

**Politisk Kulturel Konference**

på Nyborg Strand 18.- 19. september 2010

**Grib ansvaret  
- det er dit liv!**

**Konferencen starter** med stor politisk debat, hvor du er med til at sætte gang i debatten sammen med politikere fra nær og fjern. Debatten styres med kyndig hånd af journalisten Kåre Quist.

På programmet er der spændende workshops, udfordrende oplæg og god underholdning, og du får selvfølgelig også tid til at hygge dig med kolleger fra hele landet.

**Tilmelding fra 25. juni 2010**  
på [www.hkproduktion.dk](http://www.hkproduktion.dk),  
fristen er **16. august**.

**På gensyn i Nyborg**  
**18. til 19. september 2010**  
**Obs! Der bliver rift om pladserne.**



# DEM KAN DU MØDE PÅ KONFERENCEN



Anne Ravn, diætist og medvirkende  
i DR's serie By på skrump

## HELLERE TRE SMÅ SKRIDT

Som ung havde Anne Ravn selv sine kampe med badevægten. Hun vejede cirka 15 kilo for meget, og mere end én gang besluttede hun sig for at gå på slankekur en mandag. Når en kollega så gav rundstykker om tirsdagen, så røg slankekuren og alle de gode hensigter lige lukket ned i den dårlige samvittighed.

Men hun fik bugt med de overflødige kilo, og hun vil både som uddannet diætist og med udgangspunkt i sine egne erfaringer give sit bud på, hvordan du får sunde vaner i hverdagen.

- Det tager tid at ændre dårlige vaner. Så i stedet for at ville ændre dem alle her og nu, så er det bedre at tage lidt ad gangen og bygge ovenpå hen ad vejen, siger Anne Ravn.



## ET HELLE MIDT I SEXHANDLEN

**En tynd udenlandsk kvinde** i hullede netstrømper breder armene ud, lægger hovedet på skrå og træder ind i den enlige mands bane. Et smil afslører et hul i tandrækken og understreger, at hun er godt brugt. Brugt til at tilfredsstille mænds seksuelle lyster. Hentet til Danmark på turistvisum af bagmænd, der scorer størstedelen af det, hun tjener på plettede madrasser eller på øde steder i storbyen.

Trafficking, som fænomenet kaldes, er blevet mere og mere udbredt gennem de senere år, og det er opmærksomheden omkring det også. En af de organisationer, som aktivt kæmper imod den rå udnyttelse af kvinderne, er Safe and Alive-fonden, og formand David Munis Zepernick kommer på dette års Politisk Kulturel Konference.



## Anders Skaftø, psykoterapeut

### OM AT TRÆFFE DE RIGTIGE VALG

At få arbejde og fritid til at balancere med hinanden på en fornuftig måde er det overordnede tema for Anders Skaftøes oplæg. Her vil han prikke til de måder, vi forvalter vores liv på.

- Som mennesker vil vi gerne kunne det hele, og vi kan sjældent finde ud af at vælge fra. Hverken privat eller på job.

Og især jobbet stiller flere og flere krav til den enkelte, sådan som psykoterapeuten ser det.

Arbejdsopgaverne bliver flere og mere komplekse, uden at der nødvendigvis bliver flere hoveder til at løse dem.

- Der er nogle, som er gode til at sige: Nu har jeg taget det, jeg kunne nå, nu går jeg hjem. Mens andre bliver for at rydde op i bunkerne. Det ligger så dybt i dem, at de gerne vil gøre det så godt som muligt. Men det bliver aldrig godt nok! Og det skal de lære, mener Anders Skaftø, der også vil sætte fokus på, hvordan vi bruger alle vores vågne timer.



## Jimmi Gørtz, tidligere personalechef i SAS

### STRESSET ELLER BARE TRAVL

Hverken hjertekramper, forhøjet blodtryk eller en datter, der som 12-årig skrev til hans chef, at hun gerne ville se mere til sin far, var nok til, at Jimmi Gørtz overvejede, om han skulle drosle ned på arbejdspresset og -mængden. Som personalechef med ansvar for 2.600 medarbejdere i SAS, der var og er presset på økonomien, var der ikke tid til at stoppe op og reflektere over sin egen situation.

- Jeg så det som et kald, hvor det handlede om at passe på medarbejderne og at håndtere de mange opsigelser på så god en måde som muligt, siger Jimmi Gørtz.

Til hans held blev han reddet af gongongen, da to selskaber i koncernen blev slået sammen, og der blev en personalechef i overskud.

