

KURSUS katalog

★
NATURLIGVIS 2018

INDHOLD

8. marts 2018	5
Arbejds miljøledelse	6
Besværlige kollegaer og chefer	8
Bliv knivskarp på at skabe ligestilling og et godt arbejdsmiljø på jobbet	10
Brug af snapchat i medlemskommunikation	12
Brænd igennem med dit budskab i pressen	13
Danish Model and workers right	15
Den nye forhandler	16
Effektiv kommunikation og personlig stil	18
Facebook-lørdag for tillidsvalgte	20
FL - København	22
Forhandlingsteknik	24
Fra kursus til virkelighed	26
Fra offer til aktør - på den fede måde!	28
Grundkursus i ligestilling og mangfoldighed	30
Guide til chikane-frit miljø på arbejdspladsen	32
Hvordan taler vi egentlig sammen på arbejdspladsen?	34
Integrationsrepræsentant-uddannelsen	35
Kvindelig tillidsvalgt med overskud	38
Kvindelige Ledere	40
Kvindelige meningsdannere	42
Ledelse i praksis	44
Ledelse og styring i politisk styrede organisationer	46
Ligebehandling og diskrimination af medarbejdere	48
Livskraft på jobbet - skab god energi sammen med dine kollegaer	50
Mangfoldighedskørekort	52

Mangfoldighedsorganisier	60
Mangfoldighedsværksted	62
Mindfulness og mangfoldighed	64
Netværk for tillidsvalgte	66
Netværk for tillidsvalgte med minoritetsbaggrund	68
Personalejura i et mangfoldighedsperspektiv	70
Personlig power	72
Positiv psykologi i ledelse	74
Positiv psykologi i organisationen	75
Primetime	76
Præsentationsglæde - få det godt med at tage ordet	78
Psykologi - tæt på dig som tillidsvalgt	80
Sociale medier i det faglige arbejde!	82
Stressvejlederen I	84
Stressvejlederen II	86
Stressvejlederen III	88
STRESSVEJLEDEREN IV	90
Sundhed og trivsel der batter	92
Temadage om Den danske Model for fagbevægelsens etniske medlemmer	94
Trivselskonferencen 2018	95
TR-træf for etniske minoriteter	97
Vanskelige situationer og svære samtaler	98
Vold i hjemmet	100
Yngre kvinde, mor, tillidsvalgt - med gennemslagskraft	101
Tidsplan – Akademiuddannelsen i ledelse	103

DU SIDDER MED FIU-LIGESTILLINGS KURSUSKALENDER FOR 2018 I HÅNDEN

Det er vores håb, at du som tillidsvalgt, fagligt interesseret eller valgt/ansat i en fagforening oplever, at aktiviteterne i kursuskalenderen dækker dine behov, når du skal være en aktiv medudvikler af arbejdspladsen.

Udfordringerne er mange. Udover de klassiske ligestillingsudfordringer, som desværre ikke bliver mindre, har vi i fagbevægelsen de kommende år en opgave i at sikre, at flygtninge ikke udsættes for social dumping, men har ordentlige overenskomstdækkede job.

FIU-Ligestilling har i den forbindelse en mentorordning, hvor fagligt aktive fungerer som mentorer for flygtninge - for at introducere dem til den danske arbejdsmarkedsmodel og fagbevægelsen.

Vi håber, du har tid og lyst til at være med. Vi vil gerne gøre en særlig indsats for, at kvindelige flygtninge kommer i job, for der er en særlig udfordring og en stor gevinst, hvis det lykkes.

Du kan melde dig til mentorordningen på www.fiu-ligestilling.dk

Er der et kursus, et dialogmøde eller en konference, du har behov for at deltage i, skal du søge om deltagelse i din egen fagforening.

Tovholderen, der er nævnt ud for hver aktivitet, har med kursets indhold at gøre - ikke med tilmeldingsproceduren.

Med håbet om, at "Naturligvis 2018" vil bidrage til, at vi i 2018 vil tage et skridt på vejen mod yderligere ligestilling i Danmark.

FIU-Ligestillingspartnerskabet*
Sommeren 2017

Majken Baarstrøm Kidmose
Forbundssekretær, Dansk Metal.

Søren Heisel
Forbundssekretær, 3F.

John Dybart
Forbundsformand, Serviceforbundet.

