

Naturligvis

Kursuskatalog



20
20

Indhold

8. marts 2020	5
Arbejdsretsligt fokus	6
Danish model and workers right	7
Du skal tro, at du er noget	8
Farvel til stress - goddag til ro og styrke ...	10
FL - netværk	12
Gør din arbejdsplads mere køn og grøn!	14
Human Ressource Management (HRM) og ledelse	16
Hvilken type er du?	18
Hvordan taler vi egentlig sammen på arbejdspladsen?	19
Integrationsrepræsentant-uddannelsen	20
Karriereudvikling for kvindelige tillidsvalgte	24
Konflikt - kom videre sammen	26
Kvindelig Leder	28
Kvindelig meningsdanner	30
Kvindemod	32
Ledelse og forhandling i politisk styrede organisationer	34
LGBT-ligestilling på det danske arbejdsmarked	35
Mangfoldighedskørekort	36
Mangfoldighedsorganisering	44
Mangfoldighedsværksted	46
Meningsdanner for LGBT+ ligestilling	48

Mindfulness og stresshåndtering for øvede!	51
Mænd, fædre, barsel	52
Nedbring sygefraværet	54
Netværk for tillidsvalgte	55
Netværk for tillidsvalgte med minoritetsbaggrund	58
Psykologi - tæt på dig som tillidsvalgt	62
Stressvejlederen I	64
Stressvejlederen II	66
Stressvejlederen III	68
Stressvejlederen IV	70
Succes som tillidsvalgt	72
Temadag om Den danske Model for fagbevægelsens etniske medlemmer	74
Tonen på jobbet	76
Trivselskonferencen 2020	78
TR-træf for etniske minoriteter	80
Træf for FIU-Ligestillings lokale netværk	81
Videreudvikle dig som mentor	82
Vold i hjemmet	84
Økonomisk ledelse	85
År 2021	87
Afgangprojekt i diplomuddannelsen	87

Du sidder med FIU-ligestillingspartnerskabets kursuskalender for 2020

Vi er glade for, at flere og flere fagforbund tilslutter sig ligestillingspartnerskabet. I år er både Dansk Sygeplejeråd og HK kommet med. Med dannelsen af FH er der også kommet en bredere skare af kursister, idet adskillige organisationer fra det tidligere FTF nu også er deltagere i ligestillingspartnerskabets aktiviteter.

Det giver mening at mødes på tværs om ligestillingspolitiske temaer:

- Uligeløn findes i alle fagforbund, i alle jobs og på tværs af jobs med samme værdi. Dette er et oplagt område for fagbevægelsen at sætte fokus på i fællesskab
- Seksuel chikane forekommer desværre også på alle niveauer og i alle fag. I nogen mere end andre men, eksempler på, at især yngre kvinder er udsatte. Dette ses både på direktionsgangen og på "gulvet"
- Kvinders repræsentation i positioner med magt og penge er ringe, uanset hvor i samfundet man kigger hen. Der er derfor et bredt behov for empowerment af kvinder
- Fædres andel af barselsorloven er også en fælles udfordring, både at drøfte kulturen og rettighederne omkring
- LGBT+ personers trivsel og manglende mulighed for åbenhed er en udfordring på mange arbejdspladser uanset fag
- Og sidst, men ikke mindst, bør nævnes det kønsopdelte arbejdsmarked. At nedbryde dette er jo i sin natur tværfaglig

Med kursusudbuddet i Naturligvis 2020 forsøger vi at ramme ovennævnte udfordringer. Har du andre behov, hører vi gerne fra dig, og vil vi forsøge, at konstruere en aktivitet, der afhjælper behovet.

God arbejdslyst til os alle!
FIU-Ligestillingspartnerskabet*
August 2019

Finn Johnsen,
næstformand, Serviceforbundet

Majken Baarstrøm Kidmose
forbundssekretær, Dansk Metal

Søren Heisel,
forbundssekretær, 3F

Martin Rasmussen,
næstformand HK

Grete Christensen,
formand, Dansk Sygeplejeråd

*
FIU-Ligestilling er et partnerskab mellem Dansk Metal, Serviceforbundet, 3F, DSR (Dansk Sygeplejeråd) og HK med henblik på at udvikle og udbyde uddannelsesaktiviteter, der fremmer ligestilling bredt set.

Partnerskabet har eksisteret siden 2005.

www.fiu-ligestilling.dk viser både kursusaktiviteter og noget om historie og opbygning.

8. marts 2020

- fagbevægelsen fælles om Kvindernes internationale kampdag

Baggrund:

8. marts har arbejderbevægelsen fejret i over 100 år som Kvindernes internationale kampdag.

I FIU-Ligestilling sætter vi, traditionen tro, fokus på hotte ligestillingspolitiske temaer denne dag.

I 2020 falder 8. marts på en søndag. Vi vil derfor søge at synliggøre og festliggøre dagen over hele landet, derved kan så mange som muligt deltage.

Indhold:

På konferencen sættes fokus på et eller flere 2020-hotte ligestillingspolitiske emmer:

- Politiske visioner og muligheder – efter et Folketingsvalg og et Europaparlamentsvalg?
- Fagpolitiske handlemuligheder
- Nyt fra forskningen
- Indspark fra tillidsvalgte om udfordringer og muligheder på arbejdspladserne

Arbejdsform:

Vi vil bestræbe os på at 8. marts arrangementerne i hver by er to-delt. Således at hver by har sin egen individuelle del og der er en fælles del, hvor der er elektronisk kommunikation mellem byerne med mulighed for at stille spørgsmål og dele viden på tværs.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, valgte og ansatte i fagforeninger og fagforbund, samt øvrige ligestillingsinteresserede.

Tilmelding foregår gennem FIU-systemet i din lokale afdeling/fagforening, såfremt du er medlem af et forbund tilsluttet FIU-fællesskabet.

Deltagere fra andre forbund er også velkomne. Her skal tilmelding ske til Pia Haandbæk, Dansk Metal på mail: piha@danskmetal.dk med angivelse af navn, forbund, FIU-nr. og din fødselsdag.

Tid og sted:

Søndag den 8. marts i København.

Søndag den 8. marts i Aarhus.

Søndag den 8. marts i Aalborg.

Søndag den 8. marts i Odense.

Alle steder afholdes kl. 10.00 – 14.00.

FIU-nr.: 5207 20 00 00 (København).

FIU-nr.: 5207 20 00 01 (Aarhus).

FIU-nr.: 5207 20 00 02 (Aalborg).

FIU-nr.: 5207 20 00 03 (Odense).

Pris: Gebyrfrit

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Arbejdsretligt fokus

- på diskrimination, forskelsbehandling, ligebehandling, afskedigelse, bortvisning, chikane m.m.

Baggrund:

Der er næppe nogen tvivl i fagbevægelsen om HOLDNINGER til diskrimination, forskelsbehandling, ligebehandling, afskedigelse, bortvisning og chikane, men for at kunne sikre at holdningerne gennemføres i praksis, kan det være nødvendigt med juridisk BAGGRUNDSVIDEN.

Udbytte:

Målet med kurset er, at du kan blive skarp på argumenter og handlemuligheder, fordi du har juraen bag holdningerne på plads. Du bliver således en tillidsvalgt, der er svær/sværeste at komme udenom, fordi der er juridisk "hold" i din måde at argumentere på.

Indhold:

- Opsigelse og bortvisning – de mange faldgruber i de mange regler og de mange fyringer.
- Gennemgang af de forskellige regler, der forbyder diskrimination – ligebehandlingslov, ligelønslov, forskelsbehandlingslov mv.
- Hvordan tackles problemet over for arbejdsgiver?
- Sikring af dokumentation/beviser
- Hvor afgøres sagerne – domstole, nævn mv.
- Hvordan foregår sagen – fra krav til dom
- Hvad er konsekvensen af ulovlig diskrimination – genansættelse, godtgørelse, erstatning?
- Gennemgang af relevante domme/kendelser om diskrimination
- HVIS det passer tidsmæssigt, gennemføres et besøg i Arbejdsretten, hvor vi oplever en relevant sag

Målgruppe:

Valgte og ansatte i fagforeninger, samt tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

Underviser:

Claus K. Jensen, ArbejdsretsAdvokaten.

www.arbejdsretsadvokaten.dk

Tid og sted:

Torsdage den:

20. august, 3. september, 17. september, 1. oktober og 29. oktober.

Alle dage kl. 10.00 – 15.30.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. – eller Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 04

Pris: 9.375,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Danish model and workers right

Background:

To be a trusted person as a shop steward or health & safety representative doesn't mean that you have to solve all the problems for your colleagues at your workplace. But you will need tools and knowledge in order to handle and deal with all kinds of different situations regarding your negotiated labor rights and health & safety issues at your workplace.

At the same time it is also important to learn the competence to deliver and teach your colleagues to deal with some issues on their own.

All over objects:

We will be working with:

- All over view of Danish trade unions
- Welfare or workfare
- History of the labors struggle & trade unions in Denmark
- The Danish Model - flexicurity
- Trade unions structure
- Trade union organization and the values
- Introduction to the different sectors
- The rolls and the functions of Shop steward and health and safety reps.
- The collective agreements
- The dispute system
- Employer clubs
- Exercising bargaining & negotiation
- Exercising writing notes & summery
- Communication & collaboration
- Exercising conflict management & bridge building
- Organizing

Dates & Place:

Kick start:

28th of February at 19.00 - 1st of March until 13.00.

Place: Copenhagen.

Second part:

27th of March at 19.00 - 29th of March until 13.00.

Place: Fyn.

Third part:

24th of April at 19.00 - 26th of April until 13.00.

Place: Jylland.

Final part:

26th of June at 19.00 - 28th of June until 13.00.

Place: Copenhagen.

FIU-nr.: 5247 20 00 00

Pris: 29.575,00 kr.

Further questions & inquiries contact:

Anthony Sylvester,3F

anthony.sylvester@3f.dk

Du skal tro, at du er noget

- vær stjernen i dit eget liv

Baggrund:

Det kræver mod at stå frem som tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant. På dette kursus lærer du at være stjernen i dit eget liv. Vi stiller skarpt på dig og dine stærke sider. Vi styrker din tro på dig selv. Vi klæder dig på til at sige din mening og gøre en positiv forskel for dig selv, din fagforening, dine kolleger og i samarbejdet med din ledelse.

Udbytte:

På dette kursus får du værktøjer til at:

- Styrke troen på dig selv
- Definere din rolle som tillidsvalgt
- Gøre en positiv forskel
- Styrke samarbejdet med ledelsen og kollegerne
- Sætte dig personlige mål
- Træne din gennemslagskraft
- Vinke farvel til flinkeskolen
- Kommunikere med overbevisning
- Være stjernen i dit eget liv

På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, så du føler dig tryk, styrket og godt tilpas.

Tag en kollega eller to med på kurset, så I sammen kan bruge værktøjerne til at gøre en positiv forskel på jeres arbejdsplads til gavn for kollegaerne, arbejdspladsen og bundlinjen.

Indhold:

- Styrk dit selvværd
- Sæt dig et stærkt mål
- Find dine mærkesager
- Gør en forskel for dine kolleger
- Afgræns din rolle som tillidsvalgt
- Sæt personlige grænser
- Tag ordet med ro i maven
- Find din gode energi

Undervisere:

Anne-Mette Barfod og Signe Hegestand.

Anne-Mette Barfod er cand.polit. og journalist, og startede Powerkvinderne i 2009, som arbejder for at gi' kvinder styrke. Anne-Mette har mange års erfaring fra kommunikationsbranchen og arbejder med personlig branding, assertion og gennemslagskraft.

Signe M. Hegestand er autoriseret privatpraktiserende psykolog. Hun har i mange år arbejdet med mennesker, der har været i nedbrydende relationer. Hun har fokus på at genopbygge selvværd og selvtillid. Desuden har hun arbejdet med motivation og meningsfuldhed gennem mange år.

Målgruppe:

Kvindelige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger.

Tid og sted:

Mandag den 11. maj kl. 11.00 -
onsdag den 13. maj kl. 15.00.

Kurset er et 2 dages internatkursus og afholdes et hyggeligt, spændende sted tæt ved natur (ikke hovedstadsregionen), hvor vi hjælpes ad med at tilberede mad.

FIU-nr.: 5207 20 00 05

Pris: 9.375,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Farvel til stress - goddag til ro og styrke ...

Baggrund:

Som tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant oplever du måske, at der er utallige krav og forventninger til dig, som kan stjæle din nattesøvn og din opmærksomhed, når du har fri. Dette er et kursus, hvor du får værktøjer, som vil give dig større ro og overblik.

Vi vil arbejde med forskellige værktøjer fra både moderne psykologi, mindfulness og et særligt værktøj "den tillidsvalgtes rum", der åbner mulighed for at reflektere over og fordybe os i udvalgte velkendte problematikker.

At forebygge stress er et arbejdsgiveransvar og et emne der håndteres i et fællesskab. På dette kursus har vi fokus på det individuelle. På at blive bedre til at håndtere det tidspres der er på dig som tillidsvalgt med de mange forventninger og krav.

Vi vil se på, om der er sammenhæng mellem det du ønsker og det du opnår gennem dine handlinger. For når der er overensstemmelse mellem din intention og det du gør, vil du opleve dig energifyldt. Kurset, der er for begyndere, har ry for at give et stort personligt udbytte, der både kan bruges privat og i arbejdslivet.

Udbytte:

Du vil opnå:

- Klarhed, som muliggør effektive beslutningsprocesser og derved større gennemslagskraft i dit arbejde som tillidsvalgt
- Større rummelighed og evne til at værdsætte mangfoldighed blandt kolleger generelt og specielt i forhold til køn og minoriteter
- Større overblik som menneske og tillidsvalgt
- Styrket evne til kunne fokusere på dine mål, også i belastende situationer
- Bedre balance og mere glæde i dit tillidshverv
- Opmærksomhed på begrænsende tankemønstre
- Klarere og bedre kommunikation og indlevelse overfor dine medlemmer og ledelse, uanset hvilke problematikker du møder
- Nærvær, ro og tålmodighed

Indhold:

Et kursus hvor du får værktøjer til at opnå:

- Skærpet opmærksomhed, bl.a. på mænd og kvinders udfordringer
- Bedre beslutninger og større gennemslagskraft
- Større accept af dig selv og andre
- Dybere ro når du slapper af
- Større modstandskraft overfor belastninger

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger.

Så vidt muligt lige mange mænd og kvinder.

Deltagere:

Minimum 8 - max. 12 deltagere.

Underviser:

Alex Haurand, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

Spørgsmål kan mailes til:

alex@haurand.dk

Tid og sted:**Modul 1:**

Torsdag den 27. august kl. 11.00 -
fredag den 28. august kl. 14.00.

Modul 2:

Torsdag den 1. oktober kl. 11.00 -
fredag den 2. oktober kl. 14.00.

Kurset er et internatkursus bestående af to moduler og afholdes på et dejligt sted med mulighed for hygge og naturoplevelser. Vi hjælpes ad med at lave mad.

Kurset er delt i 2 moduler á to dage. Den mellem-liggende periode er tænkt som en træningsperiode.

På første modul præsenteres du for en række teknikker og øvelser og det vil være en stor fordel for dig, hvis du kan afsætte en 14 dages periode med ½ times træning hver dag.

På andet modul får du yderligere redskaber samtidig med, at vi sammen evaluerer træningsperioden og du får personlig feedback på, hvad du som tillidsvalgt med fordel kan arbejde videre på.

FIU-nr.: 5207 20 00 06

Pris: 7.375,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

FL - netværk

Baggrund:

FL - netværket henvender sig til centralt placerede kvinder i fagbevægelsen, der gerne vil være offensive og gøre en forskel i almindelighed og på ligestillingsområdet specifikt.