- Jeg fik mit liv tilbage, og der er dage, hvor jeg har ondt i kinderne af at smile, siger den tidligere personalechef, som i sit oplæg vil komme ind på egne erfaringer og give gode værktøjer til, hvordan du kan håndtere stress.

- Kvinderne lever i en parallelverden, hvor alle de værdier, som gælder her i Danmark, er vendt på hovedet. Mange af dem er frataget enhver ret og selvbestemmelse i forhold til deres eget liv, siger David Munis Zepernick.

#### ET SIKKERT HUS

Safe and Alive-fonden blev etableret i efteråret 2008 under foreningen Aktive Kvinder. Formålet er dels at yde hjælp og støtte til ofrene for sexhandel, dels at skabe opmærksomhed og påvirke det politiske system, så kvinderne kan få hjælp fra de offentlige myndigheder.

Et af de større projekter, som fonden har været involveret i, er etableringen af et såkaldt safehouse, hvor de handlede

kvinder kan søge beskyttelse, hvis de flygter fra bagmændene eller trænger til en pause fra det hårde liv.

Fonden arrangerer også støttekoncerter og -arrangementer for at samle penge ind, og en del af kræfterne i den ulønnede bestyrelse bliver brugt på at søge diverse fonde og myndigheder. Her har blandt andet TrykFonden og Københavns og Frederiksberg Kommuner haft den store pengepung fremme.

#### SUNDHEDSKLINIK

Næste store projekt i støbeskeen er et sundhedstilbud på Vesterbro i København, som er det område, hvor koncentrationen af udenlandske gade prostituerede er størst. Her skal frivillige sygeplejersker, læger og

sundhedsassistenter tilbyde eksempelvis vejledning om kønssygdomme.

- Målet er selvfølgelig at oplyse og hjælpe, men også at skabe en kontakt og komme i dialog med kvinderne, så de måske på længere sigt ønsker at få hjælp til at komme videre. Jeg er sikker på, at eksempelvis de nigerianske kvinder, som står på gaden i lårkort i frostvej, ikke gør det af fri vilje, men fordi de er tvunget til det, forklarer David Munis Zepernick.

David Munis Zepernick er oplægsholder i workshopdelen på konferencen. Her vil han fortælle mere om fondens arbejde mod det, som er blevet kaldt det 21. århundredes slavehandel.

# Politisk **Kulturel** Konference

## PROGRAM

Lørdag 18. september 2010

**Kl. 10.00-10.45** Ankomst og indtjekning

**Kl. 11.00-11.45** Brunch

**Kl. 12.00-14.30** Politisk debat

Debatten styres af DR-journalisten Kåre Quist. Kåre Quist er en rutineret ordstyrer. Hver uge stiller han kontante spørgsmål og kræver klare svar fra koncernchefer og direktører i Danmarks måske mest sete forbrugermagasin, Kontant. Med skarpe vinkler og et glimt i øjet styrer han debatten med sikker hånd.

I panelet kan du blandt andet høre og stille spørgsmål til politikerne:

**Frank Aaen**, Enhedslisten

**Julie Rademacher**, Socialdemokraterne

**Jane Jegind**, Venstre

**Pia Olsen Dyhr**, SF

**Kl. 15.15-17.45** Eftermiddagen byder herefter på seks forskellige spændende workshops, hvor du har mulighed for at deltage i to af dem.

Undervejs bliver der tid til kaffe, te, frugt og kage.

**Kl. 18.00-18.45** Eftermiddagen rundes af med oplægget **"Kender du naboen?" ved cheføkonom**

**Lars Groth, Geomatic**

Med udgangspunkt i geografi og statistik kan du blive klogere på dine naboer, dine medlemmer eller dine kunder. Du kan blandt andet få at vide, hvor og hvordan de bor, hvad de læser, og hvad de stemmer. Alt sammen krydret med forunderlige historier fra statistikkens verden.

**Kl. 19.30** Spisning

Socialt samvær og konkurrencer og underholdning.

**Kl. 01.00** Godnat

Søndag 19. september

**Kl. 7.00-8.50** Morgenmad i restauranten

**Kl. 9.00** Programmet starter

**Kl. 9.00-9.45** Morgenvikker - dagens første kick

**Pause - kaffe og te**

**Kl. 10.15-11.30** **Mød Anne Ravn fra "By på skrump"**  
**Gør det sjovt at leve sundt!**

Drop slankekuren, og læg i stedet mad- og motionsvanerne om. Så får du et bedre og sjovere liv og har en langt større chance for at tabe dig. Med en lille smule mere sundhed hver dag kan du for alvor opbygge nye vaner, som gør dig mere tilfreds og let. Ved bare at leve lidt anderledes og vælge tre nye vaner kan du opnå store resultater for din sundhed.

