

# Naturligvis

KURSUSKATALOG

2021

## INDHOLDSFORTEGNELSE

8. marts 2021	5
Afgangsprojekt i diplomuddannelsen i 2021	6
Aktuel arbejdsret med "ligestillingsbriller"	7
Anerkendende kommunikation på job som tillidsvalgt	8
Arbejdsretligt fokus	10
Besværlige kollegaer og chefer	12
Bornholm - FOLKEMØDE 2021	15
Danish model and workers right	28
Find din indre powermand	30
FL - netværk	32
Human Resource Management og ledelse	34
Hvilken type er du?	36
Hvordan taler vi egentlig sammen på arbejdspladsen?	37
Integrationsrepræsentant-uddannelsen (på engelsk)	38
Karriereudvikling for kvindelige tillidsvalgte	40
Kvindelig meningsdanner	42
Ledelse af medarbejdere - og faglig udvikling	44
LGBT+ -aktiviteter	47
Ligestilling for mænd	60
Mangfoldig konflikthåndtering	62
Mangfoldighedskørekort	65
Mangfoldighedsorganiser	72



Mangfoldighedsværksted	74
Mindfulness for tillidsvalgte	76
Mindfulness for øvede	78
Mændenes internationale kampdag	80
Netværk for tillidsvalgte	82
Netværk for tillidsvalgte med minoritetsbaggrund	84
Organisation, udvikling og samskabelse	86
Psykologi for dig som mandlig tillidsvalgt	88
Retfærdig løn	90
Stressvejlederen I	92
Stressvejlederen II	94
Stressvejlederen III	96
Stressvejlederen IV	98
Stressvejlederkonferencen 2021	100
Styrk dit kropssprog	102
Succes som tillidsvalgt	104
Temadag om Den danske Model for fagbevægelsens etniske medlemmer	106
TR-træf for etniske minoriteter	108
Træf for FIU-Ligestillings lokale netværk	110
VOLD og seksuel chikane	111
Womens advocate	112

## Du sidder med FIU-Ligestillings kursuskatalog for 2021 i hænderne

Vi håber, du finder kursustilbud, du som tillidsvalgt, oplever relevante, spændende og brugbare. For der er brug for handling, hvis vi skal forebygge indirekte diskrimination og udnytte alles ressourcer.

2020 blev på grund af Covid-19 et år præget af mange aflysninger af kurser, konferencer og netværksmøder i FIU-Ligestilling. Corona-virusen blev dog ikke skyld i, at der var handlingslammelse på ligestillingsområdet.

Bl.a. kunne vi konstatere, at vores aktiviteter på LGBT+ området gav konkrete resultater: F.eks. har et forbund tilbudt deres afdelinger at blive LGBT+ certificeret, deltagerne på LGBT+ meningsdanneruddannelsen er aktive i medierne og fagblade dækker LGBT+ medlemmernes udfordringer tæt med gode medlemshistorier.

I Naturligvis 2021 styrkes LGBT+ området igen: Der er både nye aktiviteter, netværk og gode gamle kendinge. Vi håber, du har lyst at være med, uanset om du selv er LGBT+ person, eller om du er "allieret", der er engageret i sagen.

Nedlukningen i forbindelse med Covid-19 betød, at vi fik afprøvet onlinekurser. Dette videreudvikler vi i 2021. Vi satser på at tilbyde mere og mere online opkvalificering, men OGSÅ stadig de fysiske møder, som næppe kan undværes i et stærkt fællesskab.

### Endelig skal nævnes at udfordringerne er store i 2021:

- Seksuel chikane og diskrimination af minoriteter er ikke bekæmpet, tværtimod er der brug for forebyggelse, kulturændringer og stor opmærksomhed, når vi som samfund skal udvikle svar på, de udfordringer, bevægelser som #metoo og "Black lives matter" sætter spot på.
- Vi skal have åbnet det kønsopdelte arbejdsmarked, så mænd og kvinder trives side om side på arbejdspladserne og vi kan høste de gevinster, det giver, i form af ligeløn, fleksibilitet og bedre arbejdsmiljø.
- Ligelønskoden er stadig ikke knækket, og det går for langsomt fremad i forhold til, at det er acceptabelt. Men fagbevægelsen kan og vil ikke give op. EU varsler et direktiv om lønåbenhed. Vi skal klædes på i fagbevægelsen på alle niveauer, også på TR-niveau. På dette område er der både online og fysiske kurser.

Den ligestillingspolitiske dagsorden er vigtig for alle medlemmer, ikke kun kvinder. Mænd, kvinder, minoriteter og samfundsøkonomien, profiterer alle af mere ligestilling. Vi håber, kursustilbuddene i 2021, bidrager til, at vi kommer et langt ligestillingskridt videre.

God arbejdslyst til os alle!

FIU-Ligestillingspartnerskabet\*  
August 2020

Majken Baarstrøm Kidmose  
forbundssekretær, Dansk Metal.

Martin Rasmussen,  
næstformand HK.

Finn Johnsen,  
næstformand, Serviceforbundet.

Søren Heisel,  
forbundssekretær, 3F.

Grete Christensen,  
formand, Dansk Sygeplejeråd.

\* FIU-Ligestilling er et partnerskab mellem Dansk Metal, Serviceforbundet, 3F, DSR og HK med henblik på at udvikle og udbyde uddannelsesaktiviteter, der fremmer ligestilling bredt set. Partnerskabet har eksisteret siden 2005.  
[www.fiu-ligestilling.dk](http://www.fiu-ligestilling.dk) viser både kursusaktiviteter og noget om historie og opbygning.

## 8. marts 2021

- status på Ligestillingsdagsordenen 2021 v/ Kvindernes Internationale Kampdag

### Baggrund:

8. marts har arbejderbevægelsen fejret i over 110 år som Kvindernes internationale kampdag.

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

### Indhold:

På konferencen sættes fokus på et eller flere 2021-hotte ligestillingspolitiske emner:

- På vej mod et kommunalvalg
- Nye fagpolitiske handlemuligheder
- Nyt fra kønsforskning
- Indspark fra tillidsvalgte om udfordringer og muligheder på arbejdspladserne

### Målgruppe:

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

### Tid og sted:

Mandag den 8. marts kl. 10.00 - 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Det er muligt der holdes koordineret 8. marts arrangement i flere byer. Dette vil blive udmeldt senest i december 2020.

**FIU-nr.: 5207 21 00 02**

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Afgangsprojekt i diplomuddannelsen i 2021

### Baggrund:

Flere tillidsvalgte har i regie af FIU-Ligestillingspartnerskabet gennemført både valgfri og obligatoriske moduler i diplomuddannelsen i ledelse og det er i 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 og valgte/ansatte i fagbevægelsen, der har gennemgået de nødvendige moduler på diplomuddannelsen i ledelse for, at kunne gennemføre et afgangsprøveprojekt.

### Underviser og vejleder:

FIU-Ligestillingspartnerskabet indgår aftale med en ekstern uddannelsesinstitution, der har kompetence til at gennemføre en formel eksamination.

### Tid og sted:

Onsdag den 24. marts og torsdag den 15. april kl. 14.00 - 19.00: Fælles undervisning

Individuel vejledning aftales separat.

Torsdag den 10. juni kl. 14.00 - 19.00: Fælles vejledning og opsamling.

Aflevering af skriftlig opgave i uge 24.

Onsdag den 30. juni - eksamen i dagtimerne.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

*Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 00**

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes på:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Aktuel arbejdsret med "ligestillingsbriller"

- årligt effektivt nyhedskursus

### Baggrund:

Arbejdsret er i løbende udvikling. Hvert år kommer der dels nye regler i love og overenskomster, dels et utal af domme og voldgiftskendelser – der alle har stor betydning for medlemmernes rettigheder på arbejdspladsen.

Det er et "must", at følge med for at kunne bistå kollegaer/ medlemmer bedst muligt over for arbejdsgiveren.

Særligt fokus vil være på de mange regler, der skal sikre ligebehandling af udsatte medarbejdergrupper – gravide, etniske, seksuelle og andre "minoriteter", medarbejderrepræsentanter mv.

Kurset påtænkes udbudt "årligt" – hvert år med nyt indhold med udvikling siden sidst.

### Udbytte:

Din arbejdsretlige kunnen bliver ajourført, så du (ligesom arbejdsgiver) er klædt på med den nyeste arbejdsretlige indsigt, særligt inden for ligebehandling.

### Indhold:

Nyeste relevante emner indenfor ligebehandling. Emnerne udvælges kort før kursustidspunkt for at sikre fokus på nyeste udvikling.

### Målgruppe:

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

### Tid og sted:

Torsdag den 3. juni 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 21 00 03**

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Anerkendende kommunikation på job og som tillidsvalgt

- spred livskraft med god karma på din arbejdsplads

### Baggrund:

Man siger, at 90 procent af alt bøvl på jobbet skyldes manglende eller dårlig kommunikation. På dette kursus får du værktøjer til at kommunikere anerkendende, positivt og i øjenhøjde med dine kollegaer. Samtidig får du en guide og et minikursus med hjem, som du kan holde for dine kollegaer. Det sætter jer i stand til i fællesskab at sprede god karma og inspirere hinanden til respektfuld, anerkendende og ærlig kommunikation så i sammen kan formulere klare krav og ønsker til udvikling og samarbejdsklima. Kurset henvender sig til fællestillidsvalgte og tillidsvalgte.

### Udbytte:

DU får inspiration til at:

- Skabe grobund for et godt arbejdsmiljø
- Udstråle vitalitet, livskraft og arbejdsglæde med forståelse for hvad dit eget køn betyder i kommunikationen
- Skabe god karma, god stemning, god opbakning og fælles retning med øje for køn og ligestilling
- Møde hverdagen og situationer i øjenhøjde
- Skabe respekt omkring din person som tillidsvalgt
- Takle svære situationer og konflikter så I kommer ud i et styrket fællesskab.
- På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, så du føler dig tryk og godt tilpas

### Indhold:

- Positiv psykologi, selvværd og selvtillid
- Den anerkendende metode
- Assertion: Og jeg mener, hvad jeg siger
- Positiv kommunikation
- Brug af krop og stemme
- Ligeværd på jobbet
- Konstruktiv feedback
- Konfliktløsning og motivation af dig selv og kollegerne
- Imødekommende kommunikation
- Walk your talk - og undgå sladder

### Målgruppe:

Tillidsvalgte, samt valgte og ansatte i afdelinger/ fagforeninger.

*Minimum 6 - max. 10 deltagere.*

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



**Undervisere:**

Birgitte Raaberg og Anne-Mette Barfod.

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

**Birgitte Raaberg** er skuespiller og har medvirket i mere end 50 teaterforestillinger og musicals, film og TV. Birgitte har stor erfaring som kommunikationsstræner, coach og mindfulnessinstruktør for både enkeltpersoner og grupper. Birgitte udgav i 2017 bogen "Det du favner" på Gyldendal.

Læs mere om underviserne på:

[www.powerkvinderne.dk](http://www.powerkvinderne.dk)

**Tid og sted:**

Mandag den 17. maj kl. 12.00 -  
onsdag den 19. maj kl. 15.00.

*Kurset er et 3 dages internatkursus og afholdes under uformelle og hyggelige former, et utraditionelt sted i midten af landet, hvor vi hjælper ad med at tilberede maden.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 04**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Arbejdsretligt fokus

- på forskelsbehandling, ligebehandling, diskrimination, 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, det er svært/sværere at komme udenom fordi der er juridisk "hold" i din måde at argumentere på.

Du bliver klædt på til at vurdere OM der er en sag, om sagen HOLDER og HVOR du skal gøre af den. Du vil blive mere professionel.

### 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 m.v.
- Hvordan foregår sagen - fra krav til dom
- Hvad er konsekvensen af ulovlig forskelsbehandling/diskrimination - genansættelse, godtgørelse, erstatning?
- Gennemgang af relevante domme/og kendelser om diskrimination
- Såfremt det passer tidsmæssigt, gennemføres et besøg i Arbejdsretten, hvor vi oplever en relevant sag

### Målgruppe:

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

**Underviser:**

Claus Kirstejn Jensen, Arbejdsretsadvokat.

**Tid og sted:****Tirsdage den:**

31. august, 14. september, 28. september, 12. oktober  
og 26. oktober.

*Alle dage 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 21 00 05**

*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fag-  
forening.*

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Besværlige kollegaer og chefer

- sådan håndterer du dem

### Baggrund:

Du kender det sikkert alt for godt: Du sidder over for en kværlant, som er imod alt. Eller du står over for en dominerende samarbejdspartner. Det kan også være chefen, der "bosser dig", eller kollegaerne, der hvisker og tisker og brokker sig i krogene. Kollegaer og ledere, der ser barrierer mere end muligheder. Vi møder alle sammen besværlige, magtglade, vrisne eller manipulerende mennesker på vores vej, som stjæler vores tid og positive energi. På dette kursus får du værktøjer til at bevare fatningen og tackle de udfordringer, som besværlige mennesker stiller dig over for i hverdagen.

### Indhold:

Dårlig ledelse er en væsentlig årsag til medarbejderes langtidssygemeldinger og dårlige arbejdsforhold.

Du får inspiration til at:

- Spotte mennesker, der dræner dig for energi og er besværlige og være obs på hvad køn betyder
- Forstå dine naturlige reaktioner, når dine grænser overskrides
- Blive på din egen banehalvdel og undgå offerrol-len
- Blive klar over, hvad du vil - og ikke vil - finde veje uden om modstanden
- Være konstruktiv i modstanden - skab en sund stemning på arbejdspladsen og i fagforeningen

### Udbytte:

På kurset får du inspiration til at skabe et sundt arbejdsmiljø for dig og dine kollegaer:

- Forstå, hvorfor nogle mennesker opleves "besværlige"
- Hvordan du kan forholde dig, når du møder (for) besværlige mennesker på arbejdspladsen eller i det faglige arbejde
- Tips til at kommunikere og holde fast i dig selv, når du står over for besværlige mennesker og være obs på hvad køn betyder i denne sammenhæng.
- Kommunikationstræning (i trygge rammer), hvor du får mulighed for at kommunikere, så du bevarer den gensidige respekt og møder din besværlige kollega eller chef i øjenhøjde

### Målgruppe:

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

*Minimum 6 - max. 10 deltagere.*

**Undervisere:**

Anne-Mette Barfod og Birgitte Baadegaard.

**Birgitte Baadegaard** er cand.merc., og har mange års erfaring fra HR-branchen.

Birgitte har i mange år arbejdet for at styrke kvinder og mænd både på jobbet og i livet. Hun er forfatter til flere bøger om kvinder, mænd og karriere.

**Anne-Mette Barfod** er cand.polit. og journalist, og startede i 2009 Powerkvinderne, som arbejder for at gi' kvinder - og mænd - styrke.

Anne-Mette har mange års erfaring fra kommunikationsbranchen og arbejder med personlig branding, assertion og gennemslagskraft.

Se tillige: [www.powerkvinderne.dk](http://www.powerkvinderne.dk)

**Tid og sted:**

Mandag den 6. september kl. 12.00 -  
onsdag den 8. september kl. 15.00.