*

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

*

FIU-Ligestilling er et partnerskab mellem Dansk Metal, Serviceforbundet og 3F med henblik på at udvikle og udbyde uddannelsesaktiviteter, der fremmer ligestilling bredt set. Partnerskabet har eksisteret siden 2005.

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

8. MARTS 2018

BAGGRUND:

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

I FIU-Ligestilling sætter vi i 2018 fokus på hotte ligestillingspolitiske temaer.

INDHOLD:

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

- Politiske visioner
- Fagpolitiske handlemuligheder
- Hvad siger forskningen?
- Indspark fra tillidsvalgte om hvordan de arbejder med ligestilling på arbejdspladserne

MÅLGRUPPE:

Tillidsvalgte, valgte og ansatte i fagforeninger, samt ligestillingsinteresserede.

Tillidsvalgte fra alle forbund er velkomne og tilmelding foregår gennem FIU-systemet i din lokale afdeling/fagforening, såfremt du er medlem af et forbund under LO.

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

TID OG STED:

Torsdag den 8. marts kl. 10.00 - 15.30.

Afholdes i København.

FIU-NR.: 5207 18 00 00

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

ARBEJDSMILJØLEDELSE

- MED OPMÆRKSOMHED PÅ MANGFOLDIGHED
- MULIGHED FOR AT GÅ TIL EN KOMPETENCEGIVENDE EKSAMEN
- ET VALGFRIT MODUL I AKADEMIUDDANNELSE I LEDELSE, DER GIVER 10 ECTS-POINT

BAGGRUND:

Du opnår en kompetence, som bygger på forståelse af regulering af arbejdsmiljøområdet og for arbejdsmiljøforhold på arbejdspladsen. Således at du vil kunne tage professionel del i planlægning og udførelse af tiltag i forbindelse med arbejdsmiljøarbejdet på din arbejdsplads.

UDBYTTE:

Du opnår færdighed til at:

- Vurdere problemstillinger og opstille samt vælge løsningsmuligheder
- Formidle problemstillinger og løsningsmuligheder indenfor arbejdsmiljøområdet til kollegaer og ledere
- Håndtere udviklingsorienterede situationer inden for arbejdsmiljøområdet

INDHOLD:

- Arbejdsmiljøreguleringen i Danmark. Arbejdsmiljøområdets aktørers roller og funktion
- Arbejdsmiljøorganisationens og arbejdsmiljørepræsentantens roller og ansvar
- Arbejdspladsvurdering, regler og metoder med opmærksomhed på køn og etnisk baggrund - herunder risikovurdering
- Sikkerhedskultur og ulykkesforebyggelsesmetoder
- Psykisk arbejdsmiljø i forhold til faktorer, der påvirker det psykiske arbejdsmiljø.
Her er bl.a. fokus på seksuel chikane
- Metoder til måling og forebyggelse af det psykiske arbejdsmiljø

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISERE:

FIU-Ligestilling indgår aftale med en uddannelsesinstitution, der har kompetence til at gennemføre formel kompetencegivende eksamen.

TID OG STED:

Torsdage den:

23. august, 6. september, 20. september,
4. oktober, 25. oktober, 8. november, 22. november
og 6. december.

Alle dage kl. 14.00 - 19.00.

Eksamen torsdag den 20. december i dagtimerne.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 01

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

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

BESVÆRLIGE KOLLEGAER OG CHEFER

- SÅDAN HÅNTERER 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 mandschauvinist, der er nedladende over for kvinder. Det kan også være chefen, der bosser dig, eller kollegerne, der hvisker og tisker og brokker sig i krogene. Kollegaer og ledere, der ser barrierer mere end muligheder.

Vi møder alle sammen besværlige, magtglade, visne 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 ud fra devisen:

Modstand gør dig stærk!

DU FÅR INSPIRATION TIL AT:

- Spotte mennesker, der dræner dig for energi og er besværlige
- Forstå dine naturlige reaktioner, når dine grænser overskrides
- Blive på din egen bane og undgå offerrollen
- 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

INDHOLD:

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

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

- Forstå, hvorfor nogle mennesker er så besværlige
- Hvordan kan du forholde dig, når du møder 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
- 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:

Minimum 6 og max. 10 kvindelige tillidsvalgte.

UNDERVISERE:

Anita Mac og Anne-Mette Barfod.