Gør, hvad du og din familie kan nu. Gå i gang nu, og vent ikke til den dag, alt er helt rigtigt og perfekt, lyder hendes råd.

**Kl. 11.30-12.00** Afslutning og udtrækning af vindere af de forskellige konkurrencer.

**Kl. 12.00-** Sandwich med vand - farvel og tak.

**Kl. 12.30** Afrejse fra Nyborg Strand.



## TILMELDING TIL POLITISK KULTUREL KONFERENCE

Du kan tilmelde dig på Branchesektion Produktions hjemmeside, [www.hkproduktion.dk](http://www.hkproduktion.dk), under punktet Politisk Kulturel Konference 2010. HUSK tilmelding senest 16. august 2010

## WORKSHOPS

### 1. Hvordan får vi brikkerne til at passe sammen, ved Anders Skaftø Hansen, psykoterapeut

Workshoppen sætter fokus på, hvordan vi får arbejdsliv, fritid og privatliv til at hænge sammen i en travl hverdag. Er det anderledes, hvis arbejdspladsen er en hjemmearbejdsplads? Kan man med små ændringer få en bedre hverdag?

### 2. Vold i familien - et fælles ansvar, ved Helle Øbo, direktør i foreningen Dialog mod vold

Et opgør med myterne om voldsudøveren. Hvem er manden bag, og hvorfor er der vold i alle slags familier, uanset social og etnisk baggrund. Indikatorer på vold i familien, hvordan opdager vi det, og hvad kan vi gøre som pårørende, arbejdskolleger og medmennesker.

### 3. Safe and Alive, ved David Munis Zepernick, bestyrelsesformand i fonden Safe and Alive

Fonden Safe and Alive er en almen velgørende humanitær fond, der for indsamlede midler finansierer arbejdet med at beskytte ofre for tvangsprostitution, som også kaldes det 21. århundredes slavehandel.

### 4. Humor - åndens solskin og kunsten at skynde sig langsomt, ved John Engelbrecht, filosof

Et farverigt portræt af humorens mangfoldighed og forskellighed, om humor som kompetence, om livsmod og langsomhed, om kunsten at skynde sig langsomt for at nå at blive hurtigt færdig. Hvordan kan kreativ langsomhed bekæmpe stress med omtanke, livsglæde og humor? Hvordan kan positiv tænkning ændre mismod til livsmod.

### 5. Fra stress til langtidsfrisk, ved Jimmy Gørtz, foredragsholder og tidligere personalechef i SAS Ground Services A/S

Et dybdegående og underholdende foredrag om, hvordan et arbejdsmæssigt engagement over tid udgjorde en trussel mod helbred og familie. Også et foredrag om, hvordan man med hjælp fra venner, familie og arbejdskolleger kan genvinde balancen mellem familieliv og arbejdsliv.

### 6. Selvledelse ved Herbert Sørensen, HR-chef i Middelfart Sparekasse

Middelfart Sparekasse er nu for tredje gang kåret som årets arbejdsplads. Herbert Sørensen, HR-chef i sparekassen, fortæller om filosofien bag selvledelse. I Middelfart Sparekasse tror man på, at medarbejderne er ansvarsfulde. De vil gerne gøre deres bedste. Derfor behøver man ikke at kontrollere dem.



## fagligt synspunkt

af Ulla Lousen Hahn,  
formand for  
Branchesektion Produktion

## En gang skal jo være den første

**Som regel er min kalender godt booket**, og jeg er hurtig til at slå til, hvis jeg ser et interessant arrangement. Alligevel har jeg aldrig tidligere deltaget i Politisk Kulturel Konference. Men i år skal jeg af sted - for første gang.

Jeg har studeret programmet, og jeg er sikker på, at det bliver nogle spændende dage i Nyborg.

Jeg har hørt fra andre, at der er knald på den politiske debat, som indleder konferencen. Det er jo også en fantastisk mulighed for at møde nogle af de politikere, som har deres gang på Christiansborg, og som er med til at udstikke rammerne for vores liv. Så det kan da godt være, at jeg også vil gribe mikrofonen og stille dem et spørgsmål eller to.

Workshopdelen ser også rigtig god ud. Det er lykkedes at finde nogle vedkommende og meget forskellige oplægsholdere, så jeg er sikker på, at der er noget for enhver interesse og smag.