*Kurset er et 3 dages internatkursus, som afholdes et hyggeligt og utraditionelt sted, med adgang til natur, "pejse-snak" og gode råvarer, hvor vi hjælpes ad med at tilberede maden.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 06**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)





## Bornholm - FOLKEMØDE 2021

Faglighed i farver	16
FLUK - reunion 2021	18
Kvindelig meningsdanner - reunion 2021	20
LGBT+ netværk	22
Netværk "netværker" på Folkemødet	24
Stressvejlederen på Folkemødet	26

## Faglighed i farver

- med deltagelse på Folkemødet på Bornholm

### 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 integrations fremmende "happeninger"
- Påvirkning af den politiske dagsorden
- "Hotte" ligestillingspolitiske temaer

### Målgruppe:

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



### Tid og sted og praktiske oplysninger:

Der forventes samlet indkvartering af hele FIU-Ligestillingsdelegation på Due Odde Badehotel. Der indkvarteres i hotellejligheder med altan, to og to (du indkvarteres med en af samme køn som dig). Morgenmad laver du selv i hotellejligheden. Frokost indtages på Folkemødet. Om aftenen er der grillmad af Bornholmske råvarer på græsplænen ved Badehotellet, som vi hjælpes ad med at tilberede, samt rydde op, dække borde, fjerne affald m.m. (*Arbejdsopgaverne bliver fordelt inden vi tager afsted*). Du får et buskort til den offentlige transport, samt shuttlebusser, så du selv kan planlægge din transport til/fra Folkemødet. FIU-Ligestilling vil desuden leje en særlig bus til/fra Badehotellet der afgår på strategisk passende tidspunkter, hvis du ikke har tålmodighed til shuttlebusser.

*Har du et begrundet behov for eneværelse kan du søge om dette. Hvis det kan passes ind i puslespillet, får du et værelse for dig selv. Deltagere med behov for eneværelse prioriteres sidst og der vil være tillæg i prisen.*

### Torsdag den 17. juni – søndag den 20. juni.

*De præcise tider kendes ikke, da færgeplanen ikke foreligger i skrivende stund.*

*Der er fælles transport fra Københavns Hovedbanegård til/fra Bornholm.*

*Der er begrænset antal pladser og optages efter først til mølle. Tilmeldingsfrist 1. april 2021.*

Folkemødet på Bornholm.

**FIU-nr.: 5247 21 00 00**

**Eneværelse: 5247 21 00 01**

*(Tillæg i prisen og prioriteres til sidst).*

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

### Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto:anthony.sylvester@3f.dk)

## FLUK - reunion 2021

- med deltagelse på Folkemødet på Bornholm

### Baggrund:

Et af målene med FLUK var netværksdannelse med andre fagligt aktive, valgte og ansatte i fagbevægelsen. FIU-Ligestilling bestræber sig derfor på at skabe rammer for fortsat netværksdannelse ved at etablere en fælles "reunion-aktivitet" hvert andet år. Igen i år er rammen Folkemødet på Bornholm, samt på Due Odde Badehotel.

Der vil være deltagelse i ligestillingsaktiviteter på selve Folkemødet. Obligatoriske og frivillige. Der vil være to obligatoriske konferencer og workshops for "os selv" på Due Odde Badehotel. Der er tid til at netværke.

### Udbytte:

- Du vil få viden om nye ligestillingspoliske dagsordener i fagbevægelsen
- Ny inspiration til dit eget faglige arbejde
- Mulighed for netværksdannelse

### Indhold:

- Erfaringsudveksling
- Aktiv deltagelse på "Folkemøde 2021". Som deltager forpligter du dig til at deltage i debatter o.l.
- Oplæg og workshops om åbning af det kønsopdelte arbejdsmarked, forebyggelse af seksuel chikane, lønåbenhed og fædrebarsel/ligestilling for mænd

**Målgruppe:**

Deltagere der har gennemført FLUK.

**Tid og sted og praktiske oplysninger:**

Der forventes samlet indkvartering af hele FIU-Ligestillingsdelegation på Due Odde Badehotel. Der indkvarteres i hotellejligheder med altan, to og to (du indkvarteres med en af samme køn som dig). Morgenmad laver du selv i hotellejligheden. Frokost indtages på Folkemødet. Om aftenen er der grillmad af Bornholmske råvarer på græsplænen ved Badehotellet, som vi hjælpes ad med at tilberede, samt rydde op, dække borde, fjerne affald m.m. (*Arbejdsopgaverne bliver fordelt inden vi tager afsted*). Du får et buskort til den offentlige transport, samt shuttlebusser, så du selv kan planlægge din transport til/fra Folkemødet. FIU-Ligestilling vil desuden leje en særlig bus til/fra Badehotellet der afgår på strategisk passende tidspunkter, hvis du ikke har tålmodighed til shuttlebusser.

*Har du et begrundet behov for eneværelse kan du søge om dette. Hvis det kan passes ind i puslespillet, får du et værelse for dig selv. Deltagere med behov for eneværelse prioriteres sidst og der vil være tillæg i prisen.*

**Torsdag den 17. juni – søndag den 20. juni.**

*De præcise tider kendes ikke, da færgeplanen ikke foreligger i skrivende stund.*

*Der er fælles transport fra Københavns Hovedbanegård til/fra Bornholm.*

*Der er begrænset antal pladser og optages efter først til mølle. Tilmeldingsfrist 1. april 2021.*

Folkemødet på Bornholm.

**FIU-nr.: 5207 21 00 07**

**Eneværelse: 5207 21 00 08**

*(Tillæg i prisen og prioriteres til sidst).*

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Kvindelig meningsdanner - reunion 2021

- med deltagelse på Folkemødet på Bornholm

### Baggrund:

FIU-Ligestillingspartnerskabet har nu gennemført 10 "Kvindelig meningsdanner" forløb og benytter "jubilæet" til at etablere en "reunion" for deltagerne i forbindelse med Folkemødet.

Der vil være deltagelse i ligestillingsaktiviteter på selve Folkemødet hvor du kan bruge dine "meningsdanner-kompetencer". Der vil være en konference og workshops om nye relevante emner for fagbevægelsen om ligestilling for "os selv". Der er tid til at du kan netværke med andre kvindelige meningsdannere.

### Udbytte:

- Du vil få viden om nye ligestillingspolitiske dagsordener i fagbevægelsen
- Du får nye gode råd og fif til kommunikation
- Ny inspiration til din eget faglige meningsdannerarbejde
- Mulighed for netværksdannelse

### Indhold:

- Erfaringsudveksling med eget og andre "Kvindelig meningsdanner" hold. Inspireres og faciliteres af meningsdanner og murer Mette Schack
- Aktiv deltagelse på "Folkemøde 2021". Som deltager forpligter du dig til at deltage i debatter o.l. og prøve dine meningsdannerkompetencer af og få feed-back af dine medkursister  
Koordineres af Melanie Evers og Kristine Esrom Raunkjær, FIU-Ligestillingspartnerskabet
- Oplæg og workshops på åbning af det kønsopdelte arbejdsmarked, forebyggelse af seksuel chikane, lønåbenhed og fædrebarsel og ligestilling for mænd

### Målgruppe:

Deltagere der har gennemført FIU-Ligestillings "Kvindelig meningsdanner".

### Tid og sted og praktiske oplysninger:

Der forventes samlet indkvartering af hele FIU-Ligestillingsdelegation på Due Odde Badehotel. Der indkvarteres i hotellejligheder med altan, to og to (du indkvarteres med en af samme køn som dig). Morgenmad laver du selv i hotellejligheden. Frokost indtages på Folkemødet. Om aftenen er der grillmad af Bornholmske råvarer på græsplænen ved Badehotellet, som vi hjælpes ad med at tilberede, samt rydde op, dække borde, fjerne affald m.m. (*Arbejdsopgaverne bliver fordelt inden vi tager afsted*). Du får et buskort til den offentlige transport, samt shuttlebusser, så du selv kan planlægge din transport til/fra Folkemødet. FIU-Ligestilling vil desuden leje en særlig bus til/fra Badehotellet der afgår på strategisk passende tidspunkter, hvis du ikke har tålmodighed til shuttlebusser.

*Har du et begrundet behov for eneværelse kan du søge om dette. Hvis det kan passes ind i puslespillet, får du et værelse for dig selv. Deltagere med behov for eneværelse prioriteres sidst og der vil være tillæg i prisen.*

**Torsdag den 17. juni – søndag den 20. juni.**

*De præcise tider kendes ikke, da færgeplanen ikke foreligger i skrivende stund.*

*Der er fælles transport fra Københavns Hovedbanegård til/fra Bornholm.*

*Der er begrænset antal pladser og optages efter først til mølle. Tilmeldingsfrist 1. april 2021.*

Folkemødet på Bornholm.

**FIU-nr.: 5207 21 00 09**

**Eneværelse: 5207 21 00 10**

*(Tillæg i prisen og prioriteres til sidst).*

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## LGBT+ netværk

- med deltagelse på Folkemødet på Bornholm

### Baggrund:

FIU-Ligestillingspartnerskabet har i 2021 startet et netværk for tillidsvalgte med LGBT+ baggrund. LGBT+ netværket har, ligesom andre FIU-ligestillings netværk, mulighed at mødes på tværs, få ny viden, netværke og indgå i debatter på Folkemødet 2021.

På netværkstræffet vil der være deltagelse i forskellige LGBT+ ligestillings- og andre ligestillingsrelaterede aktiviteter på selve Folkemødet, og der vil være en konference og workshops om nye relevante emner for fagbevægelsen om ligestilling for "os selv" i FIU-ligestilling.

### Udbytte:

- Viden om nye ligestillingspolitiske dagsordener i fagbevægelsen
- Ny inspiration til eget faglige LGBT+ ligestillings- og mangfoldigheds arbejde
- Mulighed for at udvide dit ligestilling- og mangfoldighedsnetværk

### Indhold:

- Erfaringsudveksling med andre netværk
- Aktiv deltagelse på "Folkemøde 2021". Som deltager forpligter du dig til at deltage i debatter om LGBT+ ligestilling
- Oplæg og ny viden om åbning af det kønsopdelte arbejdsmarked, forebyggelse af seksuel chikane, lønåbenhed, fædrearsel og LGBT+ ligestilling

### Målgruppe:

Deltagere fra FIU-ligestillings LGBT+ netværk og "Meningsdanner for LGBT+ ligestilling". Deltagere fra LGBT+ netværk prioriteres først ved evt. overtegning.

## Tid og sted og praktiske oplysninger:

Der forventes samlet indkvartering af hele FIU-Ligestillingsdelegation på Due Odde Badehotel.

Der indkvarteres i hotellejligheder m/altan, to og to, og i udgangspunktet bliver man indkvarteret med nogen, man er i netværk med/har været på uddannelse med.

Morgenmad laver du selv i hotellejligheden. Frokost indtages på Folkemødet. Om aftenen er der grillmad af Bornholmske råvarer på græsplænen ved Badehotellet, som vi hjælpes ad med at tilberede, samt rydde op, dække borde, fjerne affald m.m. (*Arbejdsopgaverne bliver fordelt inden vi tager afsted*). Du får et buskort til den offentlige transport, samt shuttlebusser, så du selv kan planlægge din transport til/fra Folkemødet. FIU-Ligestilling vil desuden leje en særlig bus til/fra Badehotellet der afgår på strategisk passende tidspunkter, hvis du ikke har tålmodighed til shuttlebusser.

*Har du et begrundet behov for eneværelse kan du søge om dette. Hvis det kan passes ind i puslespillet, får du et værelse for dig selv. Deltagere med behov for eneværelse prioriteres sidst og der vil være tillæg i prisen.*

### Torsdag den 17. juni - søndag den 20. juni.

*De præcise tider kendes ikke, da færgeplanen ikke foreligger i skrivende stund.*

*Der er fælles transport fra Københavns Hovedbanegård til/fra Bornholm.*

*Der er begrænset antal pladser og optages efter først til mølle. Tilmeldingsfrist 1. april 2021.*

Folkemødet på Bornholm.

**FIU-nr.: 5207 21 00 11**

**Eneværelse: 5207 21 00 12**

*(Tillæg i prisen og prioriteres til sidst).*

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

**FIU-nr.: 5207 21 00 65**

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

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

[piha@danskmetal.dk](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag eller på ovenstående FIU-nr.

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

Spørgsmål om indhold kan ske til

Kristine Esrom Raunkjær på mail:

[krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.dk)

## Netværk ”netværker” på Folkemødet

- med deltagelse på Folkemødet på Bornholm

### Baggrund:

FIU-Ligestillingspartnerskabets netværk i det ganske land får 1-2 gange årligt mulighed for at netværke på tværs imellem netværkene.

I 2021 er det bl.a. på Folkemødet.

Der er netværk om kønsligestilling, minoriteter og LGBT+-trivsel.

Der vil være deltagelse i ligestillingsaktiviteter på selve Folkemødet. Der vil være en konference og workshops om nye relevante emner for fagbevægelsen om ligestilling for ”os selv”. Der er tid til at du kan netværke med de øvrige netværk.

### Udbytte:

- Du vil få viden om nye ligestillingspolitiske dagsordener i fagbevægelsen
- Du får nye gode råd og fif til at netværke
- Ny inspiration til jeres eget faglige netværksarbejde

### Indhold:

- Erfaringsudveksling med andre netværk
- Aktiv deltagelse på ”Folkemøde 2021”. Som deltager forpligter du dig til at deltage i debatter
- Oplæg og workshops om åbning af det kønsopdelte arbejdsmarked, forebyggelse af seksuel chikane, lønåbenhed og fædrebarsel

### Målgruppe:

Deltagere fra FIU-Ligestillings netværk.



### Tid og sted og praktiske oplysninger:

Der forventes samlet indkvartering af hele FIU-Ligestillingsdelegation på Due Odde Badehotel. Der indkvarteres i hotellejligheder med altan, to og to (du indkvarteres med en af samme køn som dig). Morgenmad laver du selv i hotellejligheden. Frokost indtages på Folkemødet. Om aftenen er der grillmad af Bornholmske råvarer på græsplænen ved Badehotellet, som vi hjælpes ad med at tilberede, samt rydde op, dække borde, fjerne affald m.m. (*Arbejdsopgaverne bliver fordelt inden vi tager afsted*). Du får et buskort til den offentlige transport, samt shuttlebusser, så du selv kan planlægge din transport til/fra Folkemødet. FIU-Ligestilling vil desuden leje en særlig bus til/fra Badehotellet der afgår på strategisk passende tidspunkter, hvis du ikke har tålmodighed til shuttlebusser.

*Har du et begrundet behov for eneværelse kan du søge om dette. Hvis det kan passes ind i puslespillet, får du et værelse for dig selv. Deltagere med behov for eneværelse prioriteres sidst og der vil være tillæg i prisen.*

### Torsdag den 17. juni – søndag den 20. juni.

*De præcise tider kendes ikke, da færgeplanen ikke foreligger i skrivende stund.*

*Der er fælles transport fra Københavns Hovedbanegård til/fra Bornholm.*

*Der er begrænset antal pladser og optages efter først til mølle. Tilmeldingsfrist 1. april 2021.*

Folkemødet på Bornholm.