Anita Mac forsker i ledelse, arbejdsmiljø og organisation på RUC. Hun er forfatter til flere bøger, blandt andet bogen "Fri os fra dårlig ledelse". Anita har stor viden om, hvordan besværlige mennesker kan påvirke arbejdsmiljøet i negativ retning.

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

TID OG STED:

Mandag den 12. februar kl. 11.00 - onsdag den 14. februar kl. 15.00.

Et 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 18 00 02

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

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

TOVHOLDER:

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

BLIV KNIVSKARP PÅ AT SKABE LIGESTILLING OG ET GODT ARBEJDSMILJØ PÅ JOBBET

- GRUNDKURSUS I NORMKRITIK

BAGGRUND:

Er du træt af, at der ikke sker mærkbare positive forandringer i arbejdsmiljø- og ligestillingsarbejdet? Og vil du lære at afkode og forandre arbejdspladsens normer, så arbejdsmiljøet bliver godt for dig og alle slags medarbejdere? Så er dette kurset for dig!

Normkritik er en metode, som klæder dig på til effektivt at gennemskue og forandre din arbejdsplads' normer for f.eks. køn og etnicitet. Visse normer på arbejdspladsen kan være ekskluderende eller direkte diskriminerende. Men det kræver normkritiske briller for at kunne gennemskue, hvornår der er uhensigtsmæssige normer på spil. De usynlige regler, er ofte blevet så naturlige og selvfølgelige på arbejdspladsen at ingen stiller spørgsmålstegn ved dem.

Med normkritikken kan vi skabe radikale forandringer. Vi vil sammen undersøge hvornår selvfølgelige og naturlige adfærdsformer på din arbejdsplads fører til dårligt arbejdsmiljø og er med til at skabe ulige vilkår for mænd og kvinder. Du lærer altså ikke bare at afkode normerne; du lærer også hvordan du effektivt kan forandre dem, så arbejdsmiljøet bliver godt for alle.

UDBYTTE:

- Fokus er på handling og forandring af arbejdspladsnormer, som har betydning for ligestilling og trivsel på arbejdspladsen

- Du vil blive knivskarp til at gennemskue ekskluderende arbejdslivssituationer, måder at være sammen på, sprog og vittigheder
- Du vil få kreative, radikale og humoristiske redskaber til at forandre de normer, som skaber dårligt arbejdsmiljø og uligestilling
- Kurset vil give dig en brugbar værktøjskasse til, at agere forandringsagent og skabe positive forandringer og reel ligestilling på arbejdspladsen

INDHOLD:

Deltagerne vil få en grundlæggende viden om hvordan normer for bl.a. køn på arbejdspladsen opstår. Bl.a. vil du lære hvordan "arbejdsidentitet" bliver til, og hvordan køn spiller en rolle for arbejdsmiljøet. Ud over dialog og øvelser, som klæder deltagerne på med skarpe normkritiske briller, vil de få en række konkrete redskaber, som de efterfølgende kan bruge til at skabe forandringer på deres arbejdsplads. Fokus er på, at deltagerne får brugbar erfaring med forandring af de dagligdags normer, som virker ekskluderende og skaber uligestilling og dårlig trivsel. Kurset er dialogbaseret og med spændende øvelser baseret på virkelige og vedkommende situationer fra arbejdspladsen.

Undervisningsformen gør op med en traditionel tilgang til undervisning og har fokus på, at deltagerne gennem udforskning og handling bliver eksperter i at skabe forandring. Alle kan være med, da det er en del af metoden, at skabe et godt rum, hvor alle føler sig trygge. At føle sig tryk og inkluderet er en forudsætning for at vi kan lære nyt, og dette bliver taget meget alvorligt på kurset.

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, valgte og ansatte i fagforeninger, ligestillingsansvarlige og mangfoldighedscoaches, samt andre, som ønsker nye virkningsfulde redskaber til at skabe reelle forandringer af arbejdslivets normer.

UNDERVISER:

Rikke Voergaard-Olesen.

Rikke har forsket i køn og seksualitet i dansk arbejdsliv, og har i mange år undervist i psykisk arbejdsmiljø, ligestilling, mangfoldighed og normkritik. Hun har en kandidatuddannelse i uddannelses- og kulturstudier fra Roskilde Universitet og er desuden uddannet i coaching, samt køn og ledelse. Rikke er en dygtig formidler, møder alle i øjenhøjde og taler et sprog, som alle kan forstå.

