA Seniorseminar, onsdag den 27. november
- Julebanko, fredag den 29. november
- Jule-børne-bio, mandag den 2. december

Se mere om arrangementerne her i bladet.

## Vindere af Find fem forskelligheder, blad 2/2024:

Anette Lauritsen – Pensionist

Stina Brandt Søderholm – BUO, Tandplejen

Tillykke – I har vundet hver en flaske vin, som kan hentes på FKF's kontor.

~~Afsender: FKF, Frederiksberg Rådhus  
5. sal, værelse 36, 2000 Frederiksberg~~



## FKF's Trivselslinje: Et tilbud til dig

FKF har i samarbejde med PFA etableret et tilbud til alle medlemmer om adgang til FKF's Trivselslinje.

FKF's Trivselslinje er en rådgivningslinje, hvor medlemmer kan få telefonisk rådgivning om sundhed, trivsel og livsstilsændringer, for eksempel:

- Stress og mistrivsel - forebyggelse og håndtering
- Kost og vægttab
- Smerter i bevægeapparatet
- Planlægning af træning
- Rygestop
- Hjælp til målsætninger, fastholdelse og motivation ifm. livsstilsændringer

Teamet på FKF's Trivselslinje består af sygeplejersker, socialrådgivere, fysioterapeuter og psykologer.

Du kan læse mere om Trivselslinjen på vores hjemmeside [fkfinfo.dk](http://fkfinfo.dk)

Du kan få kontakt til Trivselslinjen ved at ringe til FKF's sekretariat på telefon 28 60 39 22.

Trivselslinjen har åbent mandag-torsdag 8.00-16.30 og fredag 8.00-16.00.