**FIU-nr.: 5207 21 00 13**

**Eneværelse: 5207 21 00 14**

*(Tillæg i prisen og prioriteres til sidst).*

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Stressvejlederen på Folkemødet

### Baggrund:

Stressvejlederkorpset er på over 250 tillidsvalgte vejledere fordelt på store og små, private, kommunale og statslige arbejdspladser. Vi er nu så mange, at vi er en stærk stemme i debatten om det danske arbejdsmarked. Det har vi sat os for igen at bringe i spil på folkemødet på Bornholm.

Stress og trivsel er fortsat de vigtigste emner i arbejdsmiljødebatten, derfor er det naturligt at vi dels bliver hørt og lader os inspirere af de mange fantastiske visioner, dialoger og debatter der er på Bornholm i dagene for folkemødet.

Desuden har de senere år vist at ligestillingsdebatten er både nødvendig og vanskelig. #metoo, mænds ligestilling, LGBT+ og Black Life Matters er fænomener der hører vores tid til og som vi som fagbevægelse er dels godt rustet til, at deltage i debatter omkring og dels skylder vores medlemmer at involvere os i.

### Indhold:

- Hotte ligestillingspolitiske debatter
- Arbejdsmiljøproblematikker
- Det rummelige arbejdsmarked

### Udbytte:

Vi kommer på folkemødet for både at inspirere og blive inspireret, for at påvirke og blive påvirket, for at engagere og blive engageret.

- Vi opsøger spændende debatter og dialoger og deler dem ved grillen om aftenen
- Vi fortæller om FIU-Ligestillings Stressvejlederkorps og vores gode resultater
- Vi hører provokerende og gode debatter om stress og trivsel
- Vi deler 3 dage med andre åbne, rummelige og glade mennesker
- Vi kaster os ind i debatter og forsøger selv at stable et arrangement på benene

Målet er at vi dels påvirker debatten om stress og ligestilling, men også at vi bliver inspireret til at hjælpe vores kollegaer endnu bedre i fremtiden.

### Målgruppe:

Det er en forudsætning for deltagelse, at du har fuldført stressvejlederuddannelsen og fortsat arbejder som tillidsvalgt.

Som deltager skal du være indstillet på både at deltage i nogle fastlagte arrangementer (på folkemødet og på Badehotellet) og selv at være opsøgende på Folkemødet.

*Der er begrænset antal pladser.*

### Tid og sted og praktiske oplysninger:

Der forventes samlet indkvartering af hele FIU-Ligestillingsdelegation på Due Odde Badehotel. Der indkvarteres i hotellejligheder med altan, to og to (du indkvarteres med en af samme køn som dig). Morgenmad laver du selv i hotellejligheden. Frokost indtages på Folkemødet. Om aftenen er der grillmad af Bornholmske råvarer på græsplænen ved Badehotellet, som vi hjælpes ad med at tilberede, samt rydde op, dække borde, fjerne affald m.m. (*Arbejdsopgaverne bliver fordelt inden vi tager afsted*). Du får et buskort til den offentlige transport, samt shuttlebusser, så du selv kan planlægge din transport til/fra Folkemødet. FIU-Ligestilling vil desuden leje en særlig bus til/fra Badehotellet der afgår på strategisk passende tidspunkter, hvis du ikke har tålmodighed til shuttlebusser.

*Har du et begrundet behov for eneværelse kan du søge om dette. Hvis det kan passes ind i puslespillet, får du et værelse for dig selv. Deltagere med behov for eneværelse prioriteres sidst og der vil være tillæg i prisen.*

### Torsdag den 17. juni – søndag den 20. juni.

*De præcise tider kendes ikke, da færgeplanen ikke foreligger i skrivende stund.*

*Der er fælles transport fra Københavns Hovedbanegård til/fra Bornholm.*

*Der er begrænset antal pladser og optages efter først til mølle. Tilmeldingsfrist 1. april 2021.*

Folkemødet på Bornholm.

**FIU-nr.: 5207 21 00 15**

**Eneværelse: 5207 21 00 16**

*(Tillæg i prisen og prioriteres til sidst).*

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

### Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal

Spørgsmål kan mailles til:

[anny@danskmetal.dk](mailto:anny@danskmetal.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:**

12<sup>th</sup> of February at 13.00 - 14<sup>th</sup> of February until 13.00.

*Place: Copenhagen.*

**Second part:**

26<sup>th</sup> of March at 13.00 - 28<sup>th</sup> of March until 13.00.

*Place: Fyn.*

**Third part:**

7<sup>th</sup> of May at 13.00 - 9<sup>th</sup> of May until 13.00.

*Place: Jylland.*

**Fourth part:**

4<sup>th</sup> of June at 13.00 - 6<sup>th</sup> of June until 13.00.

*Place: Copenhagen.*

**Final part:**

20<sup>th</sup> of August at 13.00 - 22<sup>th</sup> of August until 13.00.

*Place: Copenhagen.*

**FIU-nr.: 5247 21 00 02**

Further questions & inquiries contact:

Anthony Sylvester, 3F.

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto:anthony.sylvester@3f.dk)



## Find din indre powermand

- power, pondus og passion for ligeværd

### Baggrund:

Vi læser i aviserne om, hvordan kvinder stormer frem, mens mænd står tilbage med håret i postkassen i udkantsdanmark. Selv om det primært er mænd, der sidder i direktørstolene og på ledelsesgangene, er der stadig flere mænd, som oplever, at de taber terræn. Mænd dør tidligere end kvinder og mænd er generelt ikke opmærksomme på egen sundhed. Det er dilemma-fyldt, at være mandlig tillidsvalgt i dag og skulle rumme ligestillingsdagsordenen og samtidig støtte både dine mandlige og kvindelige kollegaer. På dette kursus klæder vi dig på til at finde "din indre powermand", ligesom vi i årevis har klædt kvinder på til mere "power". Vi tager livtag med kønsstereotyperne og gammeldags forventninger til, hvad det vil sige at være en 'rigtig mand' og giver dig inspiration til manpower, der aktivt kan sikre ligestilling for både mænd og kvinder.

### Udbytte:

DU får inspiration til at:

- Finde din indre råstyrke samtidig med, at du arbejder for både mænd og kvinders trivsel og ligestilling
- Nå dine mål
- Få succes som mand af i dag
- Stille de rette spørgsmål
- Brænde igennem
- Sige til og fra, når det er relevant
- Inspirere andre mænd

### Indhold:

- Klar kommunikation
- Mænd og kvinder på jobbet i dag
- Faldgruber for mandlige kollegaer
- Forventninger til "rigtige mænd". Før, nu og i fremtiden?
- Assertion - sig din mening på den gode måde
- Personlig troværdighed i din rolle som mand og tillidsvalgt
- Kunsten at skabe win-win

### Målgruppe:

Mandlige tillidsvalgte, samt mandlige valgte og ansatte i afdelinger/fagforeninger.

*Minimum 6 - max. 10 deltagere.*

*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".*

**Undervisere:**

Birgitte Raaberg, Sanni Lundberg og Anne-Mette Barfod.

**Anne-Mette Barfod** er cand.polit. og journalist, og startede i 2009 Powerkvinderne, som arbejder for at gi' kvinder og mænd styrke.

Anne-Mette har mange års erfaring fra kommunikationsbranchen og arbejder med budskabstræning, personlig branding, assertion og gennemslagskraft.

**Birgitte Raaberg** er skuespiller og har medvirket i mere end 50 teaterforestillinger og musicals, film og TV.

Birgitte har stor erfaring som kommunikationstræner, coach og mindfulnessinstruktør for både enkeltpersoner og grupper. Birgitte udgav i 2017 bogen "Det du favner" på Gyldendal.

**Sanni Lundberg** er stylist og arbejder til daglig med, at klæde kvinder og mænd på, så de fremstår som den bedste udgave af sig selv. Devisen er, at det er vigtigt at føle sig godt tilpas for at styrke sin personlige troværdighed og gennemslagskraft.

Læs mere om underviserne på:

[www.powerkvinderne.dk](http://www.powerkvinderne.dk)

**Tid og sted:**

Torsdag den 16. september kl. 10.00 - 18.00 og  
fredag den 17. september kl. 8.30 - 13.00.

Et 2 dages eksternat kursus i København.

*Der er overnatning på hotel for deltagere, der bor mere end 60 km væk.*

*Der er en kulturel oplevelse torsdag aften for de der har tid/lyst til dette, som er frivilligt.*

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 17**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## FL - netværk

### Baggrund:

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

FL står for "Feministiske Ledere" og er en netværksmøderække, med spændende input om ny ledelses- og ligestillingspolitisk handling og viden.

### 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, internt i fagbevægelsen og i samfundet i øvrigt.

Konkret program er færdigt ca. 1. oktober 2020 og kan ses på: [www.fiu-ligestilling.dk](http://www.fiu-ligestilling.dk)

### Program:

Et netværks-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/tapas, 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 hen over året.

**Torsdage den:**

28. januar, 4. marts, 15. april, 3. juni, 19. august,  
16. september, 28. oktober og 2. december.

*Alle dage kl. 16.15 - 19.15.*

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

*Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 18**

*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](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag.

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Human Ressource Management og ledelse

- valgfrit modul på diplomuddannelsen i ledelse. Der er mulighed for at tage en kompetencegivende eksamen, der giver 5 ECTS-point

### Baggrund:

For at være en 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:

Det er formålet, at den studerende tilegner sig viden, færdigheder og kompetencer til at:  
Inddrage human ressource management perspektiver i varetagelse af sine ledelsesopgaver.

### Indhold:

#### Viden og forståelse:

Det er målet, at den studerende har viden om og forståelse af:

- Perspektiver, teorier, begreber og metoder indenfor HRM og reflektere over anvendt praksis.

### Færdigheder:

Det er målet, at den studerende har færdigheder til at:

- 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 den organisatoriske kontekst

### Kompetencer:

Det er målet, at den studerende kan:

- Håndtere komplekse HRM-problemstillinger som en del af egen ledelsesmæssige praksis under hensyntagen til den organisatoriske kontekst
- Medvirke til udvikling og gennemførelse af organisationens samlede HR-tiltag

### Målgruppe:

Valgte/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 maille 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.

### Tovholder

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

### Tid og sted:

#### Torsdage den:

14. januar, 28. januar, 11. februar, 4. marts og 18. marts.

*Alle dage kl. 14.00 - 19.00.*

Eksamen mandag den 12. april i dagtimerne.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

**FIU-nr.: 5207 21 00 01**

## Hvilken type er du?

- en vej til bedre gennemslagskraft i forhandlinger, møder mv.

### 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 idéer og argumenter. Det bliver lettere for dig, når du kan kommunikere med baggrund i viden om persontyper.

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 personprofiler.

### 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 personprofiler sig?
- Øvelser i at kommunikere forskellige problemstillinger og forslag til samarbejdspartnere

### Målgruppe:

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

### Underviser:

**Ingeborg Østergaard**, der har stor erfaring med forhandling, køn og kommunikation.

Se mere på:

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

### Tid og sted:

Tirsdag den 16. marts 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 21 00 19**

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Hvordan taler vi egentlig sammen på arbejdspladsen?

### Baggrund:

Forhåbentlig er omgangstonen mellem kollegaer for det meste god og hjertelig. Sommetider sker det alligevel, at nogen kollegaer ikke finder sig tilpas med tonen. Det kan være bemærkninger som opfattes 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 omgangstonen 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.** Ingeborg 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 31. maj 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.*

Mandag den 6. september kl. 10.00 - 15.00.

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

**FIU-nr.: 5207 21 00 20** (København).

**FIU-nr.: 5207 21 00 21** (Aarhus).

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Integrationsrepræsentantuddannelsen (på engelsk)

### 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
- Kulturelle mangfoldighedskonfliktfælder på en arbejdsplads
- Interkulturel forståelse og kommunikation på tværs af kulturer

#### Modul 3: Kultureernes 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 & 5: 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 "Cooperate Learning", der tager afsæt i kursisters 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 flere forskellige gæsteundervisere, eksperter og personligheder. Jesper Schäfer Munk, Hafida Bouylud, Jean Petersen, samt Vinay Sharma, Annie Labaj, Mohamad Elsadi og 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 24. marts kl. 12.00 - fredag den 26. marts kl. 13.00. *Afholdes i København.*

### Modul 2:

Onsdag den 5. maj kl. 12.00 - fredag den 7. maj kl. 13.00. *Afholdes i Århus.*

### Modul 3:

Fredag den 20. august kl. 12.00 - søndag den 22. august kl. 13.00. *Afholdes i København.*

### Modul 4 & 5:

Lørdag den 4. september - fredag den 10. 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 21 00 03**

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

### Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto: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 for 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 den karriere og den funktion som tillidsvalgt, du ønsker.

- Styr på dine personlige ressourcer
- Styrket 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 og kvinder, der gerne tager et karrierespring.

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:**

Kurset afholdes over 2 dage med 4 ugers mellemrum.

Onsdag den 24. marts og mandag den 19. april.

*Begge dage 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 21 00 64**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Kvindelig meningsdanner

### Baggrund:

Danmark har brug for aktive kvinder, der har erfaringer fra virkelighedens arbejdspladser og som gerne vil gøre en forskel. De fleste politikere og debattører er akademikere og mænd - få er fra fagbevægelsen og med "almindelige" job. 8 ud af 10 kilder i medierne er mænd. 2 ud af 3 debatindlæg er skrevet af mænd. Det er et problem for Danmark og demokratiet, fordi vi vigtige perspektiver og indsigter går tabt.

På dette kursus klædes du på til at træde frem med dine meninger, erfaringer og holdninger.

### Udbytte:

Når uddannelsen er færdig vil du fremstå stærkere som meningsdanner på din arbejdsplads, i din fagforening og i medierne. Din egen mulighed for at være med til at skabe forandring vil være kraftigt øget.

### Indhold:

- Redskaber til at fortælle din og dine kollegers historie
- Træning i både mundtlige og skriftlige kommunikationsformer
- Inspiration til din personlige kommunikationsstrategi fra kvinder, der med succes kommunikerer i det offentlige rum
- Blive skarp i brugen af sociale medier som Facebook og Twitter
- Et stærkt netværk af sparringspartnere og engagerede kolleger fra hele landet
- Viden om både samfund og relevante ligestillingspolitiske temaer anno 2021
- Hvordan skaber vi flere kvindelige stemmer, der kan kommunikere og formulere sig med udgangspunkt i almindelige menneskers hverdag og oplevelser på arbejdspladsen

På baggrund af oplæg og inspiration skal vi sammen øve os i at deltage i den offentlige debat, der hvor du synes det giver mening. Undervejs afprøver du at skrive og udgive blogindlæg, læserbreve, bruge de sociale medier og træne mundtlig debat.