TID OG STED:

Mandage den:

19. marts og 16. april.

Begge dage afholdes kl. 10.00 - 16.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-NR.: 5207 18 00 03

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Kristine Esrom Raunkjær.

Spørgsmål kan mailes til:

krer@danskmetal.dk

BRUG AF SNAPCHAT I MEDLEMSKOMMUNIKATION

BAGGRUND:

Du ser det alle steder. I toget, på arbejdspladsen, på gaden. Mænd og kvinder som tager billeder af sig selv, åbner en video og griner højt. Snapchat er over os. Men kan det bruges til noget fornuftigt? Kan vi bruge Snapchat til at kommunikere med medlemmer? Kan vi bruge Snapchat i en kønsbevidst kommunikation med medlemmer? I løbet af dagen skal vi udforske mulighederne på Snapchat og sammen udvikle ideer til, hvordan Snapchat kan bruges i medlemskommunikation.

UDBYTTE:

På kurset får du indsigt i, hvordan Snapchat fungerer og hvorfor det er blevet så populært. Vi skal lege med Snapchats funktioner og udvikle skæve ideer til kampagner.

Vi skal se på, hvilke målgrupper, der bruger Snapchat og hvad de bruger det til.

INDHOLD:

Dagen veksler mellem oplæg, gruppearbejde og praktiske øvelser.

- Du lærer, hvordan Snapchat fungerer
- Du bliver i stand til at fortælle en historie på Snapchat
- Du får viden, så du kan rådgive om brug af Snapchat i medlemskommunikation

MÅLGRUPPE:

Tillidsvalgte, som ønsker at bruge Snapchat i medlemskommunikation.

DELTAGERANTAL:

Minimum 6 – max. 18.

UNDERVISERE:

Susanne Fasting.

Susanne har i mange år arbejdet med kommunikation på web og sociale medier. Hun har været faglig sekretær og tillidsvalgt, er uddannet i digital journalistik og har en række ledelses- og kommunikationsuddannelser.

TID OG STED:

Mandag den 19. februar kl. 10.00 - 15.00.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 04

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

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

BRÆND IGENNEM MED DIT BUDSKAB I PRESSEN

– MED DIN PERSONLIGE MEDIEPLAN

BAGGRUND:

Du har som tillidsvalgt altid et budskab, som er vigtigt for andre – også for offentligheden. Kun hver fjerde kilde i danske nyheder er kvinde, og derfor er der brug for flere kvinder, som har mod på at stå frem. På dette kursus bliver du klædt på til at gå i medierne med dine budskaber, så du fanger journalisternes interesse for den sag, du brænder for.

UDBYTTE:

På kurset får du værktøjer til og træning i:

- At finde en fængende overskrift, så du lige fra starten brænder igennem med dit budskab
- At bruge de journalistiske nyhedskriterier, så du finder den bedste "vinkel" til din historie
- At præsentere dig selv skarpt, kort og præcist, så du skaber troværdighed omkring din person
- At håndtere pressen – også når du bliver mødt med kritiske spørgsmål
- At forberede dig grundigt, så du er klar til at tage bladet fra munden
- At holde fast i dine meninger og synspunkter – og formulere dig klart og tydeligt
- Du får både inspiration og positiv feedback fra underviserne og dine medkursister.

Formålet er, at I sammen gør hinanden stærkere, så du brænder igennem i medierne med den bedste udgave af dig selv

INDHOLD:

På kurset lærer du:

- At præsentere dig som professionel tillidsvalgt – og finde modet til at stå frem med dit budskab
- At udvikle din personlige medieplan, så du opnår maksimal effekt af din indsats, får troværdig omtale de rigtige steder – og undgår de værste faldgruber
- At finde den helt rigtige overskrift og vinkle din historie og dit budskab, så du vækker journalisternes og dermed læsernes, seernes og lytternes interesse
- At brænde igennem og træne din gennemslagskraft – også via de sociale medier
- At afsætte din historie til en udvalgt journalist, så du kan følge dit budskab til dørs

Med fokus på det budskab, du ønsker at levere, træner du og får personlig feedback i gode og trygge rammer, hvor der er plads til et smil og godt humør. Samtidig får du mulighed for at prøve kræfter med den kritiske journalist.