Men at tage på konference handler også om at møde nye mennesker. Både nogle, der har samme type job som en selv, arbejder i samme type virksomhed, og nogle, der har nogle helt andre forhold.

Jeg kommer altid hjem med nye kontakter, nye ideer og ny inspiration, som jeg kan bruge i min hverdag. Og tit og ofte hænder det også, at hvis jeg løber ind i et problem - udfordring om man vil - så kan jeg huske, at jeg har mødt en, som har stået i den samme situation, og at han eller hun fandt en god løsning på problemet. Så er det bare at gribe telefonen og lige høre, hvordan det nu var, at problemet blev tacklet.

Måske har du aldrig deltaget i et fagligt arrangement og sidder og tænker: Skal - skal ikke. Er det nu noget for mig?

Til det vil jeg bare sige: Spring ud i det. En gang skal jo være den første, og du kommer helt sikkert hjem med en vifte af ny viden og erfaringer, som du kan bruge i din hverdag.

Håber, vi ses!



# EN FAGLIG FRONTLØBER MED INDFLYDELSE

## Nina er typen, der når det hele. Hun er tillidsrepræsentant, medlem af flere bestyrelser og udvalg, mor til to og ivrig sportsudøver

Hun kalder sig selv en frontløber. Ikke en af dem, der nødvendigvis behøver at være i centrum, men hun kan li' at gå forrest. Li' at engagere sig og tage et ansvar.

Det gør 35-årige Nina Heidelbach dagligt. I sit job som indkøber for Aalborg Industries, i sit hverv som tillidsrepræsentant for funktionærerne samme sted, som medarbejdervalgt medlem af virksomhedens A/S-bestyrelse, som medlem af samarbejdsudvalget, formand for HK-klubben - og på hjemmefronten som mor til to skolesøgende børn.

For mange vil Ninas kalender være uoverskuelig, men for hende er det helt naturligt at have noget at rive i.

- Jeg er ikke typen, der sidder og kigger på mit ur for at se, hvornår jeg har fri. Jeg kan godt li', når der er noget at lave. Selvfølgelig var der ikke helt så meget fart på, som da børnene var små - men i kraft af at de er blevet større, er der også blevet mere plads. Det handler jo bare om at få tingene planlagt rigtigt, siger Nina.

### HJÆLP FRA BEDSTEFORÆLDRENE

Og planlægning er der brug for hjemme i huset i Østersundby, en lille by ved Vejgaard uden for Aalborg.

Her bor Nina, hendes mand, Jan, der også er fagligt aktiv, og Camilla på 8 og Mike på 11. Ud over parrets program har børnene fritidsinteresser, som betyder, at der hver dag sker noget ud af huset.

- De går på skift til fodbold to gange om ugen, og fredag er der fællessvømning. Jeg forsøger at arbejde fra 7-15 hver dag, og vi hjælper hinanden med at hente og bringe. Det sker, at det brænder på. Heldigvis bor begge hold bedsteforældre tæt på.

For nylig var der brug for bedsteforældrehjælp. Jan var til et fagligt aftenmøde, og Nina på kursus i tillidsrepræsentantledelse. Et af de mange kurser, hun efterhånden har taget i HK-regi.

- Det begyndte med, at jeg lige ville snuse til tillidsjobbet. Men så blev jeg grebet af det, og nu har jeg efterhånden taget mange kurser. Det er et spændende arbejde.

### INDFLYDELSE PÅ ARBEJDET

Nina startede som tillidsrepræsentant i 2006. Hendes forgænger skiftede job, og så sagde Nina ja til at overtage tjansen.

- Jeg gjorde det, fordi jeg godt kan lide at have indflydelse - og især i arbejdet i samarbejdsudvalget er jeg kommet tættere på beslutningerne. Det er selvfølgelig ikke altid, at ledelsen er med på vores ideer. Men generelt er de lydhøre, og jeg har været med til at få en masse gode ting igennem, siger Nina.

- Vi bor tæt på vores arbejde og børnenes skole. Det er altafgørende, at vi ikke har lang transporttid. Så kunne tingene ikke hænge sammen for os.