Der veksles mellem praktiske øvelser, gruppearbejde, oplæg, træning og feed-back, samt, historiefortælling.

### Undervisere:

Et team fra FIU-Ligestilling, samt adskillige gæsteundervisere, politikere og meningsdannere.

### Målgruppe:

Kvindelige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter og andre kvinder med tillidsposter eller ansættelse i fagbevægelsen, der har lyst til at gøre en forskel.

### Tid og sted:

Det er i alt 7 enkelte kursusdage, som udgør det samlede kursus.

### Torsdage den:

28. januar, 11. februar, 4. marts, 18. marts, 8. april, 29. april og 20. maj.

*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.*

Som udgangspunkt afholdes kurset centralt i København. Nogle af de midterste moduler kan afholdes på Fyn og Jylland, hvis deltagersammensætningen taler herfor.

Der er mulighed for at tilmelde sig en meningsdanner-reunion, som afholdes på Folkemødet på Bornholm og afprøve sine meningsdanner kompetencer. Dette er med særskilt ansøgning og kursusnummer.

**FIU-nr.: 5207 21 00 22**

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Ledelse af medarbejdere - og faglig udvikling

- et obligatorisk modul på Diplomuuddannelsen i ledelse med mulighed for at tage en kompetencegivende eksamen, der giver 10 ECTS-point

### Baggrund:

Det er formålet, at du får viden, færdigheder og kompetencer til at:

- Udvikle den professionelle relation mellem leder og medarbejder, samt mellem medarbejdere, der understøtter opgaverne i (fagforeningen eller arbejdspladsen)
- Afdække og igangsætte læring og kompetenceudvikling hos medarbejdere, der understøtter organisationens (fagforeningens og/eller arbejdspladsens) målopfyldelse og medarbejdernes (kollegernes) udvikling
- Begge dele med øje for køn og mangfoldighed

### Udbytte:

#### Viden og forståelse

Det er målet, at du opnår viden om og forståelse af:

- Teorier og metoder om læring, ledelse af lære processer og medarbejderudvikling samt at du kan reflektere over betydningen heraf i forhold til de opgaver der ligger for organisationen (fagforening/arbejdsplads)
- Samfundsmæssige opfattelser, politikkers og andre rammers betydning for den professionelle relation mellem leder og medarbejder og mellem medarbejderne indbyrdes. Dette ses i et mangfoldighedsperspektiv
- Magtrelationers betydning for den professionelle relation mellem leder og medarbejder
- Magtrelationer perspektiveres i forhold til køn og etnicitet

**Underviser:**

FIU-Ligestilling indgår aftale med en underviser der har kompetence til at føre holdet til eksamen. Desuden er der ekstern eksaminator.

**Målgruppe:**

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

**Adgangskrav:**

Der er betingelser for optagelse på diplomuddannelsen. Du har mulighed for at blive realkompetencevurderet.

**Tid og sted:****Torsdage den:**

7. januar, 21. januar, 4. februar, 18. februar, 11. marts, 25. marts, 8. april, 6. maj, 20. maj og 27. maj.

Eksamen i sidste halvdel af juni i dagtimerne.

*Alle dage 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 21 00 63**

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[Susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:Susanne.fast.jensen@3f.dk)



## LGBT+ - aktiviteter:

Arbejdspladser for alle	48
Forandringsagent for LGBT+ ligestilling - forår	50
Forandringsagent for LGBT+ ligestilling - sommer	52
Meningsdanner for LGBT+ ligestilling	54
Netværk for tillidsvalgte med LGBT+ baggrund	57
Pridekonference: LGBT+ ligestilling på det danske arbejdsmarked	59

### **LGBT+ er en forkortelse der betyder:**

Lesbiske, bøsser, biseksuelle, transkønnede og andre minoriteter i forhold til køn og seksuel orientering.

## Arbejdspladser for alle

- en introduktionsworkshop for tillidsvalgte om LGBT+ ligestilling

### Baggrund:

Vil du gerne vide noget mere om, hvordan du som tillidsvalgt kan bidrage til at skabe en arbejdsplads for alle? Og hvordan du sikrer at alle kollegaer, uanset seksuel orientering og kønsidentitet, kan være sig selv og trives? Så er denne workshop noget for dig.

Kun halvdelen af LGBT+ kollegaerne på vores arbejdspladser oplever, de kan være åbne om deres seksualitet eller kønsidentitet, og mange oplever diskrimination i form af mobning eller i forbindelse med ansættelse. Arbejdspladsens kultur og normer, dvs. "uskrevne" regler, har en stor betydning for, hvem der trives på arbejdspladsen. Som tillidsvalgt og kollega kan du være med til at sikre, at arbejdspladsen og kulturen er inkluderende for alle kollegaer.

### Udbytte:

Denne workshop vil klæde dig på med viden og inspiration til, at du kan begynde at se, forebygge og arbejde med de udfordringer, der har at gøre med LGBT+ ligestilling på arbejdspladsen. Vi vil gennem oplæg, dialog og øvelser blive klogere på hvilken rolle arbejdspladsens normer - om bl.a. køn og seksuel orientering - spiller for hvem der trives, og ikke trives. Samt kigge på hvilke handlemuligheder du har som tillidsvalgt.

Alle kan være med - uanset hvad man ved om emnet på forhånd.

### Indhold:

- Viden og ordforråd om LGBT+
- LGBT+ forhold på det danske arbejdsmarked
- Normer og inklusion på arbejdspladsen
- Hvad kan du gøre - eksempler på LGBT+ indsatsområder

### Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt medlemmer med interesse for emnet.

*Minimum 10 deltagere.*





### Tid og sted:

Fyraftensworkshoppen holdes lokalt af f.eks. en afdeling eller på initiativ af en faglig klub på en arbejdsplads eller et netværk.

Hvis du/I er interesseret i at afholde workshoppen, skal du kontakte Kristine Esrom Raunkjær på [krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.dk) og aftale tid og sted.

### Tovholder:

Kristine Esrom Raunkjær.

Spørgsmål kan mailes til:

[krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.dk)



## Forandringsagent for LGBT+ ligestilling - forår

- et 2 dages kursus for dig der allerede har noget erfaring med LGBT+ ligestillingsarbejdet, hvor du får ny inspiration til at udvikle og fortsætte forandringsarbejdet på DIN arbejdsplads og i DIN fagforening

### Baggrund:

I foråret 2021, det år hvor Danmark er vært for Worldpride, udbyder FIU-Ligestilling et forandringsagent kursus for tillidsvalgte, valgte og ansatte, der gerne vil et skridt videre med arbejdet med at skabe mere LGBT+ ligestilling på arbejdspladsen eller i fagforeningen. Kurset er for dig der allerede har beskæftiget dig noget med LGBT+ ligestilling, men som gerne vil have inputs til at forsætte arbejdet. Det er to intensive dage, hvor vi bygger videre på dine erfaringer, og hvor du får ny viden, inspiration og værktøjer til dit forandringsarbejde.

### Udbytte:

Formålet med kurset er, at du som er engageret i at skabe mere LGBT+ ligestilling på din arbejdsplads og i fagforeningen, får bygget videre på dine viden og erfaringer med at skabe forandring, sådan at du er klar til at gå hjem og fortsætte arbejdet med at skabe mere inkluderende arbejdspladser for LGBT+ personer. Det sker i fællesskab med de andre deltagere, der ligesom dig, har gjort sig nogle erfaringer med LGBT+ ligestillingsarbejdet.

### Indhold:

- Ny viden om LGBT+ ligestilling
- Inspiration til nye handlemuligheder og strategier til at skabe mere LGBT+ ligestilling på din arbejdsplads
- Træning af dine evner til at skabe mere LGBT+ ligestilling på din arbejdsplads og i din fagforening - f.eks. i at tage dialogen eller den svære samtale med en kollega eller i hvordan du kan lave en LGBT+ inkluderende personalepolitik
- Erfaringsudveksling og networking med andre der brænder for LGBT+ ligestilling
- Fælles hyggelig og lærerig aftenaktivitet

### Målgruppe:

Tillidsvalgte, valgte og ansatte i fagbevægelsen, der har beskæftiget sig lidt/noget med LGBT+ ligestilling og som ønsker at fortsætte LGBT+ forandringsarbejdet. Kurset er både for LGBT+ personer og ikke LGBT+ personer.



### Tid og sted:

Tirsdag den 23. februar kl. 10.00 – onsdag den 24.  
februar kl. 15.00.  
3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

### Tovholder:

Kristine Esrom Raunkjær  
Spørgsmål kan mailes til:  
[krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.dk)

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

### FIU-nr.: 5207 21 00 23

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

### FIU-nr.: 5207 21 00 24

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

Er du medlem af en fagforening uden for FIU sker tilmelding til Pia Haandbæk på mail:  
[piha@danskmetal.dk](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag eller på ovenstående FIU-nr.

## Forandringsagent for LGBT+ ligestilling - sommer

*- et 2 dages kursus i forbindelse med Worldpride hvor du klædes på til at fortsætte forandringsarbejdet med LGBT+ ligestilling på DIN arbejdsplads og i DIN fagforening*

### Baggrund:

I 2021 er Danmark vært for den internationale begivenhed Worldpride, og i den anledning udbyder FIU-Ligestilling et forandringsagent kursus for tillidsvalgte, valgte og ansatte, der gerne vil et skridt videre med arbejdet med at skabe mere LGBT+ ligestilling på arbejdspladsen eller i fagforeningen. Kurset er for dig der allerede har beskæftiget dig noget med LGBT+ ligestilling, men som gerne vil have inputs til at fortsætte arbejdet. Som en del af kurset deltager du derudover også i FIU-Ligestillings World Pride konferencen og World Pride paraden.

### Udbytte:

Formålet med kurset er at du som er engageret i at skabe mere LGBT+ ligestilling på din arbejdsplads og i fagforeningen, får bygget videre på dine viden og erfaringer med at skabe forandring, sådan at du er klar til at gå hjem og fortsætte arbejdet med, at skabe mere inkluderende arbejdspladser for LGBT+ personer. Det sker i fællesskab med de andre deltagere, der ligesom dig, har gjort sig nogle erfaringer med LGBT+ ligestillingsarbejdet.

### Indhold:

- Ny viden om LGBT+ ligestilling i Danmark og internationalt på World Pride konferencen
- Inspiration til nye handlemuligheder og strategier til at skabe mere LGBT+ ligestilling på din arbejdsplads
- Træning af dine evner til at skabe mere LGBT+ ligestilling på din arbejdsplads og i din fagforening - f.eks. i at tage dialogen eller den svære samtale med en kollega eller hvordan du kan lave en LGBT+ inkluderende personalepolitik
- Kreative normkritiske prideforberedelser og fælles deltagelse i World pride
- Erfaringsudveksling og networking med andre der brænder for LGBT+ ligestilling

### Målgruppe:

Tillidsvalgte, valgte og ansatte i fagbevægelsen, der har beskæftiget sig lidt/noget med LGBT+ ligestilling og som ønsker at fortsætte LGBT+ forandringsarbejdet. Kurset er både for LGBT+ personer og ikke LGBT+ personer.



**Tid og sted:**

Fredag den 20. august kl. 9.00 –  
lørdag den 21. august kl. 17.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

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

**FIU-nr.: 5207 21 00 25**

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

**FIU-nr.: 5207 21 00 26**

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

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

[piha@danskmetal.dk](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag eller på ovenstående FIU-nr.

**Tovholder:**

Kristine Esrom Raunkjær

Spørgsmål kan mailes til:

[krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.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. 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 din stemme som LGBT+ person 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 af/hos LGBT+ organisationerne Sabaah, LGBT+ Danmark, Transaktion og Intersex Danmark og andre ud-af-huset oplevelser

### Refleksion:

- Minoritetsstress - hvordan passer jeg på mig selv som LGBT+ meningsdanner?
- 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**

Tirsdag den 21. september kl. 10.00 - 18.00, samt aftenaktivitet.

Onsdag den 22. 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**

Onsdag den 20. oktober kl. 10.00 - 18.00, samt aftenaktivitet.

Torsdag den 21. oktober kl. 8.30 - 15.00.

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

**Modul 3: København**

Mandag den 29. november kl. 10.00 - 18.00, samt aftenaktivitet.

Tirsdag den 30. 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 21 00 27**

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

**Tovholder:**

Kristine Esrom Raunkjær

Evt. spørgsmål kan mailes til:

[krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.dk)



## Netværk for tillidsvalgte med LGBT+ baggrund

### Baggrund:

Idéen med netværket er at skabe et stærkt og levende fagligt fællesskab for LGBT+ personer i fagbevægelsen. Netværket skal være et sted, hvor deltagerne bliver inspireret og lærer af hinanden, og af de gæster der inviteres. Det skal være et rum, hvor man kan afprøve og udvikle ideer, der kan skabe bedre trivsel og mere ligestilling både for en selv og andre LGBT+ personer på arbejdspladsen og i fagbevægelsen. I netværket vil der være plads til at tale om både det, der er udfordrende, og det der giver dig energi. Det vil være et fællesskab, hvor man kan få støtte og motivation til at skabe de forandringer, man drømmer om.

### Udbytte:

- Ny viden, inspiration og erfaringsudveksling igennem netværksmøderne. Hovedfokus er på LGBT+ ligestilling, men vi vil også se på, hvordan det hænger sammen med køn, etnicitet og andre kategorier
- Et stærkt fællesskab der giver dig mod til at handle på udfordringerne og mulighederne på din egen arbejdsplads
- En platform for at udvikle nye faglige tiltag, der inkluderer LGBT+ medlemmer og potentielle LGBT+ medlemmer
- Du vil desuden få tilbudt deltagelse i forskellige andre aktiviteter – herunder et træf for alle FIU-Ligestillings netværk på Bornholm

### Målgruppe:

Netværket er for tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter med LGBT+ baggrund eller andre fagligt aktive med LGBT+ baggrund, som er interesserede og som et forbund støtter kan deltage. Med LGBT+ menes bl.a. lesbiske, bøsser, biseksuelle, transkønnede, interkønnede, genderqueers, ikke-binære og andre der tilhører en minoritet i forhold til køn, kønsidentitet og seksuel orientering. Vi ved at ikke alle er åbne med deres LGBT+ baggrund på deres arbejdsplads. Så vi vil gerne fremhæve at personer, som ikke helt eller kun delvist er åbne, eller som er "questioning" – dvs. er i undersøgende proces omkring deres køn/kønsidentitet/seksuelle orientering – også er meget velkommen til at tilmelde sig netværket. Kontakt tovholderen, hvis du har spørgsmål til dette eller andet.

### Netværkscoaches:

Mette Schak Dahlmann og Kristine Esrom Raunkjær er netværkets faste coachteam. Mette er murer, meningsdanner og er engageret i kvinders og LGBT+ personers vilkår i håndværksfagene og generelt på arbejdsarbejdet. Kristine er konsulent i FIU-Ligestilling og Dansk Metal, og har i 8 år været involveret i at udvikle fagbevægelsens LGBT+ ligestillingspolitiske arbejde.