FL står for "Feministiske Ledere" og møderækken ses som en netværksmøderække, med spændende input, hvor der også kan være uformel kontakt mellem møderne.

Udbytte:

Du vil få ny viden, nye tal, handlemuligheder og argumenter for at omsætte ligestilling på nye moderne måder i udviklingen af fagbevægelsen, arbejdsmarkedet og dit eget job.

Du vil få inspiration, støtte og netværk til din egen karriereudvikling. Du vil møde forskere, politikere, kunstnere og andre, der har gjort sig bemærket på ligestillingsområdet om fremtidens arbejdsmarked og fremtidens fagbevægelse.

Du vil få nyheder, pjecer, bøger og tilbud om deltagelse i diverse arrangementer. Der forventes at være netværksdannelse med kvinder fra fagbevægelsen i andre lande.

Indhold:

Der vil blive taget fat på nogle af de store forandringer, der pt. sker på arbejdsmarkedet og internt i fagbevægelsen. Vi ser desuden på hvad de betyder for ligestilling. Vi vil ligeledes drøfte de nye muligheder og åbninger, som Folketingsvalg og Europaparlamentsvalget i 2019 giver for ligestilling på arbejdsmarkedet.

Konkret program er færdigt ca. 1. oktober 2019 og kan ses på: www.fiu-ligestilling.dk

Værtinde og kursusleder:

Nina Groes. Tidligere direktør i KVINFO.

Se evt. mere på:

<https://www.foreningendivers.dk/teamet>

Program:

Et møde vil typisk være struktureret sådan:

Kl. 16.15 - 16.45: Ankomst, kaffe, runde med nyt siden sidst

Kl. 16.45 - 18.15: Oplæg/input fra ekspert, politiker, netværk, inspirator, meningsdanner o.l.

Kl. 18.15 - 19.15: Et let måltid, et glas vand/vin, hvorunder vi drøfter pointer fra eftermiddagens oplæg og hvordan disse kan bruges individuelt og i egen organisation

Målgruppe:

Kvindelige ledere, konsulenter, valgte og ansatte i fagbevægelsen. Det kan være ledere og konsulenter fra forbundshuse og andre institutioner, samt formænd/næstformænd, faglige sekretærer og bestyrelsesmedlemmer.

Tid og sted:

Der afholdes 8 netværksmøder fordelt henover året.

Torsdage den:

6. februar, 12. marts, 30. april, 11. juni, 27. august, 24. september, 29. oktober og 3. december.

Alle dage kl. 16.15 - 19.15.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 07

Pris: 7.950,00 kr.

Ansøgning om deltagelse sker i din egen fagforening.

Såfremt du er medlem af et forbund tilsluttet FIU, skal tilmelding ske i FIU-sys på ovenstående FIU-nr.

For deltagere fra andre fagforeninger kan tilmelding ske til Pia Haandbæk på mail: piha@danskmetal.dk med angivelse af din fødselsdato og adressen, hvortil faktura for kursusgebyr skal sendes.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Gør din arbejdsplads mere køn og grøn!

- en halvdags workshop om køn, klima og bæredygtige arbejdspladser for unge tillidsvalgte

Baggrund:

Både forskere, aktivister og skoleelever råber højt om klimaforandringerne, og det nye regeringsflertal har lige indgået, det som kaldes en "historisk ambitiøs klimaaftale", hvor man vil reducere udledningen af drivhusgasser med 70 procent. Men hvad ligger bag kampråbene og overskrifterne, og hvilken rolle kan man spille som tillidsrepræsentant i forhold til, at gøre fremtiden og sin arbejdsplads mere grøn? Hvordan kan fagbevægelsen arbejde for en grøn omstilling, er socialt retfærdig, styrker ligestilling og er økonomisk bæredygtig? Har unge en særlig rolle at spille?

Vi ved at jordens klima forandrer sig, som resultat af menneskets udledning af drivhusgasser. Naturen er under pres og massevis af arter uddør. Denne udvikling har også en betydning for menneskers sundhed, livsgrundlag og udviklingsmuligheder. Men rammes vi alle sammen på samme vis? Hvilken forskel gør det om man bor i Danmark eller et andet sted i verden? Og hvilken rolle spiller køn – både når vi ser på konsekvenserne af klimaforandringerne – og når der skal findes løsninger?

Det er spørgsmål som denne workshop vil beskæftige sig med.

Udbytte:

På workshopen får du sammen med andre unge tillidsvalgte indblik i de vigtigste diskussioner relateret til miljø, klima og bæredygtighed. Så du kan orientere dig og deltage i den offentlige debat. Du får viden om, hvordan klimakampen hænger sammen med køn, ligestilling og andre kampe for social retfærdighed. Til sidst sætter vi denne viden i spil i forhold til din arbejdsplads og fagforening. Du får redskaber til, hvordan du kan påvirke din arbejdsplads til at blive mere bæredygtig og grøn.

Indhold:

- Et historisk indblik i miljø, klima og bæredygtighed. En grundlæggende introduktion til natur- og klimakrisens årsager
- Indblik i FN's 17 Verdensmål for bæredygtig udvikling og "Parisaf-talen"
- Et køns- og ulighedsperspektiv på årsager, konsekvenser og løsninger på klimakrisen
- Viden om og indsigt i metoder og redskaber til, at arbejde med bæredygtig omstilling på din egen arbejdsplads
- Redskaber og inspiration til at tænke arbejdsmiljø, bæredygtighed og ligestilling på arbejdspladsen
- Inspirerende eksempler på hvordan individer, foreninger og virksomheder arbejder med bæredygtig omstilling i dag

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, valgte og ansatte i fagforeninger, samt andre interesserede.

Denne workshop er særligt rettet imod unge tillidsvalgte.

Underviser:

Jacob Rask er uddannet miljøplanlægger fra RUC og brænder for demokrati og bæredygtighed.

Han har gennem mange år været engageret i kampen for klima-, natur- og bæredygtig omstilling, både frivilligt og professionelt bl.a. gennem miljøorganisationen "NOAH og initiativet www.saaerdet.nu".

Han holder foredrag og workshops om bæredygtighed, og underviser gennem øvelser som engagerer både hoved, hænder og hjerte. I øjeblikket arbejder han også på en håndbog om demokratiske og medarbejderejede virksomheder.

Tid og sted:

Torsdag den 23. januar kl. 10.00 - 15.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. - eller Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 08

Pris: 1.975,00 kr.

Ansøgning om deltagelse sker i din egen fagforening.

Tovholder:

Kristine Raunkjær, Dansk Metal

Spørgsmål kan mailles til:

krer@danskmetal.dk

Human Ressource Management (HRM) og ledelse

- et valgfag i diplomuddannelsen i ledelse

- giver 5 ECTS-point

Baggrund:

For at være at stærk tillidsvalgt i fagbevægelsen er det vigtigt at have viden, færdigheder og kompetencer til at inddrage human ressource management perspektiver i dit eget arbejde, og i dit med- og modspil overfor arbejdsgiver.

Udbytte:

På kurset får du viden om og forståelse af perspektiver, teorier, begreber og metoder indenfor HRM. Hvordan du selv kan bruge dem i praksis, samt reflektere over hvordan virksomheder bruger disse eller ikke bruger disse.

Indhold:

- Analysere, vurdere, vælge og anvende HRM metoder og redskaber i løsning af praktiske ledelsesopgaver såvel på strategisk, som taktisk og operativt niveau samt begrunde valget
- Understøtte, at de nødvendige kompetencer er til stede inden for eget ledelsesområde gennem tiltrækning, fastholdelse, udvikling og afvikling af medarbejdere under hensyntagen til, at vi arbejder i fagbevægelsen og er offensive i forhold til ligestilling og integration
- Håndtering af komplekse HRM-problemstillinger som en del af egen ledelsesmæssige praksis under hensyntagen til den organisatoriske kontekst
- Medvirke til udvikling og gennemførelse af HR-tiltag i et mangfoldighedsperspektiv

Målgruppe:

Valgte og ansatte i fagforeninger, arbejdspladstillsvalgte der har en akademiuddannelse eller en kort videregående uddannelse. Er du i tvivl om du kan optages på modulet er du velkommen til at maile til tovholderen.

Underviser:

Der tilknyttes en ekstern dygtig underviser, der fører holdet til eksamen. FIU-Ligestilling indgår aftale med en uddannelsesinstitution, der har de formelle rettigheder til at gennemføre den kompetencegivende eksamen.

Tid og sted:

Torsdage den:

30. april, 14. maj, 28. maj, 18. juni og 13. august.

Alle dage kl. 14.00 - 19.00.

Eksamen afholdes torsdag den 10. eller 17. september i dagtimerne.

(Endeligt tidspunkt aftales på holdet).

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. - eller Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 09

Pris: 9.200,00 kr.

Ansøgning om deltagelse sker i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Hvilken type er du?

- og hvordan møder du bedst andre persontyper?

Baggrund:

Som tillidsvalgt er du afhængig af at forstå dine medlemmers interesser og motivationer. For at få gode forhandlingsresultater er du afhængig af, at dine samarbejdspartnere "køber" dine ideer og argumenter. Det bliver lettere for dig, når du kan kommunikere med baggrund i viden om persontyper.

Udbytte:

Gennem kurset får du indblik i forskellige persontyper og deres drivkræfter. Du bliver bevidst om din egen persontype, hvilke typer du har nemt ved at samarbejde med og hvilke typer, du bliver udfordret af at samarbejde med. Endelig kommer vi ind på forskelle mellem kvinders og mænds persontyper.

Indhold:

- Introduktion til Adizes' fire persontyper
- Hvilke typer er du primært? Test af din adfærdstype
- Typiske konflikter mellem typerne
- Hvordan samarbejder du med de typer, der ligner dig mindst?
- Hvilke argumenter "tænder" de forskellige typer på?
- Hvordan adskiller kvinders og mænds gennemsnitlige persontyper sig?
- Øvelser i at kommunikere forskellige problemstillinger og forslag til samarbejdspartnere

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger/fagforbund.

Underviser:

Ingeborg Østergård, der har stor erfaring med køn og kommunikation.

Se mere på:

<http://www.kvinfo.dk/side/633/action/2/vis/2758/>

Tid og sted:

Onsdag den 27. maj kl. 10.00 - 15.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. - eller Dansk Metal, Molestien 7, 2350 København SV.

Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 10

Pris: 2.975,00 kr.

Ansøgning om deltagelse sker i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Hvordan taler vi egentlig sammen på arbejdspladsen?

Baggrund:

Forhåbentlig er omgangstonen mellem kolleger for det meste god og hjertelig. Sommetider sker det alligevel, at nogen kolleger ikke finder sig tilpas med tonen. Det kan være bemærkninger, som opfattes som krænkende eller nedsættende, og hvis tingene får lov til at udvikle sig, bliver der måske tale om mobning, chikane, seksuel chikane eller racisme. Formålet med kurset er at skærpe din opmærksomhed over for, hvordan I taler sammen på din arbejdsplads.

Udbytte:

På kurset får du en forståelse for hvordan omgangstone præger arbejdsmiljøet, og du bliver opmærksom på, hvilke signaler du kan lægge mærke til, i jeres kommunikation. Dette er forudsætningen for at arbejde med en ændring af samtalekulturen. En kultur der betyder meget for, om der er et chikanefrit miljø.

Indhold:

- En kort introduktion til begreberne synlig og usynlig kultur
- Forskellen på humor, ironi og sarkasme
- Værktøj til at diskutere omgangstonen på arbejdspladsen
- Afprøvning af et par praktiske situationer

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger.

Underviser:

Ingeborg Østergaard, der har særlige kompetencer indenfor køn, ligestilling, kommunikation og forhandling.

Se evt. mere på KVINFO's ekspertdatabase:

<http://www.kvinfo.dk/side/633/action/2/vis/2758/>

Tid og sted:

Mandag den 25. maj kl. 10.00 - 15.30.
(København).

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. - eller
Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

*Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

Mandag den 7. september kl. 10.00 - 15.30.
(Aarhus).

3F-Aarhus, Rymarken 4, 8210 Aarhus V.

FIU-nr.: 5207 20 00 11 (København).

FIU-nr.: 5207 20 00 12 (Aarhus).

Pris: 2.975,00 kr. pr. kursus.

*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen
fagforening.*

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Integrationsrepræsentant-uddannelsen

Baggrund:

Det er formålet med uddannelsen, at udvikle mulighederne i den del af funktionen hos tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der retter sig mod at skabe multikulturelle arbejdspladser, hvor medlemmer med anden baggrund end dansk integreres og hvor alle trives bedst muligt.

Udbytte:

Det er målet, at du gennem uddannelsen får kompetence til:

- At bygge bro mellem de forskellige medarbejdergrupper på arbejdspladsen, samt opbygge og opretholde solidaritet og fællesskab. Herunder arbejde for at arbejdsmiljøet er inkluderende og præget af respekt, kollegaerne imellem
- At formidle viden om de forskellige kulturelle koder, normer og værdier til alle medarbejdere og ledelse
- At agere som "fagforenings-ambassadør" overfor minoritetsgrupper
- At oversætte "Den danske Model" og dennes betydning i det danske samfund, samt måden den fungerer på for medarbejdere med forskellige etniske, nationale og religiøse baggrunde

Indhold:

Integrationsrepræsentant-uddannelsen består af fem moduler af tre dages varighed.

Modul 1: Det multikulturelle samfund

- Introduktion, præsentation og teambuilding
- Nationalstaten Danmark
- Indvandringen i et historisk perspektiv – Danmark og i verden
- Globaliseringens udfordringer
- Demografiske ændringer og muligheder
- Begrebsafklaringer

Modul 2: Udfordringerne på en mangfoldighedsarbejdsplads

- Tillidsvalgtes rolle og ansvar på en mangfoldig arbejdsplads
- Kulturel, etnisk og religiøs identitet og dens betydning for den enkelte
- Kulturel selvforståelse og ståsted
- Identitetsbegreber, grupperinger, stereotype opfattelser og fordomme
- Kulturel mangfoldighedskonfliktfælder på en arbejdsplads
- Interkulturel forståelse og kommunikation på tværs af kulturer

Modul 3: Kulturernes ansigter og farver

- Opdagelsesrejser i de forskellige kulturer i Danmark
- Identificering af de forskellige kulturer, som præger de danske arbejdspladser nu og i fremtiden
- Værktøjer til at identificere de synlige/usynlige kulturelle adfærd kontra personlighedsadfærd
- Viden om hvordan kulturer fungerer og hvordan de ubevidst præger vores hverdagshandlinger
- Besøge minoritetsmiljøer i Danmark

Modul 4: Identificering og håndtering af barrierer på ”begge sider”

- Tilsigtet eller utilsigtet eksklusion
- Mangfoldige og inkluderende overenskomster
- Racisme og diskrimination
- Konfliktforebyggelse og - løsning
- Den praktiske håndtering af en mangfoldighedsarbejdsplads
- Den organisatoriske håndtering af en mangfoldighedsarbejdsplads
- Integrationsrepræsentant-træning med cases, rollespil og øvelser

Modul 5: Forsat - Identificering og håndtering af barrierer på ”begge sider”

- Tilsigtet eller utilsigtet eksklusion
- Mangfoldige og inkluderende overenskomster
- Racisme og diskrimination
- Konfliktforebyggelse og - løsning
- Den praktiske håndtering af en mangfoldighedsarbejdsplads
- Den organisatoriske håndtering af en mangfoldighedsarbejdsplads
- Afrunding og evaluering
- Integrationsrepræsentants-træning med cases, rollespil og øvelser

Kurserne vil foruden formidling være baseret på case-baseret undervisning, der kan bidrage til at visualisere forhold og gøre diskussionen om dem nærværende og relevant. Gruppearbejde baseret på såkaldt ”Cooperative Learning”, der tager afsæt i kursisternes aktive indbyrdes samarbejde, samt rollespil, hvor de enkelte kursisters kulturelle selvforståelse, generaliserende holdninger og fordomsfulde holdninger bliver synlige.