Kontaktperson vedr. Branchesektion Produktions sider: Jørgen Vestergaard, telefon: 98 18 66 47, e-mail: jorgenb@stofanet.dk  
Formand: Ulla Lousen Hahn, telefon: 30 59 43 27, e-mail: ullahahn@mail.dk  
Redaktionssekretær HK/Privat: Annemette Schou Refsgaard (DJ), telefon: 33 30 44 75, e-mail: 44ams@hk.dk

**VIDSTE DU, AT mithk.dk er en service, hvor du kan sammenligne din løn med den betaling, andre medlemmer får for at udføre et arbejde som dit?**

Hun har blandt andet sat sit fingeraftryk på Aalborg Industries rygepolitik og mobbepolitik. Ligesom hun har været med til at købe 13 spinningcykler, som nu befinder sig i virksomhedens fitnessrum. Cykler, som hun selv bruger mindst en gang om ugen.

- Det er en helt fantastisk mulighed, at vi ansatte kan nå at motionere, inden vi tager på eller fra arbejde. Et tilbud, som mange er glade for.

#### **IGENNEM ALLE FØLELSER**

De første år Nina var tillidsrepræsentant, var det netop positive problemer med sundhedsordning og nye medarbejdere, der tog tiden. I dag er problemerne ikke helt så opløftende.

- Vi er en produktionsvirksomhed, og vi har også kunnet mærke den finansielle krise. Sidste efterår skulle der fyres 100 medarbejdere - og 40 af dem var funktionærer. Det var absolut ikke sjovt. Du når hele følelsesregistret igennem, og som tillidsrepræsentant kommer man jo til at stå midt i det hele. Det giver nogle dilemmaer, fordi du egentlig gerne vil redde alle mennesker, men det kan du ikke, siger Nina, der er glad for, at der gik tre år, før hun skulle i gang med den del af jobbet.

- Var jeg blevet kastet ud i en fyringsrunde, umiddelbart efter at jeg var startet som tillidsrepræsentant, var det nok personligt forløbet noget anderledes. Det var godt for mig at lægge blødt ud, siger Nina, der har et godt trick, som hun bruger, hver gang der skal træffes mange og vanskelige beslutninger.

- Jeg løber nogle gange om ugen og er aktivt medlem af vores løbeklub. Når det strammer til, løber eller går jeg en tur, det renser hovedet og får mig til at tænke klart.

#### **DEN ANDEN SIDE AF SKRIVEBORDET**

For Nina er en frontløber, der aldrig vælger den nemmeste udvej - nemlig at smide håndklædet i ringen.

Hun tager det lange seje træk, ligesom hun har gjort det på sin arbejdsplads, Aalborg Industries. Her har hun været, siden hun kom i lære i 1995, lige bortset fra et slip på tre måneder.

For nylig kom hun tilmed i A/S-bestyrelsen, og det giver god mening, selv for en tillidsrepræsentant:

- Det har været godt at "komme på den anden side" af skrivebordet også, og at se det lidt fra ledelsens side. Det giver en bedre forståelse - og for mig personligt har det været godt at få vendt vinklen, siger Nina, der understreger, at hun ikke kunne holde til sit arbejde og program, hvis det ikke var for gode kolleger og opbakning fra gemalen.

- Min mand forstår mig jo. Han er også faglig aktivt, og på den måde bliver arbejdet en del af fritiden på både godt og ondt. Selv om der tit er fyraftensmøder og arrangementer, prøver vi også at prioritere tiden til hinanden. Der skal være tid til en middag en gang i mellem. □

- Jeg er den levende Mayland-kalender hjemme hos os. Det er mig, der holder styr på aftaler og møder og får det hele til at gå op. Indtil videre har det hængt meget godt sammen.



#### **OM AALBORG INDUSTRIES:**

Aalborg Industries er en global virksomhed med selskaber i hele verden. Omsætningen ligger tæt på 3 milliarder, hvoraf cirka 95 procent ligger uden for Danmark. Koncernens produktion foregår på egne fabrikker i Danmark, Kina, Brasilien og Vietnam og hos eksterne samarbejdspartnere. Medarbejderantallet i koncernen udgør cirka 2.600, heraf er der i Danmark ansat 500 medarbejdere.

Aalborg Industries' vigtigste forretningsområde er at lave, levere og vedligeholde produkter til marine og maritime olie- og gas-systemer. Eksempelvis dampkedler, varmegenindvindingskedler, termaloliekedler, brændere, styresystemer og varmevekslere.

#### **DEADLINE FOR KOMMENDE NUMRE**

Nr. 7 udkommer 27. august - deadline er overskredet.  
Nr. 8 udkommer 24. september - deadline er 23. august.  
Nr. 9 udkommer 22. oktober - deadline er 17. september.  
Indlæg til branchesektionssiderne sendes til Jørgen Vestergaard på mail: jorgenb@stofanet.dk