**Tid og sted:**

Netværket mødes 7 gange om året. I udgangspunktet holdes møderne i København, men afhængigt af hvor deltagerne kommer fra, vil enkelte møder eventuelt også holdes uden for København.

På sigt ønsker FIU-Ligestilling at starte LGBT+ netværk flere steder i landet, hvilket dette netværk er en forløber for.

**Torsdage den:**

14. januar, 18. februar, 18. marts, 15. april,  
20. maj, 19. august og 16. september.

*Alle dage kl. 17.00 - 20.00.*

*Der er ikke mødepligt til alle mødedagene.*

Derudover vil der i efteråret 2020 - torsdag den 15/10 og torsdag den 12/11 være 2 gebyrfri "prøve-gange" hvor nysgerrige kan prøve at være med i netværket, inden de tilmelder sig.

Tilmelding til disse skal ske til [piha@danskmetal.dk](mailto:piha@danskmetal.dk).

Der er også mulighed for at deltage i et træf på folkemødet på Bornholm.

*Bemærk at tilmelding foregår separat.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 28**

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

**FIU-nr.: 5207 21 00 29**

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

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

[piha@danskmetal.dk](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag eller på ovenstående FIU-nr.

**Tovholder:**

Kristine Esrom Raunkjær, Dansk Metal

Spørgsmål kan mailles til:

[krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.dk)

## Pridekonference: LGBT+ ligestilling på det danske arbejdsmarked

### Baggrund:

Hvert år i august fejres Pride i København og i flere andre byer. Pride har til formål på en festlig måde at synliggøre LGBT+ personer (lesbiske, bøsser, biseksuelle og transkønnede) i samfundet. I 2021 er der skruet ekstra op for den festlige markering idet Danmark er vært for den internationale begivenhed Worldpride. FIU-Ligestilling ønsker at tage del i denne markering bl.a. ved at afholde en konference, har fokus på LGBT+ ligestilling på arbejdspladser hele verden rundt.

### Udbytte:

Formålet er at blive opdateret på, hvordan det står til med LGBT+ ligestilling både i på de danske arbejdspladser og arbejdspladser andre steder i verden, og finde nye veje til, hvad vi som international fagbevægelse kan gøre for at forbedre vilkårene for LGBT+ personer på arbejdsmarkedet på tværs af grænser.

### Indhold:

- Ny viden og undersøgelser om LGBT+ ligestilling på arbejdsmarkedet i Danmark og internationalt
- Indlæg fra LGBT-organisationer andre aktører der arbejder med LGBT+ ligestilling verden rundt
- Best practice på tværs af grænser
- Aktører fra forskellige faglige organisationer og arbejdsgiversiden giver deres bud på udfordringer og løsninger, med inspiration i dagens oplæg, 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 20. august kl. 10.00 - 13.30.

*Der sluttet af med frokost og networking.*

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

*Ligger ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 30**

*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](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag.

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Ligestilling for mænd

### Baggrund:

Vidste du, at mænd langt oftere dør i arbejdsulykker end kvinder, at mænd gennemsnitligt er mere ensomme end kvinder og at din mandlige kollega højst sandsynligt dør tidligere end din kvindelige kollega? At der er rigtig mange mænd i både toppen af samfundet, men også mange mænd der "falder ud" i bunden? Både økonomisk, socialt og sundhedsmæssigt.

Som tillids- og arbejdsmiljørepræsentant har du muligheden for at understøtte dine mandlige kollegaer til at trives bedre på job og i familie-fritidslivet. Målet er at du på dette kursus lærer, hvordan du som mandlig tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant bedre kan være opmærksom på dine mandlige kollegaer og understøtte et fællesskab der hjælper dem med at trives.

### Udbytte:

Mænd har andre udfordringer end kvinder, og arbejdspladsen er et godt sted at skabe nye fællesskaber, som styrker den moderne manderolle. Med udgangspunkt i ny viden om mænds udfordringer vil vi på kurset arbejde med de forhold på arbejdspladsen, der kan ændres og udvikles. Du får redskaber til både at blive opmærksom på udfordringerne, samt bruge din viden til at skabe inkluderende fællesskaber og konkret forandring på arbejdspladsen. Med andre ord er dette kursus for dig, der er enig i, at mænds ligestilling er vigtig i arbejdet som tillidsvalgt, og ønsker at gøre en forskel for dine mandlige kollegaer

### Indhold:

Igennem hele kurset vil vi have en humoristisk, åben og anerkendende tilgang til ligestillingsbegreberne. Der er både fokus på vores personlige oplevelser og mere generelle betragtninger over det at være mand. Der er ingen forventninger til, at du i forvejen kender til begreber og ligestillingsproblematikker.

Hæftet "Ligestilling for mænd" bruges som inspirationsmateriale på kurset.

### Underviser:

Alex Haurand, Frispark - se tillige: [www.frispark.com](http://www.frispark.com) og Mélanie Evers, FIU-Ligestilling.

### Målgruppe:

Mandlige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

**Tid og sted:**

Tirsdag den 23. februar 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.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 31**

*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fag-  
forening.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 32**

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

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

[piha@danskmetal.dk](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursus-  
nummer, navn og fødselsdag eller på ovenstående  
FIU-nr.

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Mangfoldig konflikthåndtering

- et kursus for dig der vil kunne håndtere konflikter på en mangfoldig arbejdsplads

### Baggrund:

Vil du vide mere om hvordan, du kan forebygge og løse konflikter på en mangfoldig arbejdsplads? Har du brug for nye værktøjer til at håndtere uenighed, svære samtaler og konflikter i forbindelse med dit arbejde for mere ligestilling på arbejdspladsen? Så er dette kursus noget for dig.

Forskellighed i forhold til køn, etnicitet, faglighed m.m. på arbejdspladsen, og vores forskellige erfaringer og perspektiver som kollegaer, bidrager til udvikling og nye idéer og løsninger. Men forskelligheden kan også udfordre os og nogle gange oplever vi uenighed, konflikter og manglende ligestilling.

Derfor er det vigtigt at forskellighed, uenighed og konflikter håndteres på en konstruktiv måde, hvor vi indgår i dialog, lærer af hinanden og derved skabe grundlaget for bedre sammenhold og en mere ligestillet arbejdsplads.

### Udbytte:

På kurset lærer du redskaber til Genoprettende Konflikthåndtering, bliver opmærksom på uensigtsmæssig konfliktkultur, træner empatisk lytning og lærer, at holde samtaler som kan genoprette sammenhold og tillid. Kurset har særligt fokus på at klæde dig på til at håndtere konflikter, der relaterer sig til arbejdet med at skabe en mere ligestillet arbejdsplads og til bedre at håndtere den forskellighed eller de ulige magtbalancer, der er på din arbejdsplads.

Du vil også lære hvordan kollegafællesskabet kan inddrages som en positiv ressource i konflikthåndtering, da konflikter relateret til ligestilling og mangfoldighed ofte løses bedst i fællesskab, idet udfordringerne sjældent kun berører to personer.

Kurset vil bygge videre på den erfaring med konflikt-håndtering, du allerede har fra andre TR-kurser.

### Indhold:

På kurset, arbejder vi med:

- At forstå principperne i Genoprettende Konflikthåndtering
- At finde støtte i dig selv og inddrage fællesskabet på arbejdspladsen i løsning af konflikter
- At forstå hvordan forskelle og ulighed relateret til køn, etnicitet eller andet kan spille ind i konflikter
- At øve hvordan du kan håndtere konflikter, hvor forskellighed og manglende ligestilling er en faktor
- Hvordan du kan styrke dit ligestillings- og mangfoldighedsarbejde ved hjælp af genoprettende konflikthåndtering

**Målgruppe:**

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

**Underviser:**

Di Ponti er en af pionererne inden for Genoprettende Konflikt håndtering i Danmark og har særlig ekspertise i ligestilling og mangfoldighed. Di arbejder med aktivister, foreninger, institutioner, virksomheder, tillidsvalgte og andre.

**Tid og sted:**

Tirsdag den 14. september 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.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 33**

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

**Tovholder:**

Kristine Raunkjær, Dansk Metal

Spørgsmål kan mailes til:

[krer@danskmetal.dk](mailto:krer@danskmetal.dk)







## Mangfoldighedskørekort

Bekæmpelse af social dumping og sikring af et anstændigt arbejdsliv for alle	66
Dagen for dig	67
Grundlæggende modul i "kørekort til mangfoldighed"	68
Trivsel for alle	70

## 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 9. oktober kl. 12.00 -  
søndag den 10. oktober kl. 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

**FIU-nr.: 5247 21 00 04** (uden overnatning).

**FIU-nr.: 5247 21 00 05** (med overnatning).

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

### Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto: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 antidiskriminationsoplevelse et sted i byen

### Målgruppe:

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

### Tid og sted:

Lørdag den 20. marts kl. 12.00 - 22.00.

Søndag den 21. marts kl. 9.00 - 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

**FIU-nr.: 5247 21 00 06** (uden overnatning).

**FIU-nr.: 5247 21 00 07** (med overnatning).

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

### Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto: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 tillidshverv

### 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:**

Torsdag den 22. april kl. 12.00 - fredag den 23. 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 21 00 08**

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

**Tovholder:**

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto: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 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:**

Lørdag den 27. februar kl. 12.00 - søndag den 28. februar kl. 13.00. (på engelsk).

Lørdag den 24. april kl. 12.00 - søndag den 25. april kl. 13.00. (på engelsk).

Lørdag den 22. maj kl. 12.00 - søndag den 23. maj kl. 13.00. (på engelsk).

Torsdag den 3. juni kl. 12.00 - fredag den 4. juni kl. 13.00. (på dansk).

Torsdag den 23. september kl. 12.00 - fredag den 24. september kl. 13.00. (på dansk).

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

*Ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.*

**FIU-nr.: 5247 21 00 09** (marts).

**FIU-nr.: 5247 21 00 10** (april).

**FIU-nr.: 5247 21 00 11** (maj).

**FIU-nr.: 5247 21 00 12** (juni).

**FIU-nr.: 5247 21 00 13** (september).

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

**Tovholder:**

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto: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 resultatskabende 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 selvpfattelse
- 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 kulturers 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

### Målgruppe:

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





Tid og sted:

**Modul 1 & 2:**

Torsdag den 5. august kl. 12.00 -  
søndag den 8. august kl. 13.00. (på engelsk).

*Afholdes i det jyske.*

**FIU-nr.: 5247 21 00 14**

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

**Tovholder:**

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto: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 10. april kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes i det jyske.*

Lørdag den 1. maj kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes på Fyn.*

Lørdag den 29. maj kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes i hovedstadsregionen.*

Lørdag den 12. juni kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes i det jyske.*

Lørdag den 14. august kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes i det jyske.*

Lørdag den 23. oktober kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes i det jyske.*

Fredag den 5. november kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes i hovedstadsregionen.*

Lørdag den 4. december kl. 10.00 - 18.00.

*Afholdes på Fyn.*

**FIU-nr.: 5247 21 00 15** (10. april).

**FIU-nr.: 5247 21 00 16** (1. maj).

**FIU-nr.: 5247 21 00 17** (29. maj).

**FIU-nr.: 5247 21 00 18** (12. juni).

**FIU-nr.: 5247 21 00 19** (14. august).

**FIU-nr.: 5247 21 00 20** (23. oktober).

**FIU-nr.: 5247 21 00 21** (5. november).

**FIU-nr.: 5247 21 00 22** (4. december).

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

**Tovholder:**

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto:anthony.sylvester@3f.dk)

## Mindfulness for tillidsvalgte

- med opmærksomhed på ligeværd

### Baggrund:

At arbejde som tillidsvalgt er et travlt liv og ansvaret kan være belastende og stressende - samtidig med at det er vigtigt at være tænkso, rolig og træffe de rigtige beslutninger, samt være åben overfor forskellige kulturer. Mindfulness er et redskab til, at kunne rumme og håndtere det pres vi, som tillidsvalgte mænd og kvinder, udsættes for.

### Udbytte:

Du vil opnå:

- Klarsyn til at træffe de rigtige beslutninger og derved større gennemslagskraft
- Større rummelighed og evne til at værdsætte mangfoldighed (her tænkes især på minoriteter)
- Større overblik over dine udfordringer som tillidsvalgt
- Styrket evne til at kunne fokusere på dine mål i belastede situationer
- Bedre balance og mere glæde i dit tillidshverv
- Opmærksomhed på uhensigtsmæssige generaliseringer og tanker om andre uanset køn, minoriteter, fordomme og forforståelser
- Klarere og bedre kommunikation og indlevelse overfor dine medlemmer uanset hvilke problemer, du møder
- Nærvær, ro og tålmodighed

### Indhold:

På kurset vil vi arbejde med forskellige mentale værktøjer som gennem årene har vist sig særdeles værdifulde for tillidsvalgte i fagbevægelsen. Du vil blive præsenteret for opmærksomhedstræning, fysiske øvelser, få indsigt i hensigtsmæssige tankemønstre og værdien af at reflektere med ligesindede.

*Kurset har ry for at give et stort personligt udbytte.*

### Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

### Deltagere:

*Minimum 8 - max. 12 deltagere og så vidt muligt lige mange mænd og kvinder.*

### Underviser:

Alex Haurand har gennem 30 år arbejdet med menneskers mentale trivsel. I de seneste 20 år med særligt fokus på ligestilling og stress på arbejdspladsen. Er uddannet psykiatrisk sygeplejerske, kognitivadfærdsterapeut og mindfulnessinstruktør. Har desuden en bred erhvervsmæssig erfaring bl.a. som leder og terapeut.

**Tid og sted:**

Kurset er delt i 2 moduler á to dage. Den mellemliggende periode er tænkt som en træningsperiode. På første modul præsenteres du for en række teknikker og øvelser.

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

Torsdag den 9. september kl. 11.00 -  
fredag den 10. september kl. 14.30.

Mandag den 15. november kl. 11.00 -  
tirsdag den 16. november kl. 15.00.

*Kurserne er internatkurser og afholdes på dejlige og hyggelige steder med mulighed for nærvær og naturoplevelser, hvor vi hjælpes ad med at tilberede maden.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 34**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Mindfulness 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 få nogle 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 om f.eks. ligestilling
- 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:

#### Vi arbejder med:

- Den tillidsvalgtes rum (med opmærksomhed på køn)
- Rum til dig selv – meditation og afspænding
- Stilhed og eftertænksomhed – refleksion over funktionen som tillidsvalgt
- Zen-meditation og afspænding

Kurset tager udgangspunkt i det du medbringer i "den mentale rygsæk", herunder dine forståelser af køn og ligestilling. 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 har gennem 30 år arbejdet med menneskers mentale trivsel. I de seneste 20 år med særligt fokus på ligestilling og stress på arbejdspladsen. Er uddannet psykiatrisk sygeplejerske, kognitivadfærdsterapeut og mindfulnessinstruktør. Har desuden en bred erhvervsmæssig erfaring bl.a. som leder og terapeut.

### Målgruppe:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der tidligere har været på FIU-Ligestillings mindfulnesskursus eller stressvejlederuddannelsen.