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

Underviser:

Anthony Sylvester er kursusleder og den der sørger for "den røde tråd" i uddannelsesforløbet.

Derudover deltager mange forskellige gæsteundervisere, eksperter og personligheder. Jesper Schäfer Munk, Hafida Bouylud, Jean Petersen, samt Vinay Sharma, Annie Labaj, Mohamad Elsadi and Peter Kennedy fra UNIFOR Canada.

Tid og sted:

Uddannelsen består af fem moduler og afholdes fem forskellige steder i landet.

Flere af stederne, der skal vi besøge kulturelle miljøer – der indgår i undervisningen.

Modul 1:

Onsdag den 26. februar kl. 12.00 – fredag den 28. februar kl. 13.00.

Afholdes i København.

Modul 2:

Mandag den 27. april kl. 12.00 – onsdag den 29. april kl. 13.00.

Afholdes i Århus.

Modul 3:

Onsdag den 24. juni kl. 12.00 – fredag den 26. juni kl. 13.00.

Afholdes i Odense.

Modul 4 & 5:

Lørdag den 5. september – fredag den 11. september.

På felttur.

Uddannelsen indeholder ophold, fortæring, materialer, undervisning og ekskursioner til relevante naboområder fra kursusstedet.

Tilmelding til alle 5 moduler samlet.

FIU-nr.: 5247 20 00 01

Pris: 29.975,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Karriereudvikling for kvindelige tillidsvalgte

Baggrund:

Kvinder bruger ofte beskedne ord og vendinger, når de skal beskrive sig selv. Ved jobsøgning fokuserer de ofte på de få kvalifikationer, de ikke har i stedet for at fokusere på de mange, de rent faktisk har! De holder sig ofte lidt tilbage og tænker, at hvis bare de arbejder hårdt nok, så vil andre få øje på deres potentiale. I forhold til karriere og arbejdsvilkår sætter kvinder ofte deres mål lavere, end de i virkeligheden har evner og kvalifikationer til. Hvis du kan genkende nogle af de ovenstående beskrivelser, så er dette kursus noget for dig.

Udbytte:

Kurset giver dig indsigt i dine egne styrker og udviklingsområder – og mulighed for at fungere mere optimalt som tillidsvalgt.

Du bliver i stand til klart at definere egne egenskaber og kvalifikationer og at anvende dem, så du bliver mere synlig i din funktion som tillidsvalgt – til glæde for både dig selv, dine kolleger og din fagforening.

Du udarbejder en handlingsplan for videreudvikling med klare mål for din fremtidige karriere.

Indhold:

På kurset får du alle de værktøjer, du skal bruge i forhold til at få det arbejdsliv, du ønsker og den funktion som tillidsvalgt, du ønsker.

- Få styr på dine personlige ressourcer og styrk din gennemslagskraft
- Kend dine jobværdier og værdier som tillidsvalgt og lær at leve efter dem
- Forstå forskellen på mænd og kvinders kommunikation og bliv bedre til at kommunikere med dine mandlige kolleger, chefer og andre samarbejdspartnere
- Bliv bedre til hverdagens forhandlinger
- Præsenter dine kvalifikationer og egenskaber bedst muligt
- Bliv mere synlig og opnå større anerkendelse og respekt fra dine omgivelser
- Se nye muligheder og sæt større mål for din karriere

Målgruppe:

Kvindelige tillidsvalgte, der vil mere med deres arbejdsliv og med deres funktion som tillidsvalgt, samt kvinder, der gerne tager et karrierespring.

Underviser:

Jytte Hollender, der har specialiseret sig i karriereudvikling for kvinder.

Se evt. mere på: www.hollender.dk

Lille Forberedelsesopgave inden kurset:

Test/eksperiment – noget nyt, en lille ting, du prøver af mellem kursusdagene, som du er inspireret til den første dag.

Opfølgningskontakt pr. mail efter begge dage.

Tid og sted:**Torsdage den**

26. marts og 23. april.

Begge dage kl. 10.00 – 15.30.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. – eller Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 13

Pris: 6.100,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Konflikt - kom videre sammen

- et kursus i Genoprettende Konfliktbehandling

Baggrund:

Vil du skabe en bedre dialog-kultur på din arbejdsplads, løse gamle uoverensstemmelser og være bedre klædt på til fremtidige konflikter? Så er dette kursus noget for dig.

Konflikter er skyld i, at vi spilder mange menneskelige ressourcer. Vi undgår hinanden, sladrer, skændes, får stress og ondt i maven. Men konflikterne fortæller også noget vigtigt om vores relationer - og heldigvis kan vi lære at tage hånd om dem.

Genoprettende Konfliktbehandling er specielt egnet ved mobning, grupperinger som bekriger hinanden, seksuel chikane eller personale, der bliver stressramte på grund af uløste konflikter.

Udbytte:

På kurset lærer du redskaber til Genoprettende Konfliktbehandling, bliver opmærksom på uhenigtsmæssigt konfliktkultur, træner empatisk lytning og lærer at holde samtaler som kan genoprette sammenhold og tillid. Til sidst samler vi alle elementer, og underviseren vil støtte dig i at udarbejde en konfliktbehandleplan, på baggrund af et besøg på din arbejdsplads - i dit tempo og med højde for de specifikke udfordringer, som I har. Du vil også lære, hvordan du involverer kollegaerne i den fælles plan, så I kommer videre sammen og får (gen)opbygget tilliden.

Indhold:

På kurset, arbejder vi med:

- At forstå principperne i Genoprettende Konfliktbehandling
- At finde støtte i dig selv og i andre
- At inddrage fællesskabet
- At facilitere genoprettende konfliktbehandleplaner
- At udarbejde en genoprettende konfliktbehandleplan
- At arbejde med de strukturelle forhold i konflikter i forhold til køn, etnicitet og andre kategorier

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger og andre, som vil have indsigt i Genoprettende Konfliktbehandling.

Underviser:

Di Ponti er en af pionererne inden for Genoprettende Konfliktbehandling i Danmark og har mange års erfaring som facilitator og som underviser. Di arbejder med aktivister, foreninger, institutioner, virksomheder, tillidsvalgte og andre.

Tid og sted:

Introduktion:

Onsdag den 26. februar kl. 10.00 - 17.30, samt mulighed for kulturel oplevelse om aftenen.

Torsdag den 27. februar kl. 8.30 - 15.00.

Der er mulighed for overnatning, når man bor mere end 60 km væk.

Opfølgning:

Tirsdag den 24. marts kl. 10.00 - 15.00.

Onsdag den 13. maj kl. 10.00 - 15.00.

Arbejdspladsbesøg:

I april - maj vil du få besøg af underviseren på din arbejdsplads og få hjælp til at bringe det i spil, som du lærer på kurset, såfremt du er interesseret heri. Dato for besøget fastlægges på første kursusgang.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. - eller Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 14

Pris: 6.975,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Kristine Raunkjær, Dansk Metal

Spørgsmål kan mailles til:

krer@danskmetal.dk

Kvindelig Leder

Baggrund:

Drømmer du om at skabe forandring på din arbejdsplads, i din organisation eller i din fagforening? Vil du have redskaber til at gå forrest og forbedre i fællesskab med andre? Er du tillidsvalgt og kvinde? – så er "Kvindelig Leder" noget for dig!

"Kvindelig Leder" er for tillidsvalgte kvinder, der gerne vil styrke deres kompetencer i forhold til at skabe og motivere fællesskaber – og som har viljen og modet til at samle andre om et nyt projekt og skabe forandring i deres faglige arbejde.

Formålet er, at kvindelige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt andre tillidsvalgte påtager sig et større offensivt lederskab i deres tillidshverv. Denne lederskabsuddannelse giver dig redskaber til at forandre og at forene eksempelvis kolleger om en fælles sag. Med lederskab mener vi altså ikke det at være chef eller at have stjerner på skulderen, men i stedet at du har viljen, modet og redskaberne til at gå forrest i at skabe forandringer og motivere andre til at gå med.

"Kvindelig Leder" er derfor ikke en titel, men en måde du kan arbejde på, der styrker fællesskabet og Jeres sag.

Udbytte:

Når uddannelsen er færdig, vil du være en stærkere leder i den forstand, at du kan involvere og engagere andre til at udarbejde projekter sammen med dig på din arbejdsplads og i fagforeningen. Desuden vil du tage hjem med en større tro på dine egne evner, være i stand til at styrke andres mod, og du vil have et stærkt netværk af andre stærke kvindelige tillidsvalgte.

Indhold:

- Skab og styrk relationer
- Strategi og forandring
- Ligestilling nu og i fremtiden
- Personligt lederskab i fremtidens fagbevægelse

Som "kvindelig leder" vil du gennem hele uddannelsen udarbejde praktiske øvelser og blive trænet i lederskabsopgaver, der vil gøre dig dygtig til at engagere og motivere andre til, sammen med dig, at gennemføre projekter og aktiviteter.

Uddannelsen bygger på bogen Deltagereffekten, som er skrevet til fagligt aktive, tillidsfolk og medarbejdere i fagbevægelsen, og er udgivet af Huset DeltagerDanmark og Konventum i partnerskab med 3F, BUPL, Dansk Socialrådgiverforening, Danmarks Lærerforening, Dansk Sygeplejeråd, FOA, Fødevareforbundet NNF, LO (nu FH), HK Privat Østjylland & HK Service Hovedstaden.

Målgruppe:

Kvindelige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt andre tillidsvalgte. Vi anbefaler, men det er ikke et krav, at du i forvejen har erfaring med organisering, f.eks. gennem grunduddannelsen.

Undervisere:

Undervisningen gennemføres af et team af undervisere fra Huset DeltagerDanmark, samt en række inspirerende gæsteundervisere, der ved noget om lederskab både i teori og praksis.

Der er konkret arbejde forbundet med uddannelsen, idet du skal arbejde med en forandring du selv ønsker. Efter tilmeldingen bliver du kontaktet af undervisere på uddannelsen med henblik på, at I sammen afklarer dit projekt for uddannelsen.

Tid og sted:

Kurset er på 7 dage fordelt over 3 moduler med overnatning og fuld forplejning.

Modul 1:

Mandag den 31. august kl. 11.00 -
onsdag den 2. september kl. 15.00.

Modul 2:

Tirsdag den 6. oktober kl. 11.00 -
onsdag den 7. oktober kl. 15.00.

Modul 3:

Torsdag den 5. november kl. 11.00 -
fredag den 6. november kl. 15.00.

Modul 1 og 3 afholdes:

Metalskolen Jørlunde
Slagslundevej 13
3550 Slagslunde

Modul 2 afholdes:

Hotel Christiansminde
Christiansmindevej 16
5700 Svendborg

FIU-nr.: 5207 20 00 15

Pris: 29.950,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.
Spørgsmål kan mailles til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

Kvindelig meningsdanner

Baggrund:

Danmark har brug for aktive kvinder, der har erfaringer fra virkeligheden, noget på hjertet og modet til at gøre en forskel. Færre end hvert tredje debatindlæg har en kvinde som afsender. Hele 8 ud af 10 kilder i medierne er mænd. De fleste politikere og debattører er akademikere – og kun få er fra fagbevægelsen. Det er et problem for Danmark og demokratiet, fordi vi mister vigtige stemmer, perspektiver og indsigter.

Derfor har Tænk tanken Cevea i samarbejde med FIU-Ligestilling udviklet uddannelsen "Kvindelig meningsdanner". Her er målet at udstyre dig med redskaberne, modet og fællesskabet til at træde frem med dine egne erfaringer.

Uddannelsen er adskillige gange gennemført med succes, og den videreudvikles endnu en gang i 2020 med et særligt fokus på at synliggøre udfordringer på arbejdsmarkedet for kvinder.

Synes du også, at kvinder er underrepræsenterede i medier, debat og politik? Så lær at træde et skridt frem i debatten på Kvindelig meningsdanner!

Udbytte:

Når uddannelsen er færdig, vil du fremstå stærkere som meningsdanner på din arbejdsplads, i din fagforening og i medierne. Men lige så vigtigt: Med en større tro på, at vi sammen kan skabe forandring og opnå sejre – og få din egen mulighed for at være en del af forandringen.

Indhold:

Uddannelsen vil:

- Give dig redskaber til at fortælle din og dine kollegers historie
- Træne dig i både mundtlige og skriftlige kommunikationsformer
- Inspirere dig til din personlige kommunikationsstrategi fra kvinder, der med succes kommunikerer i det offentlige rum
- Gøre dig skarp i brugen af sociale medier som Facebook og Twitter
- Give dig et stærkt netværk af sparringspartnere og engagerede kolleger fra hele landet
- Give dig viden om både samfund og relevante ligestillingspolitiske temaer
- Styrke dit engagement og troen på forandring
- Skabe flere kvindelige stemmer, der kan kommunikere og formulere sig med udgangspunkt i almindelige menneskers hverdag og oplevelser på arbejdspladsen

Vi benytter metoden "offentlig aktionslæring". Det betyder, vi sammen skal øve os i at deltage i den offentlige debat, der hvor det får betydning. Undervejs i uddannelsen kommer du derfor til at lære at skrive og udgive blogindlæg, læserbreve, bruge de sociale medier og træne mundtlig debat.

Forløbet vil veksle mellem praktiske øvelser, gruppearbejde og oplæg fra en række dygtige oplægsholdere. Det kræver en indsats fra dig på de seks moduler. Men også imellem modulerne, hvor du bl.a. skal skrive indlæg, bruge sociale medier og øve historiefortælling.

Forventninger til dig:

Du er passioneret og stolt af dit arbejde, dit tillids- hverv og dine indsigter, men du behøver hverken at have en skarp tunge eller en spids pen – det skal vi nok lære dig. Det vigtigste er, at du har viljen og lysten til at gøre en forskel.

Undervisere:

Et team fra Tænk tanken Cevea, samt adskillige gæsteundervisere, politikere og meningsdannere.

Målgruppe:

Kvindelige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt andre kvinder med tillidsposter eller ansættelse i fagbevægelsen.

Tid og sted:

Der afholdes i alt 7 kursusdage.
2 internatforløb, samt 3 enkelt dage.

Vi starter med et internatforløb med henblik på, at lære hinanden godt at kende samt få lagt et godt grundlag for det videre arbejde.

Mandag den 13. januar kl. 10.30 -
tirsdag den 14. januar kl. 15.00.

Metalskolen Jørlunde
Slagslundevej 13
3550 Slagslunde

Torsdage den:

27. februar, 19. marts og 16. april.

Alle torsdage kl. 10.00 – 16.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. - eller
Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

*Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

Onsdag den 27. maj kl. 10.30 -
torsdag den 28. maj kl. 15.00.

Internat et sted i Midtjylland.

FIU-nr.: 5207 20 00 16

Pris: 19.950,00 kr.

*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen
fagforening.*

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.
Spørgsmål kan mailes til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

Kvindemod

- sig, hvad du har på hjertet

Baggrund:

Kender du det, at du ikke lige får sagt din mening til mødet? Har du prøvet, at "nerverne" kan spille dig et puds? Så er dette kursus i personlig kommunikation noget for dig. På kurset får du det mod og de værktøjer, som du har brug for, når du skal brænde igennem med dit budskab på den gode måde. Du bliver samtidig klædt på til at kunne håndtere kritiske spørgsmål ved at være assertiv.

Udbytte:

På dette kursus lærer du at:

- Kommunikere effektivt
- Få styr på nerverne
- Brænde igennem med dit budskab
- Stille skarpt på dine tilhørere
- Bruge en god overskrift
- Strukturere dit indlæg, så det bliver kort og præcist
- Indtage rummet på din egen måde
- Bruge gode, personlige virkemidler

På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, så du føler dig tryk, styrket og godt tilpas.

Tag en kollega eller to med på kurset, så I sammen kan bruge værktøjerne til at gøre en forskel på jeres arbejdsplads. Det er en fordel når tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter deltager sammen.

Indhold:

På kurset får du et overflødhedshorn af godbidder fra scenens, talekunstens og journalistikkens verden:

- Dine bedste virkemidler
- Inspiration fra journalistikkens og scenens verden
- Struktur, indhold og nærvær
- Få styr på "nerverne" med grundig forberedelse
- Overblik og levendegørelse af stoffet
- Tips og tricks når du tager ordet
- Assertionstræning, hvor du lærer at holde fast i dig selv og dine synspunkter med respekt for "modparten"

Undervisere:

Anne-Mette Barfod og Gitte Lindholt.

Anne-Mette Barfod er cand.polit. og journalist, og startede Powerkvinderne i 2009, som arbejder for at gi' kvinder styrke. Anne-Mette har mange års erfaring fra kommunikationsbranchen og arbejder med personlig branding, assertion og gennemslagskraft.

Gitte Lindholt er performancecoach, cand.mag. i teatervidenskab og ekstern lektor på Syddansk Universitet. Hun træner kursisterne i kropssprog, nærvær, ro i maven og præsentationsteknik.

Målgruppe:

Kvindelige tillidsvalgte, samt kvindelige valgte og ansatte i fagforeninger.

Tid og sted:

Mandag den 24. august kl. 12.00 -
onsdag den 26. august kl. 15.00.

Kurset er et 3 dages internatkursus bestående af to moduler og afholdes på et dejligt sted med mulighed for hygge og naturoplevelser. Vi hjælpes ad med at lave mad.

FIU-nr.: 5207 20 00 17

Pris: 9.775,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Ledelse og forhandling i politisk styrede organisationer

- et valgfag i diplomuddannelsen i ledelse

- giver 5 ECTS-point

Baggrund:

At varetage ledelse af og gennemføre forhandlingsforløb i fagbevægelsen er komplekst og kræver blandt meget andet også viden og forståelse for, hvad der er særligt ved politisk styrede organisationer.

Udbytte:

Det er målet, at du opnår viden om og forståelse af: Teorier, begreber og metoder i ledelse af forhandling i en politisk styret organisation.

Indhold:

- At kunne udarbejde en plan eller strategi for en større organisatorisk forhandlingsproces
- At kunne bruge forhandling og konflikter som innovativ ressource
- At kunne identificere behov for egen og organisatorisk kompetenceudvikling i forhold til forhandling i lederskabs- og forhandlingsrummet

Målgruppe:

Valgte og ansatte i fagforeninger, samt arbejdspladstillidsvalgte, der har en akademiuddannelse eller en kort videregående uddannelse. Er du i tvivl om du kan optages på modulet er du velkommen til at maile til tovholderen.

Underviser:

Daniel Blum, Cand. Scient. adm. Han har undervist på adskillige forløb i fagbevægelsen.

FIU-Ligestilling indgår aftale med en uddannelsesinstitution, der har de formelle rettigheder til at gennemføre den kompetencegivende eksamen.

Tid og sted:

Torsdage den:

24. september, 8. oktober, 22. oktober, 5. november og 19. november.

Alle dage kl. 14.00 – 19.00.

Eksamen torsdag den 17. december i dagtimerne.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. – eller Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 18

Pris: 9.975,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

LGBT-ligestilling på det danske arbejdsmarked

Baggrund:

Hvert år i august fejres Pride i København. Pride har til formål på en festlig måde at synliggøre LGBT-personer (lesbiske, bøsser, biseksuelle og transkønnede) i samfundet. FIU-Ligestilling ønsker at tage del i denne markering bl.a. ved at afholde en konference, der gør status på, hvordan det står til med LGBT-ligestillingen på arbejdsmarkedet og i fagbevægelsen.

Udbytte:

Formålet er at blive opdateret på, hvordan det står til med LGBT-ligestillingen på de danske FH-arbejdspladser, og finde nye veje til hvad vi som fagbevægelse kan gøre for at forbedre vilkårene for LGBT-personer på arbejdsmarkedet.

Indhold:

- Ny viden og undersøgelser om LGBT-ligestilling på arbejdsmarkedet
- Indlæg fra LGBT-organisationer og aktører
- Best practice
- Aktører fra forskellige faglige organisationer og arbejdsgiversiden giver deres bud på udfordringer og løsninger, og fortæller hvordan de selv arbejder med at øge LGBT-ligestillingen.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, valgte og ansatte i fagbevægelsen, samt alle andre der vil være med til at sætte fokus på emnet.

Tid og sted:

Fredag den 14. august kl. 9.30 - 12.30.

Der slutes af med frokost og networking.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 19

Pris: Gebyrfrit

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Er du medlem af et forbund i FIU-fællesskabet foregår tilmeldingen i din fagforening gennem FIU-sys på ovenstående FIU-kursusnummer.

Er du medlem af en fagforening uden for FIU sker tilmelding til Pia Haandbæk på mail: piha@danskmetal.dk med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag.

Tovholder:

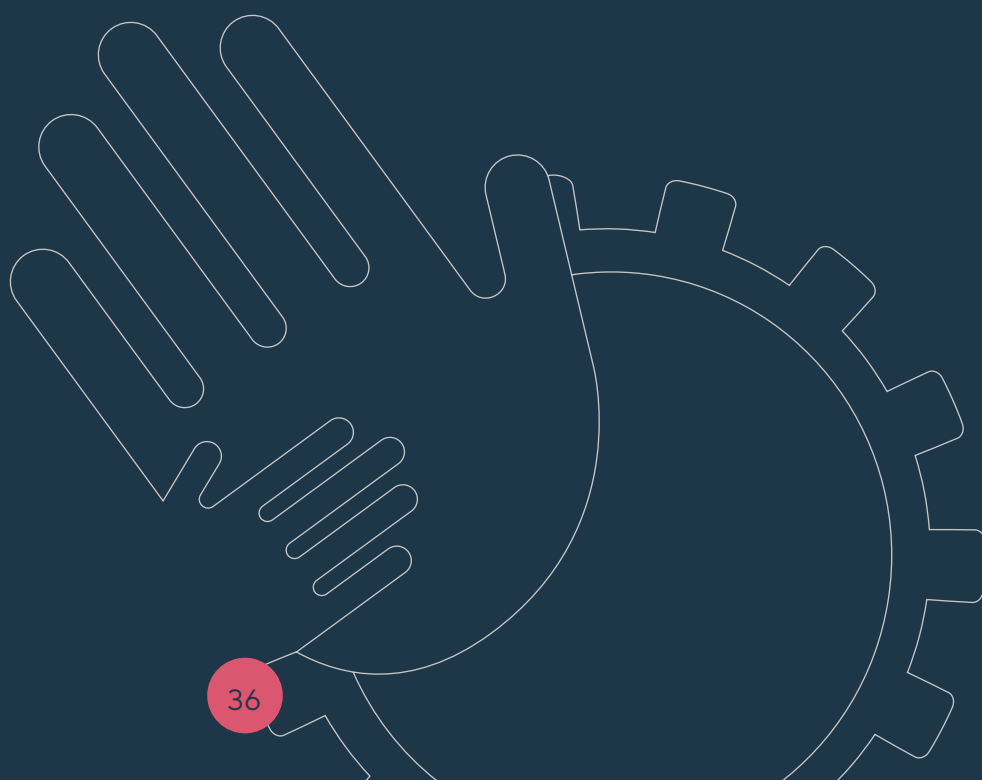
Susanne Fast Jensen.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Mangfoldighedskørekort

Bekæmpelse af social dumping og sikring af et anstændigt arbejdsliv for alle	37
Dagen for dig	38
Faglighed i farver	40
Grundlæggende modul i "kørekort til mangfoldighed"	41
Trivsel for alle	42



Bekæmpelse af social dumping og sikring af et anstændigt arbejdsliv for alle

- FN-dag for anstændigt arbejdsliv

Baggrund:

I 100 år i Danmark har vi kæmpet for et anstændigt arbejdsliv for alle, hvilket mange i dagens Danmark nyder godt af.

I de senere år er vi blevet vidner til, at en gruppe af arbejdstagere fra de nye EU-lande ikke har et anstændigt arbejdsliv. De bliver misbrugt, udnyttet og underbetalt.

Det er derfor vigtigt, at vi sikrer de rettigheder, som vi har kæmpet for de seneste 100 år.

Disse rettigheder skal også beskytte vores kollegaer fra de nye EU-lande. I Danmark skal ingen arbejdstagere hverken udnyttes, undertrykkes eller underbetales.

Udbytte:

På denne konference vil vi sætte fokus på og få mere viden om:

- Udnyttelse af østeuropæisk arbejdskraft og hvilke særlige problematikker, der er/kan være forbundet med social- og løndumping
- Den danske Model og udfordringerne fra vandrede arbejdstagere fra EU og arbejdstagere via green-card ordningen m.v.
- Arbejdskraftens frie bevægelighed og international rekruttering
- Den danske Model og dens udfordringer
- Social dumping
- Vigtigheden af organisering

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger.

Tid og sted:

Lørdag den 3. oktober kl. 12.00 -
søndag den 4. oktober kl. 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5247 20 00 02

(uden overnatning).

FIU-nr.: 5247 20 00 03

(med overnatning).

Pris: 3.725,00 kr. (uden overnatning).

Pris: 5.275,00 kr. (med overnatning).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Dagen for dig

- FN's anti-diskriminationsdag den 21. marts

Baggrund:

I 1966 blev den 21. marts erklæret som "Dagen" for bekæmpelse af racistisk diskrimination.

Det blev denne dag, fordi politiet den 21. marts 1960 dræbte 69 mennesker ved en fredelig demonstration i byen Sharpeville i Sydafrika.

I dagens Danmark praktiseres diskrimination og chikane stadig under forskellige former, og uanset om det er tilsigtet eller utilsigtet, er smerten i det og konsekvenserne af det, det samme for den det går ud over.

Ydermere har udøvelse af diskrimination alvorlige konsekvenser i form af splittelse blandt medlemmerne, utrygge arbejdspladser og dårligt arbejdsmiljø.

Udbytte:

- At blive klædt på til at spotte, håndtere, bekæmpe og sagsbehandle diskrimination og usaglig forskelsbehandling af vores kollegaer og medlemmer
- At få kendskab til muligheder i det fagretslige system
- At opnå viden om loven om forskelsbehandling på arbejdsmarkedet, samt loven om ligebehandling og muligheder for at bekæmpe social dumping
- At få indblik i diskriminationens konsekvenser med særlig fokus på arbejdsmarkedet
- At blive klogere på faglige handlemuligheder (med øje for køn, race, seksualitet, alder, og handicap)

Indhold:

- Præsentation af muligheder til tillidsvalgte, fagforeningsvalgte og ansatte, med henblik på at handle på diskriminationsager
- Præsentation af nye aktivitetsmuligheder, herunder mulighed for at få finansieret lokale aktiviteter, der kan forbygge og modvirke usaglig forskelsbehandling
- Erfaringsudveksling om diskriminations- og usaglig forskelsbehandlingsager
- Evt. deltagelse i fagbevægelsens "21. marts - arrangement" og kulturel antidiskriminations-oplevelse et sted i byen.

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger.

Tid og sted:

Lørdag den 21. marts kl. 12.00 - 22.00.

Søndag den 22. marts kl. 9.00 - 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5247 20 00 04 (uden overnatning).

FIU-nr.: 5247 20 00 05 (med overnatning).

Pris: 3.775,00 kr. (uden overnatning).

Pris: 5.275,00 kr. (med overnatning).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Faglighed i farver

Baggrund:

Den danske fagbevægelse organiserer medlemmer fra 173 forskellige lande og derfor er mangfoldighed en væsentlig del af fagbevægelsen og på de danske arbejdspladser.

Fagforeninger er et aktivt talerør og aktører hvad angår sikring af lige rettigheder og lige muligheder. Der ud over medvirke til en bedre integration og demokratisk deltagelse af etniske minoriteter i fagbevægelsen, på de enkelte arbejdspladser og i det danske samfund.

Udbytte:

- At agere som ambassadør og talerør for integration og mangfoldighed
- At formidle fagbevægelsens gode erfaringer med integration og inkludering af de etniske minoritetsmedlemmer
- At påvirke meningsdannere i det danske samfund til at fremme en bedre integration

Indhold:

- Aktiv deltagelse i debatter og arrangementer
- Udarbejde mangfoldigheds- og integrationsfremmende "happeninger"
- Påvirkning af den politiske dagsorden
- "Hotte" ligestillingspolitiske temaer

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt ansatte og valgte i fagforeninger.

Tid og sted:

Onsdag den 10. juni kl. 10.00 -
lørdag den 13. juni kl. 16.00.

Et internatkursus, hvor placering er ukendt.

FIU-nr.: 5247 20 00 06

Pris: 11.075,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Grundlæggende modul i ”kørekort til mangfoldighed”

- mangfoldighed og organisering

Baggrund:

- Stigende medlemstal af medlemmer med anden etnisk baggrund end dansk
- De etniske minoriteter har en lavere organisationsprocent end etniske danskere
- De etniske minoriteter udgør et stadig større medlemspotentiale for fagbevægelsen
- Medlemsgruppen med anden etnisk baggrund end dansk er stærkt underrepræsenteret i tilidshverv

Udbytte:

- Afdelingerne får screenet deres medlemssammensætning og medlemspotentiale
- Værktøjer og viden til at optimere organisering af de etniske minoriteter og arbejdstagere fra de nye EU-lande
- Redskaber og viden om hvordan afdelingerne får flere aktive nydanske medlemmer, der vil bakke op om afdelingens arbejde
- Afdelingerne får drøftet faglige problemstillinger med andre øje og ”vinkler”
- Afdelingerne får viden om, hvad nydanske medlemmer har af ønsker og behov, og kan dermed tilpasse servicen efter denne medlemsgruppe

Indhold:

Arbejdsformen er varieret og baserer sig på både oplysning, fakta, statistik, oplæg, gruppearbejde og oplevelse.

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt ansatte og valgte i fagforeninger.

Tid og sted:

Tirsdag den 21. april kl. 12.00 -
onsdag den 22. april kl. 13.00.

Kurset er et internatkursus og afholdes i Nordjylland eller i trekantområdet.

(Du behøver ikke at tage det grundlæggende modul først. Det vil nok være en fordel, men ingen nødvendighed).

FIU-nr.: 5247 20 00 07

Pris: 7.350,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Trivsel for alle

Baggrund:

De etniske medlemmer har været medlem i fagbevægelsen i de sidste 45 år og udgør stadig det største potentiale som nuværende og kommende medlemmer.

I dag har FH (tidligere LO) over 80.000 medlemmer, der har en anden etnisk baggrund end dansk.

Derfor er det altafgørende, at fagbevægelsen mobiliserer, engagerer, organiserer og inkluderer de etniske minoriteter i bevægelsen og i det faglige arbejde.

Udbytte:

- Der udveksles erfaringer, praksis viden og udvikles relationer med mange andre, der har de samme udfordringer som dig
- Du vil blive bedre til at arbejde direkte for en bedre integration og etnisk ligestilling på din arbejdsplads og i fagforeningen
- Du vil blive bedre til at organisere og engagere dine kollegaer i fagforening og i det faglige arbejde

Indhold:

- At sikre en positiv synliggørelse af fagbevægelsen over for de etniske minoriteter
- At øge det faglige engagement blandt de etniske medlemmer
- At optimere medlemsvæksten af de etniske medlemmer
- At skabe et bedre medlemsgrundlag for fagbevægelsen
- At opkvalificere fagbevægelsens indsats for etnisk ligestilling og integration gennem inddragelse, delagtiggørelse og sparring
- At skabe gode ambassadører

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger.