*Minimum. 8 - max. 12 deltagere.*



**Tid og sted:**

Torsdag den 20. maj kl. 11.00 -  
fredag den 21. maj kl. 14.30.

*Kurset er et 2 dages internatkursus under uformelle og hyggelige former, et utraditionelt sted i midten af landet, hvor vi hjælpes ad med at tilberede maden.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 35**

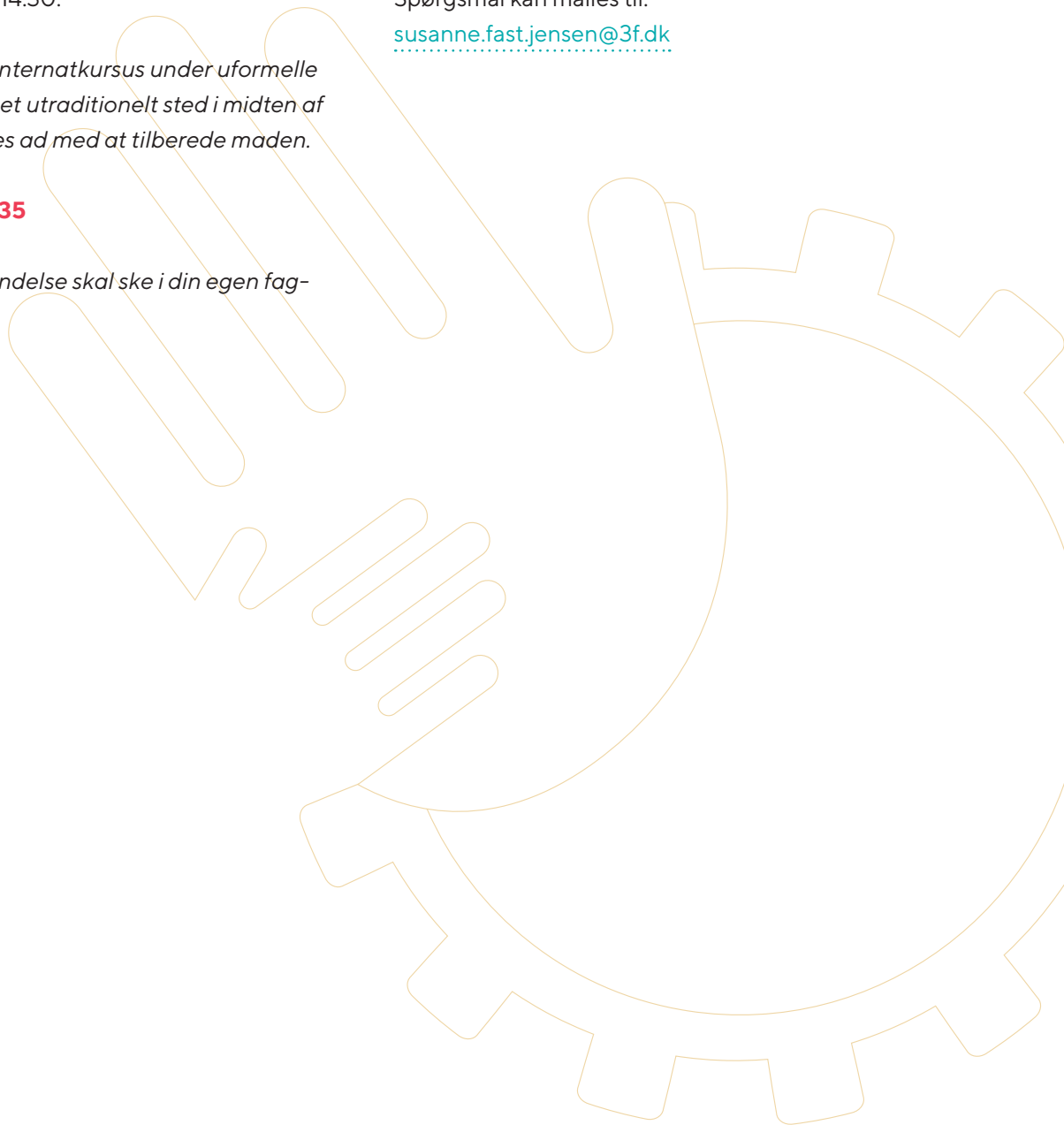
*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.*

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)



## Mændenes internationale kampdag

### Baggrund:

Fagbevægelsen i Danmark har markeret Kvindernes internationale kampdag siden 1910. Mændenes internationale kampdag begynder FIU-Ligestilling systematisk, at markere i 2020. Hvis da ellers der er opbakning? Og opbakning bør der være! Der er mange udfordringer for mænd i almindelighed i det moderne samfund, men også på arbejdsmarkedet. På mændenes internationale kampdag sættes der fokus på og gøres status på udfordringer og nye muligheder for mænds gode sunde arbejdsliv og ikke mindst sammenhængen mellem arbejds-, familie og fritidsliv.

### Udbytte:

Du vil på konferencen få baggrundsviden og redskaber til, at kunne medvirke til at skabe rammer på din egen arbejdsplads som kan understøtte mænds ligestilling og trivsel.

### Indhold:

- Mænds sundhed. Hvad er status og hvordan understøttes den på arbejdspladsniveau?
- Mænds arbejdspladser og sammenhængen mellem familie- og fritidsliv
- Ny viden, nye erfaringer og anbefalinger fra FIU-Ligestillings projekt om mænds ligestilling v/ Alex Haurand
- Andre nyheder om udfordringer for mænd, manderoller og ligestilling

### Målgruppe:

Tillidsvalgte der har interesse i mænds ligestilling, samt valgte/ansatte i fagforeninger, samt politikere og organisationsfolk, der arbejder med mænds ligestilling.





**Tid og sted:**

Fredag den 19. november kl. 10.00 - 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

**FIU-nr.: 5207 21 00 36**

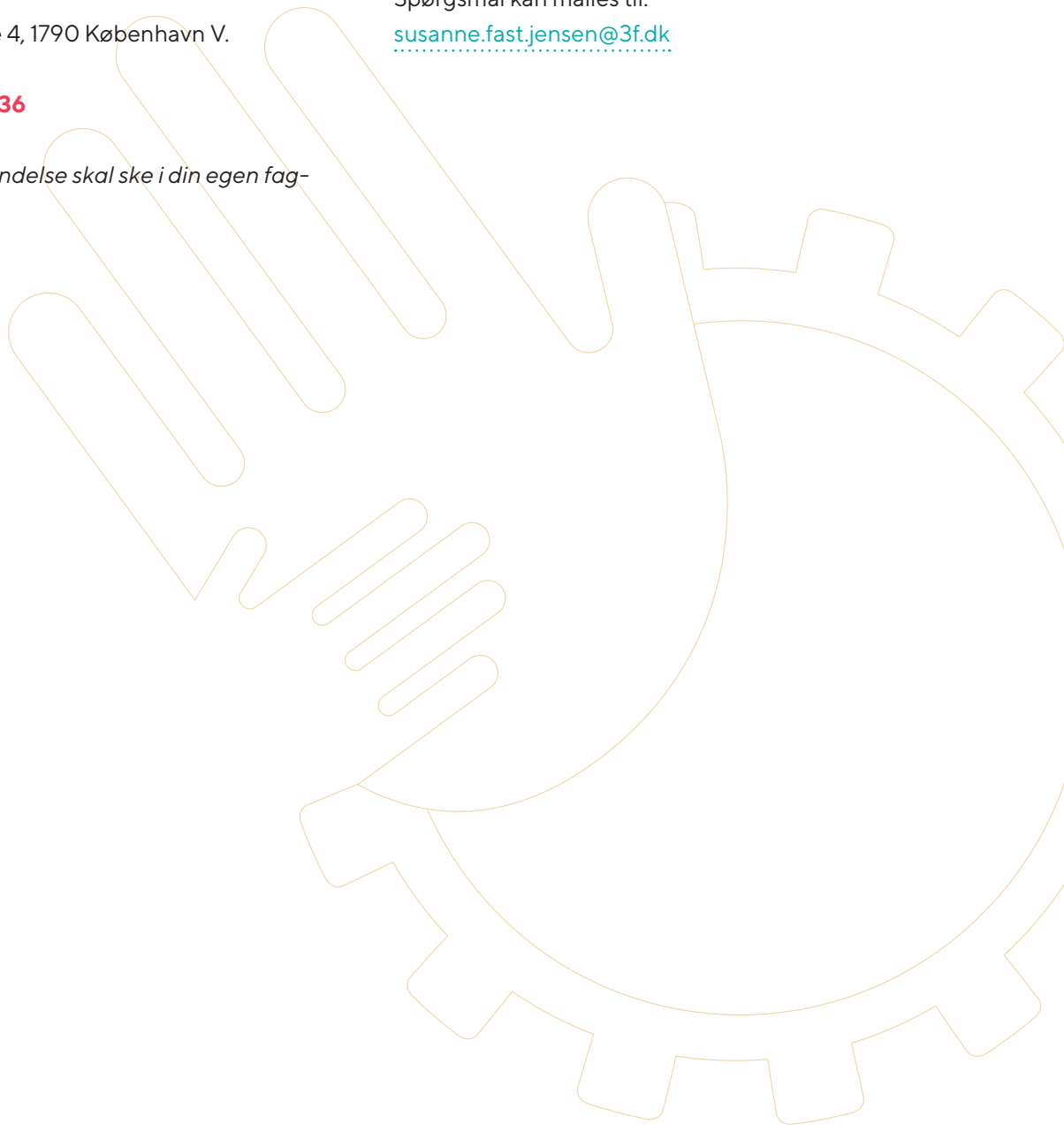
*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.*

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto: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. I 2021 vil vi sætte særlig fokus på mænds ligestilling, ligeløn, samt åbning af det kønsopdelte arbejdsmarked.

### 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 torsdag den 25. november kl. 10.00 – fredag 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 21 00 37** (Holbæk).

**FIU-nr.: 5207 21 00 38** (Kolding).

**FIU-nr.: 5207 21 00 39** (København).

**FIU-nr.: 5207 21 00 40** (Odense).

**FIU-nr.: 5207 21 00 41** (Sønderjylland).

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

Se netværksmødernes tid, sted og coach i nedenstående skema:

By	Coach	Mødetid	Sted
Holbæk	Johnny Henriksen Mail: <a href="mailto:johnny.henriksen@live.dk">johnny.henriksen@live.dk</a>	<b>Torsdage:</b> 7. januar, 4. februar, 6. maj, 5. august, 7. oktober og 2. december. Kl. 18.00 – 21.00.	<b>3F Holbæk-Odsherred</b> Spånnebæk 10 4300 Holbæk
Kolding	Thomas Thomsen Mail: <a href="mailto:thomas.bang.thomsen@hotmail.com">thomas.bang.thomsen@hotmail.com</a>	<b>Mandage:</b> 25. januar, 1. marts, 19. april, 17. maj, 6. september, 11. oktober og 6. december. Kl. 17.30 – 20.00.	<b>3F Kolding</b> Galgebjergvej 4 6000 Kolding
København	Ulla Puck Mail: <a href="mailto:Ulla.puck@3f.dk">Ulla.puck@3f.dk</a>	<b>Tirsdage:</b> 19. januar, 16. februar, 23. marts, 18. maj, 7. september, 26. oktober og 7. december. Kl. 17.00 – 21.00.	<b>3F Københavns Chauffører</b> Svanevej 22 2400 København NV.
Odense	Lars Storm Mail: <a href="mailto:ls@itwgse.com">ls@itwgse.com</a>	<b>Mandage:</b> 1. februar, 8. marts, 12. april, 24. maj, 13. september, 11. oktober og 22. november. Kl. 17.00 – 21.00.	<b>3F Odense</b> Skibhusvej 52B, 2. sal, opgang C. 5000 Odense C.
Sønderjylland	Pia Walther Mail: <a href="mailto:pia.walther@3f.dk">pia.walther@3f.dk</a>	<b>Mandag:</b> 25. januar, 26. april, 30. august og 6. december.  <b>Onsdag:</b> 10. marts, 9. juni og 6. oktober. kl. 17.00 – 20.00.	<b>3F Aabenraa/Tønder</b> Grønnevej 6 6270 Tønder eller <b>3F Aabenraa/Tønder</b> H.P. Hanssens Gade 21 6200 Aabenraa

## 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
- 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 torsdag den 25. november kl. 10.00 – fredag 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 21 00 23** (Djursland).

**FIU-nr.: 5247 21 00 24** (Holbæk).

**FIU-nr.: 5247 21 00 25** (København).

**FIU-nr.: 5247 21 00 26** (Odense).

**FIU-nr.: 5247 21 00 27** (Odense – engelsk netværk).

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

Se netværksmødernes tid, sted og coach i nedenstående skema:

By	Coach	Mødetid	Sted
Djursland	Joan Brøgger Mail: <a href="mailto:joan.broegger@3f.dk">joan.broegger@3f.dk</a>	Lørdage: 16. januar, 27. februar, 27. marts, 29. maj, 14. august, 16. oktober, 20. november og 11. december. Kl. 9.00 - 12.00.	3F-Djursland Trekanten 30 8500 Grenå
Holbæk	Johnny Henriksen Mail: <a href="mailto:johnny.henriksen@live.dk">johnny.henriksen@live.dk</a>	Torsdage: 18. februar, 18. marts, 15. april, 3. juni, 16. september, 21. oktober og 18. november. Kl. 18.00 - 21.00.	3F Holbæk-Odsherred Spånnebæk 10 4300 Holbæk
København	Hafida Bouylud Mail: <a href="mailto:habo@aof.dk">habo@aof.dk</a>	Torsdage: 11. februar, 11. marts, 8. april, 20. maj, 9. september, 7. oktober og 11. november. Kl. 16.30 - 19.00.	3F Kampmannsgade 4 1790 København V.
Odense	Franse Lund Mail: <a href="mailto:franse20@gmail.com">franse20@gmail.com</a>	Torsdage: 21. januar, 4. marts, 15. april, 3. juni, 2. september, 28. oktober og 25. november. Kl. 16.45 - 19.30.	3F GOPS Skibhusvej 52B, 2. sal, 5000 Odense C.
Odense Engelsk Netværk	Alla Navrotska Mail: <a href="mailto:alla.navrotska@3f.dk">alla.navrotska@3f.dk</a>	Torsdage: 21. januar, 25. februar, 25. marts, 6. maj, 12. august, 21. oktober og 9. december. Kl. 17.30 - 20.00.	3F GOPS Skibhusvej 52B, 5000 Odense C.

## Organisation, udvikling og samskabelse

- obligatorisk modul på diplomuddannelsen i ledelse. Der er mulighed for at tage en kompetencegivende eksamen, der giver 10 ECTS-point

### Baggrund:

At kunne arbejde reflekteret med samspillet mellem ledelse, organisation, samskabelse, styring og strategier med henblik på realisering af organisationens (din arbejdsplads eller din fagforenings) mål.