Tid og sted:

Mandag den 2. marts kl. 12.00 -
tirsdag den 3. marts kl. 13.00.

Mandag den 6. april kl. 12.00 -
tirsdag den 7. april kl. 13.00.

Mandag den 8. juni kl. 12.00 -
tirsdag den 9. juni kl. 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5247 20 00 08 (marts).

FIU-nr.: 5247 20 00 09 (april).

FIU-nr.: 5247 20 00 10 (juni).

Pris: 6.075,00 kr. pr. hold.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Mangfoldighedsorganiser

Baggrund:

I netværkene, der arbejder med organisering med fokus på køn og mangfoldighed, er det blevet klart, at der kan være gevinster ved at have en særlig viden og nogle særlige kompetencer til organisering af lønmodtagere med anden etnisk baggrund end dansk. Der gennemføres en analyse af erfaringerne, der omsætter disse til klare og veldefinerede kompetencer. Det er indtil videre blevet tydeligt at følgende er særlige fokuspunkter når, medarbejdere med anden etnisk baggrund end dansk skal fristes til fagforeningsmedlemskab.

Udbytte:

Formålet er overordnet at få flere medlemmer med minoritetsbaggrund i FH-fagbevægelsen. Dette gøres ved at udvikle et forløb, der klæder tillidsvalgte på til at være offensive og resultat-skabende i at organisere medlemmer med anden etnisk baggrund end dansk.

Målet er at udvikle og gennemføre et baggrundsmateriale, og et forløb der giver tillidsvalgte kompetence til de særlige udfordringer og muligheder, der er ved at organisere medlemmer med minoritetsbaggrund.

Indhold:

- At lære at kommunikere og gøre sig forståelig i møde og samvær med mennesker tilhørende andre kulturer end ens egen
- At tilegne nødvendige viden og indsigt om egen og andres kultur samt relationerne imellem dem
- At få kendskab til egne erfaringer, kulturelle antagelser og kulturelle selvopfattelse
- At kende det enkelte individs kulturelle "sorte boks"
- At få viden om kropssprog, ubevidste reflekser, brug af tid og rum, samt sociale og kommunikative koder.
- At få indsigt i, samt viden til at kunne forstå menneskers kulturelle bevægelsesgrunde og forståelsesramme omkring solidaritet og fællesskab
- At få kendskab til, om forskellige kultures mobilisering og organiseringsformer
- At få indsigt i værdifællesskab og kollektiv identitet og dets betydning for organisering
- At få værktøjer til at argumentere og formidle viden om vigtigheden af og fordelene ved en stærk organisering på tværs af nationale, etniske og religiøse forskelle

Tid og sted:

Modul 1:

Lørdag den 4. april kl. 12.00 -
søndag den 5. april kl. 13.00.
Afholdes i det jyske.

Modul 2:

Lørdag den 22. august kl. 12.00 -
søndag den 23. august kl. 13.00.
Afholdes i trekantområdet.

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte
og ansatte i fagforeninger.

FIU-nr.: 5247 20 00 11

Pris: 16.275,00 kr.

*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen
fagforening.*

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Mangfoldighedsværksted

Baggrund:

I de senere år har en del afdelinger, tillidsvalgte og ansatte beskæftiget sig med mangfoldighed og organisering på forskellige måder og har tilegnet sig både gode resultater og erfaringer. Derfor er det mere end nogensinde aktuelt at videreudvikle organiserings- og mangfoldighedsarbejdet til en fast forankret strategi og et vigtigt værktøj, hvad angår de tillidsvalgtes organisering og fastholdelsespolitik. Kun en strategisk implementering af mangfoldighed i alle indsatserne vil sikre en fast og vedvarende gevinst for de enkelte fagforeninger og arbejdspladser.

Udbytte:

- At sikre en positiv synliggørelse af fagforeningen over for de etniske minoriteter
- At skabe gode ambassadører for den danske model/fagforening
- At skabe et bedre medlemsgrundlag for den lokale fagforening
- At optimere medlemsvæksten af de etniske medlemmer
- At øge det faglige engagement blandt de etniske medlemmer
- At opkvalificere fagforeningens viden og indsats for mangfoldighed og integration gennem inddragelse, delagtiggørelse og sparring

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i afdelinger med interesse og behov for emnet.

Tid og sted:

Lørdag den 28. marts kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 16. maj kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i hovedstadsregionen.

Lørdag den 27. juni kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 22. august kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 17. oktober kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 7. november kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i hovedstadsregionen.

Lørdag den 12. december kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes på Fyn.

FIU-nr.: 5247 20 00 12

(lørdag den 28. marts).

FIU-nr.: 5247 20 00 13

(lørdag den 16. maj).

FIU-nr.: 5247 20 00 14

(lørdag den 27. juni).

FIU-nr.: 5247 20 00 15

(lørdag den 22. august).

FIU-nr.: 5247 20 00 16

(lørdag den 17. oktober).

FIU-nr.: 5247 20 00 17

(lørdag den 7. november).

FIU-nr.: 5247 20 00 18

(lørdag den 12. december).

Pris: 2.875,00 kr. pr. stk.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Meningsdanner for LGBT+ ligestilling

- en uddannelse der klæder dig på til at arbejde for ligestilling af lesbiske, bøsser, biseksuelle, transkønnede og andre minoriteter i forhold til kønsidentitet og seksualitet på arbejdsmarkedet

Baggrund:

Uddannelsen er for dig, der brænder for at skabe mere LGBT+ ligestilling på det danske arbejdsmarked, men som står og mangler de redskaber og det fællesskab, som gør at du kan skabe forandring.

Ligestillingen for LGBT+ personer halter. Kun ca. halvdelen kan være åbne om deres kønsidentitet og seksuelle orientering på arbejdspladsen, og nogle oplever mobning, chikane eller andre former for forskelsbehandling. Det kan du som meningsdanner være med til at sætte fokus på og ændre.

Som deltager er du enten en tillidsvalgt, der selv er LGBT+ person eller en tillidsvalgt, der ikke er LGBT+ person, men som aktivt ønsker at gøre en indsats for, at skabe mere LGBT+ ligestilling på arbejdsmarkedet.

Udbytte:

Som deltager bliver du opdateret på viden om LGBT+ forhold på det danske arbejdsmarked, og samtidig får du redskaber til at kommunikere klart og tydeligt, så du kommer igennem med dit budskab. Uddannelsen bliver tilpasset deltagerne og bygger videre på den viden og den erfaring, du som deltager allerede har om LGBT+ ligestilling på arbejdsmarkedet. Måske er du selv LGBT+ person og har en masse personlig erfaring at bringe i spil. Måske er du ikke LGBT+ person, men ønske, at få udvidet din LGBT+ viden, så du kan støtte op om LGBT+ kollegaer på bedste vis.

Uddannelsen vil hjælpe dig til at blive klar på, hvad du som meningsdanner vil bruge dine kræfter på. Vil du f.eks. forandre forholdene for LGBT+ personer på din arbejdsplads? Vil du sætte LGBT+ ligestilling på dagsordenen i din afdeling? Eller vil du bruge meningsdanneruddannelsen til at gøre LGBT+ personers stemme og erfaringer til en større del af den offentlige debat? Som en del af "Meningsdanner for LGBT+ ligestilling" får du nye redskaber til både mundtlig og skriftlig formidling, gå-på-mod og et fællesskab, som giver dig et godt og trygt ståsted for at skabe de forandringer, som du finder vigtige.

Indhold:

Viden:

- Byg videre på din viden og ordforråd om LGBT+
- LGBT+ forhold på det danske arbejdsmarked og i fagbevægelsen – før og nu
- Familiepolitik, ligebehandling og andre LGBT+ indsatsområder
- Normer og normkritik – hvordan skabes inklusion og eksklusion på arbejdspladsen?

Redskaber:

- Dialogredskaber – dialog om en inkluderende kultur blandt kollegaerne
- Tag ordet – på f.eks. klubmøder, generalforsamlinger, stormøder eller konferencer
- Debatindlæg og sociale medier – træning i at udtrykke dig skriftligt og slå igennem
- Find og træn din udtryksform eller vej til forandring

Inspiration:

- Gode eksempler fra ind- og udland på LGBT+ inkluderende politikker, indsatser, overenskomster m.m.
- Mød meningsdannere med noget på hjertet
- Besøg hos LGBT+ organisationerne og andre ud-af-huset oplevelser

Refleksion:

- Hvordan bruger jeg min personlige historie på en bæredygtig måde?
- Minoritetsstress - hvordan passer jeg på mig selv som LGBT+ person?
- Hvordan er jeg bedst solidarisk med mine LGBT+ kollegaer?
- Intersektionalitet - hvordan spiller LGBT+ ligestilling sammen med f.eks. køns- og etnisk ligestilling?

Arbejdsformer:

På uddannelsen får vi både ny viden, og vi øver os i at deltage i den offentlige debat. Undervejs kommer du derfor til at lære at skrive og udgive læserbreve, bruge de sociale medier og træne mundtlig debat. Uddannelsen kræver altså at du selv er aktiv i undervisningen - men også mellem modulerne, hvor du f.eks. skal afprøve dig selv som meningsdanner og måske have et lille projekt. På modulerne vil undervisningen veksle mellem oplæg, praktiske øvelser, gruppearbejde og besøg af interessante gæsteundervisere. Der vil også være relevante ud-af-huset ture. Sammen skal vi skabe de bedst mulige rammer for at lære nyt og udvikle os som meningsdannere.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, fagligt interesserede og valgte og ansatte i fagbevægelsen - både LGBT+ personer og ikke-LGBT+ personer. LGBT+ personer opfordres særligt til at søge om deltagelse.

Undervisere:

Kristine Esrom Raunkjær er den faste kursusleder. Derudover vil der være dygtige gæstelærere med både LGBT+ viden og meningsdannerkunderskaber. Har du spørgsmål til kurset er du velkommen til at kontakte tovholderen.

Tid og sted:

6 dages kursus, bestående af 3 gange af 2 dage.

Modul 1: København

Mandag den 7. september kl. 10.00 - 18.00, samt aftenaktivitet.

Tirsdag den 8. september kl. 08.30 - 15.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Der er mulighed for overnatning, når man bor mere end 60 km væk.

Modul 2: Trekantområdet

Tirsdag den 6. oktober kl. 10.00 - 18.00, samt aftenaktivitet.

Onsdag den 7. oktober kl. 8.30 - 15.00.

Der er mulighed for overnatning, når man bor mere end 60 km væk.

Modul 3: København

Onsdag den 4. november kl. 10.00 - 18.00, samt aftenaktivitet.

Torsdag den 5. november kl. 9.00 - 15.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Der er mulighed for overnatning, når man bor mere end 60 km væk.

FIU-nr.: 5207 20 00 20

(For personer der er medlem af forbund tilsluttet FIU-fællesskabet).

Pris: 9.875,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

FIU-nr.: 5207 20 00 21

(For personer der er medlem af forbund, der ikke er tilsluttet FIU-fællesskabet).

Pris: 14.812,00 kr.

Tovholder:

Kristine Esrom Raunkjær

Evt. spørgsmål kan mailes til:

krer@danskmetal.dk

Mindfulness og stresshåndtering for øvede!

- frem med værktøjskassen, nu rydder vi op - igen...

Baggrund:

I en travl hverdag kan ens gode intentioner og ønsker glide i baggrunden. Resultatet bliver ofte at du som tillidsvalgt kan komme til at glemme dig selv og de gode værktøjer du fik på kurser i stresshåndtering og mindfulness. Derfor kan der være behov for at finde værktøjskassen frem igen og støve værktøjerne af - og nye fyldt i.

Udbytte:

- Ny inspiration til din mentale træning - der styrker dig i din rolle som tillidsvalgt
- Fordybelse og refleksion - der giver dig ballast til at stå fast på egne ideer, holdninger og mål
- Deling og bearbejdelse af tanker med de øvrige tillidsvalgte på holdet og nye perspektiver på fastlåste situationer - både i forhold til kolleger og ledelse

Indhold:

- Den tillidsvalgtes rum
- Rum til dig selv - meditation og afspænding
- Stilhed og eftertænkksomhed - refleksion over funktionen som tillidsvalgt

Målgruppe:

Kursister der tidligere har været på FIU-Ligestillings mindfulnesskursus eller stressvejlederuddannelsen.
Min 8 - max. 12 deltagere.

Kurset tager udgangspunkt i det du medbringer i "den mentale rygsæk". Vi lader kurset udvikle sig i overensstemmelse med de behov og ønsker deltagerne har, således at alle styrkes i sin rolle som tillidsvalgt.

Underviser:

Alex Haurand, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

Underviser på FIU-Ligestillings mindfulness og stressvejleder kurser.

Uddannet sygeplejerske. Har gennem 30 år arbejdet med menneskers mentale trivsel.

I de seneste 20 år med særligt fokus på ligestilling og stress på arbejdspladsen.

Tid og sted:

Torsdag den 14. maj kl. 11.00 -

fredag den 15. maj kl. 15.00.

Kurset er et 2 dages internatkursus og afholdes et hyggeligt, spændende sted tæt ved natur, hvor vi hjælpes ad med at tilberede mad.

FIU-nr.: 5207 20 00 22

Pris: 5.775,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Mænd, fædre, barsel

- fleksibilitet til sammenhæng mellem familieliv og arbejdsliv

Baggrund:

Mænds barsel og faderrolle er et tema der i stigende grad kommer til debat.

Unge mænd har et andet fokus på relationen til familien og børn end tidligere. I blot en generation er der sket store forandringer, dels med familiemønstrene, hvor vi har fået mange singler, men også i forståelsen for hvad der former et menneske. Det skal vi have arbejdet ind i arbejdspladskultur, for det ser ud til at mændene skal tilpasse sig de nye vilkår i et hurtigt tempo, for at kunne få den tid med deres børn, som de ønsker sig.

Det skal ikke være tabuer eller fordomme på arbejdspladsen der er styrende for fædres forhold til deres børn, derfor skal vi have blødt op i fastlåste forældede manderoller. Det skal være muligt for mænd at være tilstede i børns liv, før man bliver bedsteforældre.

Udbytte:

Gennem kurset ser vi på fædres rolle for deres børn - dels igennem personlige briller men også i et historisk perspektiv.

Det er hensigten at du efter kurset er klædt på til at tage en saglig debat blandt kolleger og på din arbejdsplads om fædres rettigheder og muligheder, samt fordelene ved at fædre benytter sig af f.eks. barsel, familieorlov, frihed ved børns sygdom samt skaber en arbejdspladskultur, der legitimerer at fædre har mulighed for at balancere arbejdsliv og familie/fritidsliv.

Indhold:

- Manderollen, i dag og gennem tiden
- Egne tanker om fædre og børn. Hvordan er/var jeg far?
- Hvordan er arbejdspladskulturen hos os? Hvordan kan vi arbejde med den?
- Er fædre egentlig vigtige? Hvorfor? / Hvorfor ikke?
- Hvordan kan tillids- og arbejdsmiljørepræsentant støtte op om unge mænds ønsker og behov?
- Hvordan kan man arbejde med arbejdspladskulturen, så det bliver normalt at mænd har mulighed for at benytte sig af sine barselsrettigheder, fri ved børns sygdom etc.?

Målgruppe:

Mandlige tillidsvalgte som ønsker at bidrage til, at mænd får bedre tid og rum til at være fædre og at kunne balancere arbejdsliv og familie/fritidsliv.

I kurset indgår en grundlæggende indføring i ligestillingsarbejdet for mænd.

Underviser:

Alex Haurand, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

Underviser i mindfulness og stressvejlederkurserne.

Tid og sted:

Torsdag den 27. februar kl. 11.00 -

fredag den 28. februar kl. 14.00.

Kurset er et internatkursus og afholdes et hyggeligt, spændende sted tæt ved natur, hvor vi hjælpes ad med at tilberede mad.

FIU-nr.: 5207 20 00 23

Pris: 5.775,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Nedbring sygefraværet

- udnyt den nye skærpede lovgivning mod seksuel chikane!

Baggrund:

Ligebehandlingsloven blev strammet op pr. 1. januar 2019 – med det formål, at forbedre beskyttelsen mod grænseoverskridende og krænkende arbejdspladskultur.

Hvordan kan vi udnytte den skærpede lovgivning til at sikre en arbejdspladskultur hvor medarbejdere trives, det psykiske arbejdsmiljø forbedres og sygefraværstatistikkerne går nedad?

Udbytte:

Udgangspunktet for kurset er juridisk.

Når det nu er præciseret at "fri omgangstone" på arbejdspladsen ikke mere fritager arbejdsgiveren for ansvar, hvordan kan det så udnyttes til, at tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter er offensive i forebyggelsesarbejdet på arbejdspladserne.

Indhold:

På kurset får du overblik over de mange og ofte indviklede regler, der skal hjælpe medarbejdere i den svære situation, hvor de ER udsat for chikane, samt hvilket retsgrundlag der kan bruges i forebyggelsesarbejdet, til udarbejdelse af personalepolitikker mm.

- Diskriminationslovgivningen, særligt ligebehandlingsloven
- Bevisreglerne
- Godtgørelsesniveauet
- Hvordan gribes en sag om seksuel chikane an

(De nyeste materialer målrettet tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter uddeles).

Underviser:

Claus K. Jensen, ArbejdsretsAdvokaten.

www.arbejdsretsadvokaten.dk

Tid og sted:

Tirsdag den 17. marts i København.

Tirsdag den 28. april i Aalborg.

Tirsdag den 19. maj i Aarhus.

Tirsdag den 16. juni i Aabenraa.

Alle dage kl. 10.00 – 15.30.

FIU-nr.: 5207 20 00 24 (København).

FIU-nr.: 5207 20 00 25 (Aalborg).

FIU-nr.: 5207 20 00 26 (Aarhus).

FIU-nr.: 5207 20 00 27 (Aabenraa).

(For personer der er medlem af forbund tilsluttet FIU-fællesskabet).

Pris: 975,00 kr. pr. stk.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

FIU-nr.: 5207 20 00 53 (København).

FIU-nr.: 5207 20 00 54 (Aalborg).

FIU-nr.: 5207 20 00 55 (Aarhus).

FIU-nr.: 5207 20 00 56 (Aabenraa).

(For personer der er medlem af forbund, der ikke er tilsluttet FIU-fællesskabet).

Pris: 1.462,00 kr. pr. stk.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Netværk for tillidsvalgte

Baggrund:

Formålet med at være med i netværket er, at du kan blive inspireret – og at du kan inspirere andre – til ligestillingsarbejdet på arbejdspladsen. Der arbejdes med ligestilling og mangfoldighed bredt og i 2020 vil vi sætte særlig fokus på at organisere (kvindelige) minoriteter og flygtninge bl.a. via mentorordninger. At få kvindelige flygtninge i job og med i det faglige fællesskab vil være en gevinst for ligestillingen, for samfundsøkonomien og for integrationen.

Udbytte:

- Ny viden, inspiration og erfaringsudveksling igennem netværksmøderne og det årlige træf for alle netværk
- Du vil desuden få tilbudt deltagelse i forskellige andre aktiviteter

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter eller andre fagligt aktive, som et forbund ønsker skal deltage.

Tid og sted:

Et netværk mødes 7 gange om året i eget lokalområde og derudover er der mulighed for at deltage i et træf i København onsdag den 25. november kl. 10.00 – torsdag den 26. november kl. 15.00.

Deltagelse i træffet er gebyrfrit, når man er tilmeldt et netværk.

Bemærk at tilmelding foregår separat.

Der er ikke mødepligt til alle mødedagene.

FIU-nr.: 5207 20 00 28 (Holbæk).

FIU-nr.: 5207 20 00 29 (Kolding).

FIU-nr.: 5207 20 00 30 (Nykøbing Falster).

FIU-nr.: 5207 20 00 31 (Odense).

FIU-nr.: 5207 20 00 32 (Sønderjylland).

Pris: 4.550,00 kr. pr. netværk.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Se netværksmødernes tid, sted og coach i nedenstående skema:

By	Coach	Mødetid	Sted
Holbæk	Johnny Henriksen Mail: johnny.henriksen@live.dk	Torsdage: 9. januar, 6. februar, 5. marts, 14. maj, 3. september, 1. oktober og 3. december. Kl. 18.00 - 21.00.	3F Holbæk-Ods herred Spånnebæk 10 4300 Holbæk
Kolding	Thomas Thomsen Mail: thomas.bang.thomsen@hotmail.com	Mandage: 20. januar, 24. februar, 23. marts, 8. juni, 7. september, 26. oktober og 30. november. Kl. 17.00 - 20.00.	3F Kolding Galgebjergvej 4 6000 Kolding (Overvejende)
Nykøbing Falster	Helle Juel Stæckmann Mail: hjst@regionsjaelland.dk	Mandage: 13. januar, 30. marts, 7. september og 7. december. Onsdage: 19. februar, 13. maj og 28. oktober. Kl. 16.30 - 19.00.	HK-Guldborgsundcentret 2. sal, Sundby L. 4800 Nykøbing F.

By	Coach	Mødetid	Sted
Odense	<p>Lars Storm</p> <p>Mail: ls@itwgse.com</p>	<p>Mandage: 3. februar, 20. april, 7. september og 23. november.</p> <p>Tirsdage: 10. marts, 26. maj og 20. oktober.</p> <p>Kl. 17.00 - 21.00.</p>	<p>3F Odense Skibhusvej 52B, 2. sal, opgang C. 5000 Odense C.</p>
Sønder- jylland	<p>Pia Walther</p> <p>Mail: pia.walther@3f.dk</p>	<p>Tirsdage: 28. januar, 25. februar, 21. april, 9. juni, 25. august, 6. oktober og 1. december.</p> <p>Kl. 17.00 - 20.00.</p>	<p>3F Aabenraa/Tønder Grønnevej 6 6270 Tønder</p> <p>eller</p> <p>3F Aabenraa/Tønder H.P. Hanssens Gade 21 6200 Aabenraa</p>

Netværk for tillidsvalgte med minoritetsbaggrund

Baggrund:

Formålet med deltagelse i netværk er at deltagerne kan udveksle erfaringer, få ny viden om den danske fagbevægelse og Den danske Model og blive coachet med henblik på:

- Selv at trives og blive klædt på til at påtage sig tillidshverv i fagbevægelsen
- At skabe værdi for andre medlemmer, særligt medlemmer eller potentielle medlemmer med minoritetsbaggrund bl.a. ved at være aktive i FIU-Ligestillings mentorordning
- At kommunikere på sociale medier om det faglige arbejde, f.eks. Facebook

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

Tid og sted:

Et netværk mødes 7 gange om året i eget lokalområde og derudover er der mulighed for at deltage i et træf i København onsdag den 25. november kl. 10.00 - torsdag den 26. november kl. 15.00.

Deltagelse i træffet er gebyrfrit, når man er tilmeldt et netværk.

Bemærk at tilmelding foregår separat.

Der er ikke mødepligt til alle mødedagene.

FIU-nr.: 5247 20 00 19 (Djursland).

FIU-nr.: 5247 20 00 20 (Holbæk).

FIU-nr.: 5247 20 00 21 (København).

FIU-nr.: 5247 20 00 22 (Odense).

FIU-nr.: 5247 20 00 23 (Odense – engelsk netværk).

Pris: 4.550,00 kr. pr. netværk.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Se netværksmødernes tid, sted og coach i nedenstående skema:

By	Coach	Mødetid	Sted
Djursland	Joan Brøgger Mail: joan.broegger@3f.dk	Lørdage: 29. februar og 5. december. kl. 11.00 - 14.00. Fredage: 27. marts og 21. august. kl. 18.00 - 21.00. Onsdage: 29. april, 10. juni og 21. oktober. kl. 18.00 - 21.00. Søndag: 20. september. kl. 11.00 - 14.00.	3F-Djursland Trekanten 30 8500 Grenå
Holbæk	Johnny Henriksen Mail: johnny.henriksen@live.dk	Torsdage: 20. februar, 19. marts, 4. juni, 17. september, 22. oktober, 5. november og 17. december. Kl. 18.00 - 21.00.	3F Holbæk-Ods herred Spånnebæk 10 4300 Holbæk

By	Coach	Mødetid	Sted
København	<p>Hafida Bouylud</p> <p>Mail: habo@aof.dk</p>	<p>Torsdage: 13. februar, 12. marts, 16. april, 14. maj, 10. september, 15. oktober og 12. november.</p> <p>Kl. 16.30 - 19.30.</p>	<p>3F Kampmannsgade 4 1790 København V.</p>
Odense	<p>Franse Lund</p> <p>Mail: franse20@gmail.com</p>	<p>Torsdage: 30. januar, 27. februar, 2. april, 4. juni, 3. september, 22. oktober og 19. november.</p> <p>Kl. 16.45 - 19.15.</p>	<p>3F GOPS Skibhusvej 52B, 5000 Odense C.</p>
Odense <i>Engelsk Netværk</i>	<p>Alla Navrotska</p> <p>Mail: alla.navrotska@3f.dk</p>	<p>Torsdage: 23. januar, 27. februar, 2. april, 7. maj, 17. september, 22. oktober og 19. november.</p> <p>Kl. 17.30 - 20.00.</p>	<p>3F GOPS Skibhusvej 52B, 5000 Odense C.</p>

Psykologi – tæt på dig som tillidsvalgt

Baggrund:

Din egen praksis er i fokus på dette kursus. Vi arbejder med din virkelighed og de konkrete situationer, som du står i. Også når det ind imellem bliver svært at være i rollen.

Som tillidsvalgt har du store udfordringer. Du skal kunne navigere i kaos, samarbejde med ledelsen i vanskelige situationer, skabe muligheder for dine kolleger, arbejde i fællesskab for at nedbringe sygefravær, håndtere usikkerhed når der fusioneres, eller der er fyringer på vej og når dine kolleger bliver fyret. Du skal hjælpe med udviklingen af større forståelse og rummelighed på arbejdspladsen og du skal kunne hjælpe med at undgå, at kolleger går ned med stress. Du skal passe på dem, der passer arbejdet, når kollegaen er syg osv.

Det kræver, at du har en stor selvindsigt, har forståelse for andres virkelighed og viden om, hvad der er på spil i relationer på arbejdspladsen. Det har vi fokus på i dette kursus.

Udbytte:

På kurset får du indsigt i grundlæggende psykologiske mekanismer og får større indsigt i dine egne – ind i mellem måske uhensigtsmæssige – handle- og tankemønstre. Du bliver rustet til i højere grad at kunne se billedet af, hvad der er på spil under overfladen.

Vi går tæt på dig som menneske og tillidsvalgt for at styrke dig i rollen. Derfor arbejder vi med udgangspunkt i din egen case fra din arbejdsplads – hvor er det, du synes det er svært? Og hvordan kan du understøtte en mere positiv udvikling.

Indhold:

Vi arbejder med:

- Viden om psykologi
- Dine egne – måske uhensigtsmæssige – tanke- og handlemønstre. Hvilke forhindringer er på spil?
- Forsvarsmekanismer hos dig selv og i arbejdsfællesskabet
- Hæmmere og fremmere i dine relationer
- Fortællinger – de tykke og de tynde historier på arbejdspladsen
- Køn og socialisering – hvordan påvirker opdragelse vores tilgang til verden
- Din personlige integritet- hvordan vil du gerne handle og opleves af kollegerne

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, valgte og ansatte, samt andre der vil have indsigt i egen psykologi og i gruppepsykologi.

Underviser:

Jeanett Kiy.

Jeanett har mange års erfaringer som leder og konsulent og arbejder som inspirator, underviser og facilitator af udviklingsprocesser.

Hun er cand.jur. og uddannet i organisationspsykologi, coaching og er psykoterapeut MPF (Medlem af Dansk Psykoterapeutforening).

Tid og sted:

Onsdag den 29. januar kl. 11.00 -
torsdag den 30. januar kl. 15.00.

Hotel Christiansminde
Christiansmindevej 16
5700 Svendborg

FIU-nr.: 5207 20 00 33

Pris: 9.775,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes på:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Stressvejlederen I

- HAN - HUN - fra stress til trivsel gennem samspil

Baggrund:

Dette er grundkurset i et forløb af flere moduler, hvor du udvikles til at blive en yderst kompetent Stressvejleder. Vi har gennem hele kurset fokus på dig og dine kollegaer.

På dette modul lægger vi vægt på, at du får en faglig velfunderet viden om, hvad stress er, hvordan kroppen reagerer og hvilke faktorer, der udløser stress. Derudover får du nogle konkrete og effektive værktøjer med hjem, som vil berige dig og dine omgivelser.

"HAN - HUN - fra stress til trivsel gennem samspil" tager udgangspunkt i erfaringer fra din dagligdag. Ligeledes tager vi hele kurset igennem kønsbriller på, hvilket giver kurset en ekstra spændende dimension.

Vi vil sætte fokus på værdier, holdninger og forventninger til et job med trivsel, samarbejde og sundhed i fokus!

Udbytte:

Du vil efter kurset kunne lægge endnu et redskab i din værktøjskasse, som hedder:

- "Husk! Vi er forskellige". Værktøjer som disse er uundværlige for dig, som sidder i diverse udvalg og er problemløser i mange forskellige situationer
- Du skal være garant for, at tingene udvikler sig i alles interesse, uanset køn

- Du vil efter kurset få øje på fejl og mangler i måden at skabe trivsel på, som tidligere var usynlige. Dette vil give en positiv effekt i dagligdagen. Du vil kunne stille de rigtige spørgsmål og give de korrekte svar
- Kurset åbner mulighed for deltagelse i Stressvejlederen II og III, samt deltagelse i den årlige Trivselskonference (se side 78)
- Hvad er stress egentlig og hvordan påvirkes vi fysisk og psykisk
- Du er efter kurset godt rustet til at hjælpe i dine omgivelser og ikke mindst at passe godt på dig selv.

Indhold:

- Din rolle som Stressvejleder
- Hvad er stress?
- Find vejen til et sundt liv gennem værdiafklaring
- Holdnings- og vidensudveksling
- Forventninger til dig selv, kollegaer og jobbet
- Kreative løsninger
- Stress og køn
- Den tillidsvalgte rum
- Mental træning skaber ro i kroppen
- Mindfulness - at hvile i nu og her
- "Find dig ikke i stress@"

Form og metode:

- Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser
- Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog
- Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære
- Vi vil opleve forskelligheder og erfaringer gennem et sundt samspil på kurset
- Der vil være to undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet
- På kurset udleveres kursusmappe, bogen "stress og arbejde" af Bo Netterstrøm, Guiden "stress – fra personligt problem til fælles ansvar" og du får mulighed for at downloade materialet "Find dig ikke i stress" af Alex Haurand

Målgruppe:

Kurset henvender sig til tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der i det daglige arbejder med at forbedre trivslen på jobbet, og hjælper med at holde stress og sygdom væk fra arbejdsmiljøet.