### Viden og forståelse:

Det er målet, at du skal have viden om, forståelse af og kan reflektere over:

- Teorier om organisation, ledelse, kultur og processer i forhold til organisationen (din arbejdsplads eller fagforeningen) og dens omverden
- Teorier om strategi og styring af organisationens (arbejdspladsens eller fagbevægelsens) udvikling, samt metoder til proces- og opgaveløselse
- Teorier om økonomi- og ressourcestyring

### Indhold:

Det er målet, at du opnår færdigheder i at kunne:

- Identificere, analysere og vurdere sammenhænge mellem organisationsstruktur, -kultur, -processer, strategier og ressourcemæssigt grundlag - og på denne baggrund kunne begrunde og udvælge relevante løsningsmodeller i forhold til organisering, set i forhold til egne ledelsesmæssige udfordringer og handlemuligheder
- Identificere, analysere og vurdere organisatoriske og ledelsesmæssige behov og udviklingsmuligheder på baggrund af relevante data

- Vurdere rammevilkår for eget ledelsesrum og identificere muligheder for styringsmæssige og strategiske tiltag samt kunne formidle disse til medlemmer og andre relevante interessenter i og omkring organisationen (arbejdsplads eller fagforening)

### Udbytte:

Det er målet, at du skal kunne:

- Indgå i styringsmæssige og strategiske processer, vurdere udviklingstiltag og oversætte sådanne til noget konkret så der etableres mening og legitimitet i samskabelse med organisationens interessenter.
- Udvikle og planlægge styringsmæssige og strategiske tiltag inden for eget ledelsesmæssige handlerum og iværksætte implementering og forankring heraf
- Perspektivere og håndtere problemstillinger, iværksætte handle- og udviklingsplaner og lede organisatoriske og tværorganisatoriske processer med henblik på implementering og forankring

**Eksamensform:**

Der udarbejdes et skriftligt produkt der forsvares mundtligt.

**Underviser:**

FIU-Ligestilling indgår aftale med en underviser, der har kompetence til at føre holdet til eksamen.

**Målgruppe:**

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

**Tid og sted:****Torsdage den:**

12. august, 26. august, 9. september, 23. september, 7. oktober, 14. oktober, 28. oktober, 11. november, 18. november og 25. november.

**Adgangskrav:**

Der er betingelser for optagelse på diplomuddannelsen. Du har mulighed for at blive realkompetencevurderet.

*Alle dage kl. 10.00 – 15.00.*

**Eksamen:** Forventeligt torsdag den 16. 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 21 00 42**

*Ansøgning om deltagelse skal ske i din lokale fagforening.*

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Psykologi for dig som mandlig tillidsvalgt

### Baggrund:

Du, og din funktion som tillidsvalgt, er i fokus på dette kursus. For som tillidsvalgt, leder eller ansat i fagbevægelsen er ikke kun dit personlige engagement af afgørende betydning, din personlighed og dine ubevidste sider er med til at påvirke om du og dine kollegaer får succes.

På kurset, hvor vi arbejder med din "Tillidsvalgt-virkelighed", vil du få mulighed for at reflektere over dine roller og dine opgaver. For som tillidsvalgt står du ofte i store udfordringer og må navigere i usikre, uklare og skiftende forventninger og ønsker, ikke mindst du vil gennemføre tiltag for at sikre ligestilling. Ofte står du som bindeleddet mellem ledelsens krav og kollegaernes trivsel, og i fyringsrunder eller lønforhandlinger er du den, der stiller dig til rådighed for fællesskabet. Det er både en ansvarsfuld og krævende position som kræver stor robusthed og evne til at kunne håndtere modstridende krav og til tider kaos.

Som tillidsvalgt ved du godt, at kollegaernes arbejdsglæde og virksomhedens succes i høj grad også hviler på dine skuldre og at din person har stor betydning.

Derfor vil vi på kurset fokusere på din selvindsigt og på, at dit fulde potentiale kommer i spil. Kurset afholdes i en fortrolig og ærlig ånd, hvor vi deler ud af vores oplevelser og mødes med anerkendelse og respekt.

### 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 som tillidsvalgt, der arbejder med ligeværd
- Du vil opleve at du forlader kurset med ny energi og klarhed over din opgave

### Indhold:

#### Vi arbejder med:

- Viden om psykologi (bevidste og ubevidste handlinger)
- Dine egne - måske uhensigtsmæssige - tanke- og handlemønstre
- Opnå det du har sat dig for
- Forsvarsmekanismer hos dig selv og deres virkning på andre
- Den stærke relation og holdånd
- Er din identitet hæmmende eller fremmende for det du vil opnå
- Forstå dig selv og andre i pressede situationer

### Målgruppe:

Mandlige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, valgte og ansatte i fagforeninger, samt andre der vil have indsigt i egen psykologi og en større personlig gennemslagskraft.

*Minimum 8 - max. 12 deltagere.*



**Underviser:****Alex Haurand, Frispark.**Se tillige: [www.frispark.com](http://www.frispark.com)

Alex har i 30 år hjulpet mennesker med personlig udvikling og mental træning. Er uddannet psykiatrisk sygeplejerske, kognitiv adfærdsterapeut og mindfulnessinstruktør. Har desuden en bred erhvervsmæssig erfaring bl.a. som leder og terapeut.

**Tid og sted:**

Torsdag den 11. februar kl. 12.00 -

fredag den 12. februar kl. 14.30.

*Kurset gennemføres i hyggelige omgivelser, tæt på naturen, hvor vi hjælpes ad med at lave mad, og rydde op.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 43****FIU-nr.: 5207 21 00 44**

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

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Retfærdig løn

- og hvordan lønåbenhed kan blive en positiv fælles proces

### Baggrund:

Kurset er et redskabsgivende kursus for dig, der vil arbejde for retfærdig løn på din arbejdsplads. Tillidsrepræsentanten er en central og nødvendig aktør i arbejdet med at øge retfærdig løn på den enkelte arbejdsplads. Der er behov for en person, der stiller kloge og kritiske spørgsmål til løndannelse, lønsystemer, lønstatistikkerne og ligeløn – og skaber en positiv interesse blandt kolleger og ledelse for at tale om løn.

I Danmark har vi stadig ikke knækket ligelønskoden. Vi er så langt fra at have ligeløn, at der sandsynligvis også kan være udfordringer på din arbejdsplads. Der er derfor brug for nye konkrete og konstruktive TR-værktøjer, der kan bruges til at afdække lønproblematikker – og redskaber til at løse dem.

### Udbytte:

På kurset bliver du klædt på til at være en aktiv aktør, der på en positiv måde kan samle kollegaerne om, at sikre retfærdig løn. Du får baggrundsviden og nye redskaber til at gøre en indsats og få opbakning. Målet med kurset er, at du bliver rustet til at starte en god dialog med dine kollegaer, at få øje på uretfærdigheder "under overfladen" og igangsætte nye initiativer, når der er behov.

### Indhold:

- Indsigt i temaer på arbejdspladsen, der har betydning for retfærdig løn
- Værktøjer til at identificere uligeløn. Lidt om let beregning
- Lønåbenhed – nye muligheder og nye regler
- Redskaber til at få retfærdig løn på dagsordenen på din arbejdsplads, bl.a. et nyt dialogspil. Du får spillet "med hjem", så du kan bruge det sammen med dine kollegaer.

**Underviser:**

Mélanie Evers, FIU-Ligestilling.

**Tid og sted:**

Tirsdag den 7. september i Aarhus.

Tirsdag den 5. oktober i Aalborg.

Tirsdag den 2. november i København.

*Alle dage kl. 10.00 - 15.00.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 45** (Aarhus).

**FIU-nr.: 5207 21 00 46** (Aalborg).

**FIU-nr.: 5207 21 00 47** (København).

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

**Onlinekursus:**

Kurset udbydes også som et onlinekursus, så du kan tage kurset hvor og hvornår det passer dig. Efter at du har tilmeldt dig til kurset, modtager du virtuelle undervisningsmaterialer og en grundig beskrivelse af, hvordan du gennemfører kurset online. Onlinekurset gennemføres individuelt, hvilket betyder, at når du skal tage kurset, skal du blot sætte dig foran computeren med en notesblok og en kuglepen – så er du klar til at åbne de tilsendte materialer og klikke på "start".

Der er ikke afsat et bestemt tidspunkt til, hvornår du skal gennemføre kurset, og det er derfor op til dig selv at afsætte tid i din kalender. Du skal forvente at afsætte cirka 4-5 timer til at gennemføre onlinekurset. Du får et kursusbevis, samt materialer du kan bruge til det efterfølgende arbejde sammen med kollegaerne.

Vi kontakter dig kort tid efter tilmeldingen, så du kan få besvaret eventuelle spørgsmål. Du bliver desuden kontaktet efter du har gennemført kurset, så vi kan udarbejde en kort evaluering.

**FIU-nr.: 5207 21 00 48**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen.

Spørgsmål kan mailles til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Stressvejlederen I

- HAN - HUN - fra stress til trivsel gennem samspil

### Baggrund:

Dette kursus starter din Stressvejlederuddannelse. Som stressvejleder på din arbejdsplads bliver du en rollemodel for dine kolleger derfor har vi på dette kursus fokus på dig og samspillet med dine kollegaer. Du får på de tre dage en faglig velfunderet viden om, hvad stress er, hvordan kroppen reagerer og hvilke faktorer, der udløser stress. Derudover får du konkrete og effektive værktøjer med hjem, som beriger 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 komme tilbage på arbejdspladsen med en masse nye redskaber til at håndtere din hverdag som tillidsvalgt:

- “Husk! Vi er forskellige” er et gennemgående tema for uddannelsen, idet det er fundamentet for dit arbejde med diverse grupper og som problemløser i forskellige situationer
- Du rustes til at være en bedre garant for, at tingene udvikler sig i alles interesse, uanset køn.
- Du 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 finde de korrekte svar
- Du kan efter kurset deltage på Stressvejlederen II og III og er velkommen til at deltage i den årlige stressvejlederkonference (se side 100)
- Du ved hvad stress egentlig er og har klarhed over hvordan vi påvirkes 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 tillidsvalgtes rum
- Mental træning - skab ro i krop og sind
- Mindfulness - at hvile i nu og her
- “Find dig ikke i stress®”

**Form og metode:**

- Undervisningen veksler mellem teori og praktiske øvelser
- På kurset er der lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog
- Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære
- Vi oplever forskelligheder og erfaringer gennem et inspirerende og nært samspil på kurset
- 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, samt andre tillidsvalgte, 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 et kursus i foråret og et i efteråret.

**Hold 1:**

Mandag den 15. februar - onsdag den 17. februar.

**FIU-nr.: 5207 21 00 49**

**Hold 2:**

Onsdag den 18. august - fredag den 20. august.

**FIU-nr.: 5207 21 00 50**

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

*(Internatkurser).*

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

**Stressvejlederen afholdes på:**

Metalskolen Jørlunde,  
Slagslundevej 13, 3550 Slangstrup.

**Undervisere:**

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand, Frispark.

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

**Tovholder:**

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailles til:

[anny@danskmetal.dk](mailto:anny@danskmetal.dk)

## Stressvejlederen II

- HAN - HUN - fællesskab i forandring

### Baggrund:

Dette er Stressvejlederens 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 alvorligt og omkostningsfyldt for den enkelte og arbejdspladsen. Derfor skal tillids- og arbejdsmiljørepræsentanten være rustet til handling, inden skaden sker. Du får viden og værktøjer, som du kan tage i anvendelse, når u hensigtsmæssige og belastende situationer opstår på arbejdspladsen.

Vi har igen ligestilling i fokus, for derigennem kan vi vise forståelse, skabe respekt og ligeværd mellem mennesker.

### Udbytte:

- Din allerede godt fyldte stressværktøjskasse vil efter kurset indeholde ekstra værktøjer, som er med til, at du nu på en endnu mere professionel måde, kan udfylde dit hverv som tillids- og arbejdsmiljørepræsentant.
- Du vil opleve, at du naturligt ser verden og dens forandringer og problemstillinger med blik for menneskers forskelligheder. Derved kan vi indgå i positive samspil med mennesker uanset forskellighed i køn, etnicitet, seksualitet eller andet.
- Dine omgivelser vil opleve dig som en værdifuld nøgleperson og udvise respekt for dine færdigheder, da det vil skinne igennem, hvor virkningsfulde dine redskaber er.

- Problemer kan takles og forandringer kan formes, til glæde for alle parter.
- 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 kursusdeltagere udvikle løsningsmodeller, som du direkte kan tage med hjem og anvende.
- Kurset åbner mulighed for deltagelse i Stressvejlederen III, samt deltagelse i den årlige stressvejlederkonference (se side 100)

### 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 arbejdsmiljørepræsentanten
- Meditation skaber nærvær
- Dialog og samspil

### 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
- Kursusmaterialet vil blive udleveret på kurset

### Målgruppe:

Kurset henvender sig til tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt andre tillidsvalgte, 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 10. marts - fredag den 12. marts.

**FIU-nr.: 5207 21 00 51**

### Hold 2:

Mandag den 20. september -  
onsdag den 22. september.

**FIU-nr.: 5207 21 00 52**

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

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

### Stressvejlederen afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,  
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

### Undervisere:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand, Frispark.

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

### Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

[anny@danskmetal.dk](mailto:anny@danskmetal.dk)

## Stressvejlederen III

- HAN - HUN - sammen gør vi en forskel

### Baggrund:

Dette er Stressvejlederens 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. På kurset går vi tættere på de konkrete problematikker der går igen hos mange mennesker i deres hverdagen i arbejdslivet og på arbejdspladserne.

På dette modul vil du samtidig blive en del af fagbevægelsens stressvejledernetværk og være med til at forme den fremtidige dagsorden, heriblandt for hvilke emner og temaer, der skal bringes op på den årlige stressvejlederkonference (se side 100)

### Udbytte:

- Med fokus på stress, trivsel og ligestilling på arbejdspladsen vil vi gå tæt på aktuelle arbejdspladsproblematikker. Vi vil bl.a. 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. I det 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

- 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.

**Målgruppe:**

Kurset henvender sig til tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt andre tillidsvalgte, 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:**

Onsdag den 7. april - fredag den 9. april.

**FIU-nr.: 5207 21 00 53**

**Hold 2:**

Mandag den 25. oktober - onsdag den 27. oktober.

**FIU-nr.: 5207 21 00 54**

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

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

**Stressvejlederen afholdes på:**

Metalskolen Jørlunde,  
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

**Undervisere:**

**Anne-Lise Nyegaard**, Dansk Metal.

**Alex Haurand**, Frispark.

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

**Tovholder:**

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

[anny@danskmetal.dk](mailto: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 kompetent formidler af fakta omkring 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:

- Efter kurset kan du lave en troværdig og spændende formidling af fakta om stress, hvilket kan være en stor hjælp for dig, som vil påvirke andre til at tage stress alvorligt.
- Du har efter kurset et samlet oplæg "Hvad er stress?" som du har trænet og bearbejdet i trygge rammer sammen med dine Stressvejlederkolleger

### 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 dialog, feedback og sparring.
- Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære
- Vi vil opleve forskelligheder og erfaringer gennem et sjovt og udviklende samspil på kurset
- Der vil være 2 undervisere, til stedet under hele kurset

### Målgruppe:

Kurset henvender sig til tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der i det daglige arbejder med at forbedre trivselen 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:**

Mandag den 10. maj - onsdag den 12. maj.