Tid og sted:

Der gennemføres 1 kursus i foråret og 1 i efteråret.

Hold 1:

Onsdag den 19. februar -
fredag den 21. februar.

FIU-nr.: 5207 20 00 34

Hold 2:

Onsdag den 2. september -
fredag den 4. september.

FIU-nr.: 5207 20 00 35

Begge hold begynder 1. dag kl. 10.00 og slutter 3. dag kl. 11.30.
(Internatkurser).

Pris: 9.775,00 kr. pr. hold.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Begge hold afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangørup.

Undervisere:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.
Alex Haurand og **Dorrit Larsen**, Frispark.
Se tillige: www.frispark.com

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.
Spørgsmål kan mailles til:
anny@danskmatal.dk

Stressvejlederen II

- HAN - HUN - fællesskab i forandring

Baggrund:

Dette er Stressvejlederen's andet modul, hvor vi gennem hele kurset har fokus på dig, dine kollegaer og arbejdspladsen.

Hverdagen er præget af det grænseløse arbejde, hvor det er vanskeligt at få sammenhæng mellem arbejds- og familieliv. Mange bliver ramt af stress og heraf følgende sygefravær, som er meget alvorligt og omkostningsfyldt for den enkelte og arbejdspladsen.

Derfor skal tillids- og arbejdsmiljørepræsentanten være rustet til handling, inden skaden sker. Du får samtidig viden og værktøjer, som du kan tage i anvendelse, når de u hensigtsmæssige og sundhedsfarlige episoder opstår.

På dette kursus har vi igen ligestilling i fokus.

Ligestilling er en vigtig brik – for derigennem kan vi vise forståelse, skabe respekt og ligeværd.

Dette skaber i sig selv trivsel og et sundt arbejdsmiljø for alle.

Udbytte:

- Din allerede godt fyldte stressværktøjskasse vil efter kurset indeholde nye værktøjer, som er med til, at du nu på en endnu mere professionel måde, kan udfylde dit hverv som tillids- og arbejdsmiljørepræsentant
- Du vil føle, at du naturligt hele tiden ser verden og dens forandringer og problemstillinger med kønsbriller på
- Dine omgivelser vil føle respekt og glæde for dine færdigheder, da det vil skinne igennem, hvor virkningsfulde de er

- Problemer kan takles og forandringer kan foretages, til glæde for alle parter, uanset køn
- I invitationen bliver du opfordret til at tage problemstillinger omkring stress og køn med på kurset. Da problemstillingerne kommer fra din hverdag, kan du med hjælp fra os og kursusedtagerne udvikle løsningsmodeller, som du direkte kan tage med hjem og anvendes
- Kurset åbner mulighed for deltagelse i Stressvejlederen III, samt deltagelse i den årlige Trivselskonference (se side 78)

Indhold:

- Dine oplevelser siden Stressvejlederen I
- Stress hos kvinde og mand
- Guide til forandring
- Skab sindsro gennem accept
- Psykisk arbejdsmiljø og samspillet mellem tillids- og arbejdsmiljørepræsentant
- Meditation skaber nærvær
- Dialog og samspil mellem kønnene

Form og metode:

- Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser
- Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog
- Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære
- Der vil være to undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet
- Kursusmaterialet vil blive udleveret på kurset

Målgruppe:

Kurset henvender sig til tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der i det daglige arbejder med at forbedre trivslen på jobbet og hjælper med at holde stress og sygdom væk fra arbejdsmiljøet.

Det er en forudsætning, at du har deltaget på Stressvejlederen I.

Tid og sted:

Der gennemføres 1 kursus i foråret og 1 kursus i efteråret.

Hold 1:

Onsdag den 25. marts -
fredag den 27. marts.

FIU-nr.: 5207 20 00 36

Hold 2:

Mandag den 28. september -
onsdag den 30. september.

FIU-nr.: 5207 20 00 37

Begge hold begynder 1. dag kl. 10.00 og slutter
3. dag kl. 11.30.
(Internatkurser).

Pris: 9.775,00 kr. pr. hold.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Undervisere:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og **Dorrit Larsen**, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

anny@danskmetal.dk

Stressvejlederen III

- HAN - HUN - sammen gør vi en forskel

Baggrund:

Dette er Stressvejlederen sidste modul, hvor vi gennem hele kurset har fokus på din fremtidige rolle som Stressvejleder.

For at forblive en dynamisk og effektiv vejleder er det vigtigt, at du til stadighed opsøger ny viden og nye værktøjer til at øge trivslen på din arbejdsplads og i dit liv.

Gennem netværksdannelse kan du skabe et bagland, hvor du kan hente hjælp, viden og vejledning. På dette modul vil du være med til at forme den fremtidige dagsorden for hvilke emner og temaer, der skal bringes op på den årlige Trivselskonference (se side 78)

Udbytte:

- Med fokus på stress og trivsel på arbejdspladsen og med udgangspunkt i ligestilling, vil du få viden om kulturforskelle kønnene imellem. Vi vil se på mobning og anden vold. Hvad sker der og hvordan handler vi? Hvilken betydning har det for den enkelte medarbejders trivsel og arbejdspladsen som helhed?
- Du vil blive klædt på til at kunne gennemføre den svære samtale med den stressramte, og være en god sparringspartner for både medarbejderen og lederen. Idet du som Stressvejleder ofte vil fremstå som rollemodel, er det vigtigt, at du selv udøver stresshåndtering. På kurset lærer du teknikker til at træne opmærksomhed og nærvær. Resultatet er, at du fremstår som en respekteret og tillidsvækkende vejleder

- Når du forlader kurset, er det med et voksende netværk af dygtige mænd og kvinder i bagagen, der med spænding venter på at blive brugt
- Du får viden om søvnens betydning for menneskers trivsel.

Indhold:

- Dine oplevelser siden Stressvejlederen II
- "Dig som stressvejleder"
- Mobning og anden vold
- Søvn og stress
- Samtalen med den stressramte
- Træning af opmærksomhed og nærvær
- "Indre stilhed"
- Dit personlige statement

Form og metode:

- Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser
- Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog
- Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære
- Vi vil opleve forskelligheder og erfaringer gennem et sundt samspil på kurset
- Der vil være to undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet

Målgruppe:

Kurset henvender sig til tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der i det daglige arbejder med at forbedre trivslen på jobbet og hjælper med at holde stress og sygdom væk fra arbejdsmiljøet.

Det er en forudsætning, at du har deltaget på Stressvejlederen II.

Tid og sted:

Der gennemføres 1 kursus i foråret og 1 kursus i efteråret.

Hold 1:

Mandag den 27. april -
onsdag den 29. april.

FIU-nr.: 5207 20 00 38

Hold 2:

Mandag den 16. november -
onsdag den 18. november.

FIU-nr.: 5207 20 00 39

Begge hold begynder 1. dag kl. 10.00 og slutter 3. dag kl. 11.30.
(Internatkurser).

Pris: 9.775,00 kr. pr. hold.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Undervisere:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.
Alex Haurand og **Dorrit Larsen**, Frispark.
Se tillige: www.frispark.com

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.
Spørgsmål kan mailes til:
anny@danskmetal.dk

STRESSVEJLEDEREN IV

- professionel formidling af "Hvad er stress?"

Baggrund:

Dette er en udviklingsgren til Stressvejlederen, hvor du træner til at blive en yderst kompetent formidler af fakta omkring mangfoldighed og stress.

Emnet er: "Hvad er stress?"

Du har som stressvejleder indsigt i, hvad stress er, hvordan kroppen reagerer og hvilke faktorer, der udløser stress. Efter kurset vil du være i stand til professionelt at viderebringe/formidle fakta omkring stress på konferencer, fyraftensmøder og som spændende oplæg til debatarrangementer etc.

Ligeledes tager vi hele kurset igennem mangfoldighedsbriller på, hvilket giver dig mulighed for at blive set, hørt og forstået af alle.

Udbytte:

Du vil efter kurset kunne lægge endnu et redskab i din værktøjskasse, som hedder:

- Professionel formidling af fakta om stress. Værktøjer som disse er uundværlige for dig, som sidder i diverse udvalg og er garant for et bedre arbejdsmiljø
- Du vil efter kurset kunne holde et flot og inspirerende oplæg: "Hvad er stress?"

Indhold:

- "Hvad er stress?"
- Vigtige værktøjer til effektiv formidling
- Publikums forskelligheder
- Hvordan styrer jeg nervøsiteten?
- Sandwichmodellen - feedback
- Øvelse i professionel formidling
- Mangfoldighed - hensyntagen til f.eks. køn, alder og etnicitet
- Mit første oplæg! - Hvor, hvornår og hvordan?
- Være fuldt tilstede i din formidling.

Form og metode:

- Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser
- Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog
- Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære
- Vi vil opleve forskelligheder og erfaringer gennem et sundt samspil på kurset
- Der vil være 2 undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet

Målgruppe:

Kurset henvender sig til tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der i det daglige arbejder med at forbedre trivslen på jobbet, og hjælper med at holde stress og sygdom væk fra arbejdsmiljøet. For at kunne deltage skal du have gennemført Stressvejlederuddannelsen, idet faglig viden og personlig udvikling herfra sikrer et fuldendt resultat.

Materialer:

USB-stik indeholdende:

- PowerPoint-præsentation
- Præsentationsmateriale til et fyraftensmøde
- 1 guidet afspænding og 1 kort guidet meditation

Tid og sted:

Der gennemføres 1 kursus i foråret og 1 kursus i efteråret.

Hold 1:

Onsdag den 27. maj -
fredag den 29. maj.

FIU-nr.: 5207 20 00 40

Hold 2:

Onsdag den 9. december -
fredag den 11. december.

FIU-nr.: 5207 20 00 41

Begge hold begynder 1. dag kl. 10.00 og slutter 3.
dag kl. 11.30.
(Internatkurser).

Pris: 9.775,00 kr. pr. hold.

*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen
fagforening.*

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Undervisere:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og **Dorrit Larsen**, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailles til:

anny@danskmetal.dk

Succes som tillidsvalgt

- lær at styrke sammenhold og samarbejde på jobbet

Baggrund:

Vi mennesker er forskellige – og heldigvis for det – men netop forskellighederne kan gøre det svært at samle buketten af forskellige interesser i dit arbejde som tillidsvalgt. Få inspiration til at skabe et stærkt sammenhold og sætte en dagsorden – med vidt forskellige mennesketyper og personligheder omkring dig.

Udbytte:

På dette kursus får du værktøjer til at:

- Forstå forskellige typer af mennesker
- Styrke samarbejdet mellem tillids- og arbejdsmiljørepræsentant
- Vinde opbakning fra dine kolleger
- Nå de mål, du gerne vil
- Gøre en positiv forskel på jobbet
- Skabe arbejdsglæde
- Tale så andre lytter til dig
- Få øget bevidsthed om din rolle som tillids- og arbejdsmiljørepræsentant

På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, så du føler dig tryk, styrket og godt tilpas.

Tag en kollega eller to med på kurset, så I sammen kan bruge værktøjerne til at gøre en positiv forskel på jeres arbejdsplads til gavn for kollegaerne, arbejdspladsen og "bundlinjen".

Indhold:

- Forskellige mennesker på jobbet
- Forstå dig selv og dine kolleger
- Derfor er mennesker "besværlige"
- Sådan håndterer du forskelligheder
- Værktøjer til gensidig respekt
- Sådan bygger du bro mellem mennesker og kollegaer
- Mænds og kvinders kommunikation

Undervisere:

Anne-Mette Barfod og **Birgitte Baadegaard**.

Anne-Mette Barfod er cand.polit. og journalist, og startede i 2009 Powerkvinderne, som arbejder for at gi' kvinder styrke. Anne-Mette har mange års erfaring fra kommunikationsbranchen og arbejder med personlig branding, assertion og gennemslagskraft.

Birgitte Baadegaard har mange års erfaring fra HR-branchen. Birgitte har i mange år arbejdet for at styrke kvinder både på jobbet og i livet. Hun er forfatter til flere bøger om kvinder, mænd og karriere.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, samt valgte og ansatte i en fagforening. Det vil være en fordel, men ikke et krav, at både tillids- og arbejdsmiljørepræsentant fra samme arbejdsplads deltager på samme kursus.

Tid og sted:

Mandag den 24. februar kl. 11.00 -
onsdag den 26. februar kl. 15.00.

Kurset er et 3 dages internatkursus og afholdes et hyggeligt, spændende sted tæt ved natur, hvor vi hjælpes ad med at tilberede mad.

FIU-nr.: 5207 20 00 42

Pris: 9.775,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Temadag om Den danske Model for fagbevægelsens etniske medlemmer

Baggrund:

Det danske arbejdsmarked er kendt i udlandet for sin særlige opbygning. Det er berømt, fordi organiseringen bygger på frivillige aftaler mellem arbejdsgivere og arbejdstagere.

Kun i sjældne tilfælde griber regeringen ind og lovgiver om forholdene.

Det er svært for fagbevægelsens medlemmer med en anden etnisk baggrund end dansk både at forstå og skelne mellem overenskomst og lovgivning – og dels hvilken funktion dansk fagbevægelse har for samfundet.

Udbytte:

Temadagen har til formål at klæde de etniske minoritetsmedlemmer på til at agere som ambassadør for den danske model og videreformidle deres viden om Den danske Model til deres kollegaer med anden etnisk baggrund.

Indhold:

Temadagen indeholder følgende elementer:

- Den danske Model, baggrund og oprindelse
- Den danske Model – aftaler versus lovgivning
- De kollektive overenskomster
- Organiseringsgrad og dens betydning
- Fagbevægelsens rolle og arbejdsmarkedets parter
- Trusler mod Den danske Model
- Arbejdspladsens rolle i Den danske Model
- Værktøjer til formidling af Den danske Model

De enkelte uddannelsesaktiviteter målrettes bedst muligt til den konkrete deltagergruppes behov.

Tid og sted:

Lørdag den 14. marts i København.

Lørdag den 18. april i det jyske.

Lørdag den 9. maj i København.

Lørdag den 20. juni i det jyske.

Lørdag den 15. august på Fyn.

Lørdag den 26. september i det jyske.

Lørdag den 28. november på Fyn.

Alle dage kl. 9.00 - 15.00.

FIU-nr.: 5247 20 00 24

(lørdag den 14. marts).

FIU-nr.: 5247 20 00 25

(lørdag den 18. april).

FIU-nr.: 5247 20 00 26

(lørdag den 9. maj).

FIU-nr.: 5247 20 00 27

(lørdag den 20. juni).

FIU-nr.: 5247 20 00 28

(lørdag den 15. august).

FIU-nr.: 5247 20 00 29

(lørdag den 26. september).

FIU-nr.: 5247 20 00 30

(lørdag den 28. november).

Pris: 3.975,00 kr. pr. temadag.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Tonen på jobbet

- spred arbejdsglæde

Baggrund:

På mange arbejdspladser er tonen ikke altid rar. Der kan være sladder i krogene. Der kan være konflikter. Der kan være sure miner. Der kan være en sexistisk tone. Der kan være en humor som kun få synes er sjov. På dette kursus får du viden om, hvad du som tillidsvalgt kan gøre for at arbejde med "tonen" på arbejdspladsen og sprede arbejdsglæde og god energi.

Udbytte:

På dette kursus får du værktøjer til at:

- Finde positive løsninger
- Skabe en god tone på jobbet uden sexistiske undertoner
- Håndtere besværlige chefer og kolleger
- Udtrykke dig klart og tydeligt
- Holde fast i dine synspunkter på den gode måde
- Være trendsætter og sprede arbejdsglæde
- Fokuserer på magtrelationer og hierarkier

På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, så du føler dig tryk, styrket og godt tilpas.

Tag en kollega eller to med på kurset, så I sammen kan bruge værktøjerne til at gøre en forskel på jeres arbejdsplads. Det er en fordel, men ingen nødvendighed, at tillids- og arbejdsmiljørepræsentant deltager sammen.

Indhold:

- Herskertechnikker
- Psykopater på jobbet
- Assertionstræning
- Hold fast i dig selv
- Positiv kommunikation
- Fokus på det, du gerne vil

Undervisere:

Anne-Mette Barfod og Signe Hegestand.

Anne-Mette Barfod er cand.polit. og journalist, og startede Powerkvinderne i 2009, som arbejder for at gi' kvinder styrke. Anne-Mette har mange års erfaring fra kommunikationsbranchen og arbejder med personlig branding, assertion og gennemslagskraft.

Signe M. Hegestand er cand.psych. og autoriseret privatpraktiserende psykolog. Hun har i mange år arbejdet med mennesker, der har været i nedbrydende relationer. Hun har fokus på at genopbygge selvværd og selvtillid. Desuden har hun arbejdet med motivation og meningsfuldhed gennem mange år.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, samt valgte og ansatte i fagforeninger.

Tid og sted:

Mandag den 28. september kl. 12.00 -
onsdag den 30. september kl. 15.00.

Kurset er et 3 dages internatkursus og afholdes på et dejligt sted med mulighed for hygge og naturoplevelser. Vi hjælpes ad med at lave mad.

FIU-nr.: 5207 20 00 43

Pris: 9.275,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Trivselskonferencen 2020

- stress - trivsel - køn

- konference for Stressvejledere

Baggrund:

Gennem mere end 10 år har fagbevægelsen uddannet Stressvejledere. Psykisk arbejdsmiljø og trivsel er jo i konstant udvikling og som vejleder må man holde sig ajour for at følge med.

Derfor denne spændende, inspirerende og lærerige årlige trivselskonference, hvor Stressvejlederne og underviserne kan mødes og få inspiration, ny viden og sparring i forhold til deres rolle som vejledere.

For at Stressvejlederne fortsat kan føle sig trygge og fagligt velfunderede i deres hverv, er der behov for opbakning, motivation og ny viden.

På konferencen har vi hele tiden "Køns- og mangfoldighedsbriller" på, da vi derved kan møde det enkelte menneske, dér hvor han/hun er og starte hjælpen derfra.

Udbytte:

Stressvejlederen vil blive klædt på med den nyeste viden indenfor stresshåndtering og ligestilling.

På konferencen bliver der holdt foredrag om emner, som kan berige den enkelte vejleder i arbejdet med stresshåndtering og trivsel i hverdagen.

Det brede netværk på tværs af forbund og brancher, der dannes på konferencen, vil give tryghed og mange muligheder for videreudvikling, inspiration og samspil. Til gavn og hjælp for alle deltagere og deres kollegaer.

Tilbagemeldingerne fra tidligere trivselskonferencer viser, at Stressvejlederne tager hjem med ny faglig viden, motivation og fornyet energi til at arbejde videre med arbejdsmiljøet.

Indhold:

- Konferencen bygger på ny viden til Stressvejlederne, så de hele tiden er på forkant med, hvad der foregår
- Der bliver, som hvert år, indbudt spændende og dygtige gæstelærere og foredragsholdere
- Ligeledes er det en konference, der har stort fokus på netværksdannelse og erfaringsudveksling
- Trivselskonferencerne foregår altid i en dejlig og seriøs stemning, hvor der er plads til både alvor og sjov

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der er færdiguddannede Stressvejledere eller under uddannelse hertil.

Tid og sted:

Fredag den 31. januar kl. 11.30 (opstart med frokost)
- lørdag den 1. februar kl. 13.00 (slut med frokost).

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13,
3550 Slangerup.

FIU-nr.: 5207 20 00 44

Pris: 5.975,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Undervisere:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og **Dorrit Larsen**, Frispark.

[Se tillige: www.frispark.com](http://www.frispark.com)

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

anny@danskmetal.dk

TR-træf for etniske minoriteter

Baggrund:

Fagbevægelsen skal have en gevinst. Der er en underrepræsentation af tillidsvalgte med minoritetsbaggrund. Dette matcher ikke fagbevægelsens målsætninger. Det er hensigten med træffet at give fagbevægelsen mulighed for at blive klogere på, hvad det giver mening at gøre, når målet skal nås med en repræsentativ andel tillidsvalgte med minoritetsbaggrund.

Udbytte:

Formålet er at de tillidsvalgte med en anden etnisk baggrund end dansk klædes på til at varetage deres funktion optimalt og offensivt – både i forhold til egen karriere og i forhold til, at medlemmer og potentielle medlemmer oplever den tillidsvalgte som velfungerende og som en ressource, der giver mening til medlemskabet.

Medlemmer skal opleve, at tillidsvalgte med minoritetsbaggrund er gode repræsentanter for fagbevægelsen og indeholder nogle værdier, der gør at her, "vil jeg gerne være medlem", "her udvikles min arbejdsplads", og her "varetages mine interesser".

Indhold:

Den tillidsvalgte skal have en gevinst. Som tillidsvalgt med minoritetsbaggrund er der andre udfordringer og andre muligheder end for etnisk danske.

Træffet skal give redskab(er) til at øge egen gennemslagskraft og egne muligheder. Medlemmerne skal have en gevinst.

De tillidsvalgte, der deltager i træffet skal klædes på til at være mere offensive aktører på deres arbejdsplads, så deres kolleger oplever, at det er en tillidsvalgt, der er så god, at her er jeg nødt til at være medlem – og potentielle medlemmer fristes af et medlemskab.

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt faglig aktive med en anden etnisk baggrund end dansk.

Tid og sted:

Lørdag den 15. februar kl. 11.00 –
søndag den 16. februar kl. 13.00.

Hovedstadsområdet.

FIU-nr.: 5247 20 00 31 (uden overnatning).

FIU-nr.: 5247 20 00 32 (med overnatning).

Pris: 1.975,00 kr. (uden overnatning).

Pris: 3.375,00 kr. (med overnatning).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Træf for FIU-Ligestillings lokale netværk

Baggrund:

At FIU-Ligestillings netværk får mulighed for at udveksle erfaringer, skabe ny viden og få ny inspiration til eget ligestillings- og mangfoldighedsarbejde.

Udbytte:

På træffet vil du erfaringsudveksle med andre netværk og få nye ideer til eget faglige arbejde med forandringer på arbejdspladsen, der inkluderer køn og mangfoldighed.

Indhold:

- Nye hotte ligestillingspolitiske emner og handlemuligheder
- Erfaringsudveksling
- Arbejdspladsens muligheder for at forebygge kønsbestemt vold
- Organisering af medlemmer i et mangfoldighedsperspektiv
- Socialt samvær og en kulturel oplevelse set med kønsbriller

Målgruppe:

Deltagerne i FIU-Ligestillings netværk, tillidsvalgte og ligestillingsinteresserede.

Tid og sted:

Onsdag den 25. november kl. 10.00 -
torsdag den 26. november kl. 15.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 45

Pris: Gebyrfrit for deltagelse i FIU-Ligestillings netværk.

1.550,00 kr. for andre.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Videreudvikle dig som mentor

- sparring og udviklingsseminar for mentorer i FIU-Ligestillings mentorordning

Baggrund:

FIU-Ligestilling har de seneste 2,5 år haft en mentorordning, hvor medlemmer er faglige mentorer for en flygtning/etnisk minoritet. Dette arbejde har vist sig meget betydningsfuldt, og mentorerne er med til at gøre en forskel. Vi vil gerne hjælpe mentorerne så meget som muligt samt bidrage til, at alle får muligheden for at videreudvikle sig som mentorer - og sparringspartnere generelt. Derfor har vi lavet nye mentorkurser i 2020, som er et tilbud, så mentorer kan videreudvikle sig selv og deres mentorpraksis. **Tilbuddet er også for dig, som endnu ikke er mentor, men som godt kunne tænke dig at blive det - eller blot er nysgerrig.**

De seneste år har vi erfaret, at mentorordninger er en effektiv måde til at understøtte integrering på arbejdsmarkedet. Det gælder særligt udsatte grupper som flygtninge, personer med handicap, minoriteter eller nogen med andre udfordringer. Udover disse grupper ses der også en særlig udfordring i forhold til, at få kvinder med flygtninge- eller indvandrerbaggrund i job - under ordentlige forhold. Derfor er mentorrollen særlig vigtig hos denne gruppe.

Udbytte:

På dette korte udviklingskursus får du nye, enkle redskaber til at få en god oplevelse i forhold til at være mentor.

Du får ny viden, som du kan bruge i din mentorpraksis, og vi hjælper dig med at udvikle din mentorrelation, så den bliver så god som mulig. Det særlige fokus vi har på kvinder, kan nemlig godt give nogle udfordringer, og disse udfordringer vil vi gerne hjælpe jer med at imødekomme. Du får præsenteret forskellige nye perspektiver og får blandt andet øje for hvilket kønsmæssige problemstillinger, som kan opstå i mentorrelationen.

Indhold:

- Nyheder indenfor mentoring
- Særligt fokus på kvinderne: Hvordan støtter vi og fastholder vi denne gruppe?
- Træning: Hvordan forbedrer jeg mine mentor-kompetencer? Øvelser samt gode råd
- Erfaringsudveksling mellem mentorer
- Kulturmøde og kulturforskelle
- Konflikthåndtering - hvordan håndterer jeg og løser svære situationer?
- Modtagekultur og Den danske Model
- Hvor kan jeg få yderligere hjælp og støtte?
- Materialer etc.

Kurset vil byde på forskellige former for undervisning, hvor der både vil være oplæg, netværksøvelser og sparringssessioner, samt andre involverende øvelser og indslag. Vi vil erfaringsudveksle, og ud fra mentordagligdagen tage nogle dilemmaer op, som vi i fællesskab skal forsøge at løse med henblik på, at forbedre jeres egen mentorpraksis.

Målgruppe:

Mentorkurset er både for nybegyndere og for erfarne mentorer. Vi sikrer et forløb med gensidig inspiration og udvikling under hyggelige og lærerige rammer.

Tid og sted:

Der er ét kursus i hver region årligt.

Mandag den 6. april (Region Hovedstaden).

Mandag den 25. maj (Region Nord).

Mandag den 15. juni (Region Midt).

Mandag den 24. august (Region Syd).

Mandag den 5. oktober (Region Sjælland).

De enkelte kurser afholdes kl. 17.00 - 20.00.

FIU-nr.: 5207 20 00 46

(Region Hovedstaden).

FIU-nr.: 5207 20 00 47

(Region Nord).

FIU-nr.: 5207 20 00 48

(Region Midt).

FIU-nr.: 5207 20 00 49

(Region Syd).

FIU-nr.: 5207 20 00 50

(Region Sjælland).

Pris: 975,00 kr. pr. dag.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Vold i hjemmet

- arbejdspladsens muligheder for at forebygge kønsbestemt vold

Baggrund:

Onsdag den 25. november er FN's mærkedag til bekæmpelse af vold mod kvinder.

FIU-Ligestilling støtter op om dagen og sagen med dette dialogmøde, hvor der sættes fokus på arbejdspladsens muligheder for at forebygge kønsbestemt vold.

Vold i hjemmet betyder både noget for trivslen på arbejdspladsen og for arbejdspladsdemokratiet.

Indhold:

- Nyheder på området. Både undersøgelser, praktiske erfaringer og politiske visioner
- FIU-Ligestillings netværk rundt i landet giver hver en kort beskrivelse af det, de har arbejdet med i årets løb i forhold til vold
- Uddeling af pris til en tillidsvalgt, der har gjort en særlig og konkret indsats for at forebygge vold i hjemmet

Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, fagforeningsrepræsentanter, ansatte på kvindekrisecentre, sprogskolelærere, undervisere fra fagbevægelsen, politikere og interesserede fra andre organisationer, der arbejder med "Kønsbestemt vold".

Tid og sted:

Onsdag den 25. november kl. 10.00 - 14.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 20 00 51

Pris: Gebyrfrit

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Er du medlem af et forbund i FIU-fællesskabet foregår tilmeldingen i din fagforening gennem FIU-sys på ovenstående FIU-kursusnummer.

Er du medlem af en fagforening uden for FIU sker tilmelding til Pia Haandbæk på mail:

piha@danskmetal.dk med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Økonomisk ledelse

- et valgfag på diplomuddannelsen i ledelse

- giver 5 ECTS-point

Baggrund:

At have overblik over og forståelse for økonomien er en forudsætning for bæredygtige beslutninger og magt til, at indgå med relevante indspil og modspil på arbejdspladsen, i fagforeningen og i det politiske arbejde.

Kurset sætter dig i stand til at analysere økonomiske beslutninger som ledelsesinstrument, bl.a. via kønsopdelte budgetter og opmærksomhed på hvor minoriteter og køn indgår. Du får en grundlæggende forståelse for den økonomiske tankegang samt de økonomiske begreber, modeller og beslutningsprocesser, som benyttes i både offentlige og private organisationer.

Du får en viden om styring af økonomiske aktiviteter, ressourcer, investeringer og finansiering, som giver dig kompetence til at deltage i økonomiske beslutninger.

Indhold:

- Overordnet økonomisk styring i den private og den offentlige sektor
- Det eksterne regnskab og det interne regnskab
- Budgetproces, budgettering og forskellige budgetmodeller, herunder incitament i forskellige modeller, aktivitets-, omkostnings- og likviditetsbudgettering
- Metoder og værktøjer til økonomisk målstyring
- Kommunikation og formidling af økonomiske forhold
- Omverdenens indvirken - herunder politiske indgreb og samfundsmæssige forhold

Målgruppe:

Valgte og ansatte i fagforeninger, arbejdspladstilidsvalgte der har en akademiuddannelse eller en kort videregående uddannelse. Er du i tvivl om du kan optages på modulet er du velkommen til at [maile](#) til tovholderen.

Underviser:

Daniel Blum, Cand. Scient. adm. Han har undervist på adskillige forløb i fagbevægelsen.

FIU-Ligestilling indgår aftale med en uddannelsesinstitution, der har de formelle rettigheder til at gennemføre den kompetencegivende eksamen.

Tid og sted:**Torsdage den:**

16. januar, 30. januar, 13. februar, 5. marts og
19. marts.

Alle dage kl. 14.00 - 19.00.

Eksamen afholdes enten torsdag den 16. eller
23. april i dagtimerne.

(Endeligt tidspunkt aftales på holdet).

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. - eller
Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

*Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-nr.: 5207 20 00 52

Pris: 9.975,00 kr.

*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen
fagforening.*

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Afgangsprojekt i diplomuddannelsen (2021)

Baggrund:

Flere tillidsvalgte har i regi af ligestillingspartnerskabet gennemført både valgfri og obligatoriske moduler i diplomuddannelsen i ledelse og det er i starten af 2021 tid til, at de første kan gennemføre et afgangsprøveprojekt.

Udbytte:

Målet er at klæde deltagerne på til at gennemføre afgangsprøveprojektet.

Indhold:

- Vejledning
- 12 timer individuelt
- Undervisning med info, gode råd og fif til opgaveskrivning, eksamen, m.m.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, samt valgte og ansatte.

Tid og sted:

2021:

Torsdage den:

14. og 28. januar.

Begge dage kl. 14.00 – 19.00.

Torsdag den 8. april:

Fælles vejledning og opsamling.

Torsdag den 15. april:

Aflevering af skriftlig opgave.

Torsdag den 29. april:

Eksamen.

Tid og sted:

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V. – eller
Dansk Metal, Molestien 7, 2450 København SV.

*Eller et andet sted, der ligger ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-nr.: 5207 21 00 00

Pris: Offentliggøres i august 2020.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

20

20