**FIU-nr.: 5207 21 00 55**

**Hold 2:**

Onsdag den 3. november - fredag den 5. november.

**FIU-nr.: 5207 21 00 56**

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

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

**Stressvejlederen afholdes på:**

Metalskolen Jørlunde,  
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

**Undervisere:**

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand, Frispark.

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

**Tovholder:**

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

[anny@danskmetal.dk](mailto:anny@danskmetal.dk)

## Stressvejlederkonferencen 2021

- stress, trivsel og køn

### 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 afholder vi sammen denne spændende, inspirerende og lærerige årlige stressvejlederkonference, 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 det er og starte hjælpen derfra.

### Udbytte:

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

På konferencen holdes der oplæg om emner, som kan berige den enkelte vejleder i arbejdet med stresshåndtering og trivsel i hverdagen, og som altid har vi nogle øjenåbnende skæve vinkler det kan sætte nye tanker igang.

Vi dyrker det brede netværk på tværs af forbund og brancher, og har afsat tid til udveksling af erfaringer og fælles refleksion.

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

### Indhold:

- Konferencen bygger på formidling af ny viden og nye perspektiver til så vi hele tiden er på forkant med udviklingen
- Vi har indbudt spændende og dygtige gæstelærere og foredragsholdere
- På konferencen har vi et stort fokus på netværksdannelse og erfaringsudveksling
- Stressvejlederkonferencerne 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 5. februar kl. 11.30 (opstart med frokost)  
- lørdag den 6. februar kl. 13.00 (slut med frokost).

Metalskolen Jørlunde,  
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

**FIU-nr.: 5207 21 00 57**

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

**Undervisere:**

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand, Frispark.

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

**Tovholder:**

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

[anny@danskmetal.dk](mailto:anny@danskmetal.dk)

## Styrk dit kropssprog

- og tal med overbevisning

### Baggrund:

Kropssprog er ordløs kommunikation. Din krop sladrer om dig og fortæller mennesker omkring dig om din sindsstemning. Derfor er kropssproget en naturlig ingrediens i personlig gennemslagskraft. På dette kursus stiller vi skarpt på, hvordan du med små virkemidler kan styrke dit kropssprog. Du får værktøjer til at kommunikere med både hjerne og hjerte, så du fremstår troværdig, tillidsvækkende og sympatisk. Du får viden om forskelle på kvinders og mænds kropssprog, overstatus og understatus og forklaringer på, hvorfor det oftere er mænd end kvinder, der tager scenen og fylder i rummet.

### Udbytte:

Du får inspiration til at:

- Stå i din kraft og slå igennem som kvinde
- Finde ind til din kerne
- Være klar og tydelig
- Argumentere positivt for din og kollegernes sag
- Få andre med på dine ideer og tanker
- Optræde troværdigt og med gennemslagskraft
- Sætte ord på det, der er vigtigt for dig
- Føle dig godt tilpas, når du tager ordet
- På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, så du føler dig tryk og godt tilpas

### Indhold:

- Positiv psykologi, selvværd og selvtillid
- Personlig kommunikation, gennemslagskraft og køn
- Krop og stemme - motivation af dig selv og dine tilhører
- Kommunikationstræning og assertion
- Positiv feedback

### Målgruppe:

Kvindelige tillidsvalgte, samt kvindelige valgte og ansatte i fagforeninger.

*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".*

*Minimum 6 - max. 10 deltagere.*

**Undervisere:**

Birgitte Raaberg og Anne-Mette Barfod.

**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 budskabstræning, personlig branding, assertion og gennemslagskraft.

**Birgitte Raaberg** er skuespiller og har medvirket i mere end 50 teaterforestillinger og musicals, film og TV. Birgitte har stor erfaring som kommunikationstræner, coach og mindfulnessinstruktør for både enkeltpersoner og grupper. Birgitte udgav i 2017 bogen "Det du favner" på Gyldendal.

Læs mere om underviserne på:

[www.powerkvinderne.dk](http://www.powerkvinderne.dk)

**Tid og sted:**

Onsdag den 17. november kl. 12.00 -  
fredag den 19. november kl. 14.30.

*Kurset er et 3 dages internatkursus under uformelle og hyggelige former, et utraditionelt sted i midten af landet, hvor vi hjælpes ad med at tilberede maden.*

**FIU-nr.: 5207 21 00 58**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.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

### Målgruppe:

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



**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 – og mænd – 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 og mænd både på jobbet og i livet. Hun er forfatter til flere bøger om kvinder, mænd og karriere.

**Tid og sted:**

Mandag den 8. februar kl. 12.00 – onsdag den 10. 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 21 00 60**

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

**Tovholder:**

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto: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 16. januar på Fyn.

Lørdag den 30. januar i det jyske.

Lørdag den 6. marts i København.

Lørdag den 15. maj i det jyske.

Lørdag den 25. september i det jyske.

Lørdag den 20. november på Fyn.

*Alle dage kl. 9.00 - 15.00.*

**FIU-nr.: 5247 21 00 28** (lørdag den 16. januar).

**FIU-nr.: 5247 21 00 29** (lørdag den 30. januar).

**FIU-nr.: 5247 21 00 30** (lørdag den 6. marts).

**FIU-nr.: 5247 21 00 31** (lørdag den 15. maj)

**FIU-nr.: 5247 21 00 32** (lørdag den 25. september).

**FIU-nr.: 5247 21 00 33** (lørdag den 20. november).

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

**Tovholder:**

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto:anthony.sylvester@3f.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 27. november kl. 11.00 -  
søndag den 28. november kl. 13.00.

Hovedstadsområdet.

**FIU-nr.: 5247 21 00 34** (uden overnatning).

**FIU-nr.: 5247 21 00 35** (med overnatning).

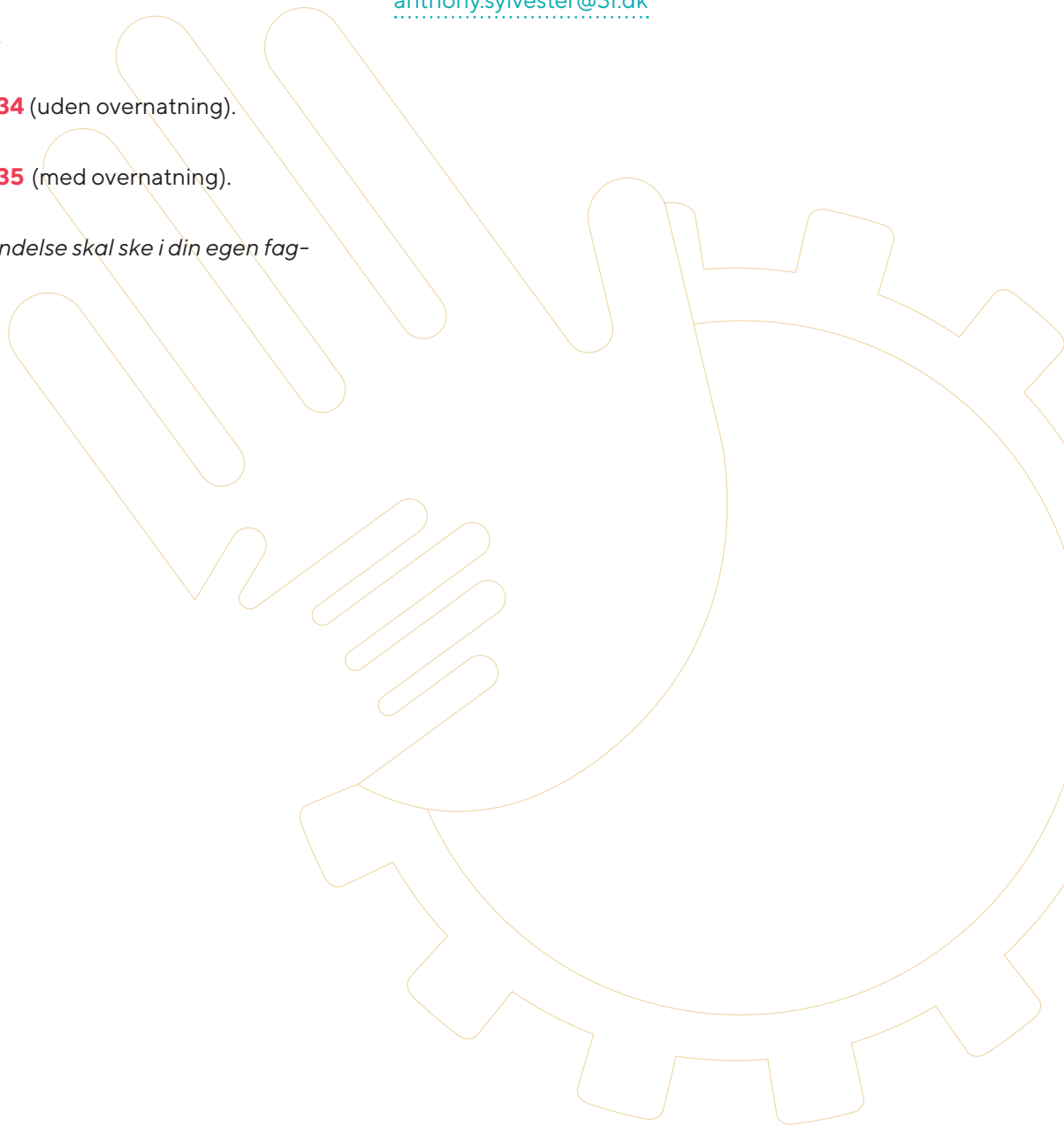
*Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.*

**Tovholder:**

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto:anthony.sylvester@3f.dk)



## Træf for FIU-Ligestillings lokale netværk

### Baggrund:

At FIU-Ligestillingsnetværk 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 idéer til eget faglige arbejde med forandringer på arbejdspladsen der inkluderer køn og mangfoldighed.

Du vil få ny viden om ligestillingspolitiske emner og handlemulighederne på arbejdspladser.

### Indhold:

- Erfaringsudveksling
- Arbejdspladsens muligheder for at forebygge seksuel chikane og kønsbestemt vold
- Organisering af medlemmer i et mangfoldighedsperspektiv
- Fokus på mænds ligestillingsudfordringer
- Nyt om lønåbenhed med henblik på at sikre ligeløn
- Socialt samvær og kulturel oplevelse med kønsbriller

### Målgruppe:

Deltagerne i FIU-Ligestillings netværk, tillidsvalgte og ligestillingsinteresserede.

### Tid og sted:

Torsdag den 25. november kl. 10.00 -  
fredag den 26. november kl. 13.00.

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

**FIU-nr.: 5207 21 00 59**

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

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## VOLD og seksuel chikane

- arbejdspladsens muligheder for at forebygge kønsbestemt vold

### Baggrund:

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

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

### Indhold:

- Nyheder på området. Både undersøgelser, praktiske erfaringer og politiske visioner
- Uddeling af pris til en tillidsvalgt, der har gjort en særlig og konkret indsats for at forebygge seksuel chikane og/eller vold i hjemmet

### Målgruppe:

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

### Tid og sted:

Torsdag den 25. november kl. 10.00 - 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

**FIU-nr.: 5207 21 00 61**

*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](mailto:piha@danskmetal.dk) med angivelse af kursusnummer, navn og fødselsdag.

### Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

## Womens advocate

### Baggrund:

Adskillige tillidsvalgte og fagforeningsansatte har igennem de sidste år været på studietur til Toronto og besøgt den store fagforening UNIFOR, der med succes har haft en "Womens advocate" på større arbejdspladser gennem de sidste 15 år.

Kan vi i Danmark lade os inspirere af – og lære noget af denne funktion?

Vi VED at vi har store udfordringer med krænkelserkulturen i Danmark og vi VED at kvinder i håndværkerfagene forsvinder ud af fagene hurtigt, samtidig med vi har en dagsorden om, at åbne det kønsopdelte arbejdsmarked. Denne uddannelse er et eksperiment der skal afdække hvad og hvordan vi kan bruge erfaringerne fra "Womens advocate" i Danmark.

### Mål og udbytte:

- At klæde deltagerne på til at tage sig af de særlige udfordringer der er for kvinder på en stor traditionel arbejdsplads
- At arbejde med at forebygge seksuel chikane og uønsket adfærd på arbejdspladsen og hjælpe/støtte kvinder (og mænd), der oplever sig krænket
- At støtte op med forebyggelse af vold i hjemmet via politikker og retningslinjer. Hjælpe medarbejdere videre, hvis der er problemer med fysisk eller psykisk vold i hjemmet
- At støtte og kulturudvikle med henblik på at kvinder fastholdes i typiske mandejob, på mandsdominerede arbejdspladser, etc.

- At støtte kvinder (og mænd) i at medvirke til, at der er en kultur på arbejdspladsen der er forenelig med at være småbørnsforældre, uden at det er moderen der f.eks. altid tager barns første sygedag. I det hele taget er offensiv omkring SMAF (sammenhæng mellem arbejdsliv og familieliv)
- At udvikle en inkluderende og mangfoldig arbejdspladskultur, der generelt er opmærksom på minoriteter, minoritetsstress, køn og privilegieblindhed

### Indhold:

- Women advocate's rolle og funktion i Canada – hvad kan vi lade os inspirere af til danske forhold?
- Uønsket adfærd og chikane. Hvordan får jeg øje på det? Hvordan åbner jeg for en drøftelse og fortrolighed?
- Når det underrepræsenterede køn opgiver faget. Hvad skal jeg være opmærksom på for at fastholde kvinder?
- Arbejdspladskultur og muligheder for at forebygge vold i hjemmet
- Relevant lovgivning og de handlemuligheder det giver

### Målgruppe:

Tillidsvalgte på større arbejdspladser. Det kan være tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter eller en anden faglig tillidsvalgt funktion.



**Materialer:**

Undervejs på uddannelsen afkodes og udarbejdes relevante materialer. Der tages udgangspunkt i de materialer der bruges i Canadisk fagbevægelse og disse omformuleres og bearbejdes til danske forhold.

**Undervisere:**

Anthony Sylvester er gennemgående kursusleder. Der vil på hvert modul være forskellige interne og eksterne undervisere/eksperter.

**Tid og sted:****Modul 1:**

Mandag den 26. april kl. 12.00 -  
onsdag den 28. april kl. 13.00.

**Modul 2**

Tirsdag den 1. juni kl. 12.00 -  
torsdag den 3. juni 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

*Ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.*

**FIU-NR.: 5207 21 00 62**

*Ansøgning om deltagelse skal ske i din egen fagforening.*

**Tovholder:**

Anthony Sylvester.

Spørgsmål kan stilles på mail:

[anthony.sylvester@3f.dk](mailto:anthony.sylvester@3f.dk)