MÅLGRUPPE:

Kurset henvender sig til kvindelige tillidsvalgte, der gerne vil styrke deres personlige gennemslagskraft i pressen, som tillidsvalgt. Du får nogle sjove, inspirerende og skønne dage i godt selskab med andre kvinder, der gerne vil styrke deres kvindemod og tage ordet i medierne.

UNDERVISERE:

Agnete Olsen er uddannet journalist fra Danmarks Journalisthøjskole. Hun har mange års erfaring som presse- og kommunikationsrådgiver, og har holdt kurser i medietræning både i ind- og udland.

Anne-Mette Barfod har mange års erfaring som kommunikationsrådgiver i erhvervslivet og som underviser på kurser, der har til formål at styrke den enkelte deltagers gå-på-mod, tro på sig selv og gennemslagskraft. Anne-Mette startede Powerkvinderne i 2009 med det formål at "gi' kvinder styrke".

Hun er uddannet cand.polit. og journalist, og har sammen med Anita Mac skrevet bogen "Pæne piger kommer i himlen - kloge kvinder vælger selv".

Læs mere om underviserne på:

www.powerkvinderne.dk

TID OG STED:

Torsdage den 11. oktober og 15. november.

Begge dage kl. 10.00 - 15.30.

Kurset er et 2-dages kursus med ca. 1 måned mellem de to kursusdage. På andendagen har du mulighed for at få feed-back på det du har afprøvet i den mellemliggende periode.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 05

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

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

DANISH MODEL AND WORKERS RIGHT

BACKGROUND:

To be a trusted person as a shop steward or health & safety representative doesn't mean that you have to solve all the problems for your colleagues at your workplace.

But you will need tools and knowledge in order to handle and deal with all kinds of different situations regarding your negotiated labor rights and health & safety issues at your workplace.

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

ALL OVER OBJECTS:

- We will be working with:
- All over view of Danish trade unions
- Welfare or workfare
- History of the labors struggle & trade unions in Denmark
- The Danish model – flexicurity
- Trade unions structure
- Trade union organization and the values
- Introduction to the different sectors
- The rolls and the functions of Shop steward and health and safety reps.
- The collective agreements
- The dispute system
- Employer clubs
- Exercising bargaining & negotiation

- Exercising writing notes & summery
- Communication & collaboration
- Exercising conflict management & bridge building
- Organizing

DATES & PLACE:

Kick start:

14th of February at 12.00 - 16th of February until 13.00

Place: Jylland

Second part:

14th of March at 12.00 - 16th of March until 13.00

Place: Jylland

Third part:

30th of May at 12.00 - 1st of June until 13.00

Place: Fyn

Final part:

27th of June at 12.00 - 29th of June until 13.00

Place: Copenhagen

FIU-NR.: 5247 18 00 00

FURTHER QUESTIONS & INQUIRIES

CONTACT:

Anthony Sylvester, 3F.

anthony.sylvester@3f.dk

DEN NYE FORHANDLER

BAGGRUND:

Hverdagen består af rigtig mange små og store forhandlinger. Det giver sjældent de bedste resultater at "sætte hårdt mod hårdt". Ofte fås de bedste resultater ved at samarbejde med sin forhandlingsmodpart. Kvinder og mænd har forskellige styrker i forhandling. Formålet med kurset er, at du bliver bevidst om forskellige forhandlingsstile og dine styrker i forhold til disse stile, så du kan opnå bedre forhandlingsresultater.

UDBYTTE:

Gennem kurset lærer du forskellige forhandlingsstile at kende, træner en masse fif og du opnår flere handlemuligheder i forhold til hverdagens forhandlinger.

INDHOLD:

- Hvad er forhandling, og hvor ofte forhandler vi?
- Introduktion til forskellige forhandlingsstile, og hvornår de er hensigtsmæssige?
- Grundlæggende principper og uskrevne regler
- Forhandling er en fortløbende proces
- Parallelle forhandlinger – vores forventninger til hinanden
- Forberedelse af forhandlingen: Et ambitiøst og realistisk udspil, sæt dig i modpartens sted og fastlæg BAF (dit bedste alternativ til en forhandlingsløsning)

Selve forhandlingsmødet:

- Hvordan virker feminint og maskulint sprog i forhandling
- Mænd og kvinder opfatter et nej forskelligt
- Verbale og non-verbale klap
- Pauser – Hvordan bruger man pausen konstruktivt?
- Udnyt tiden – de bedste resultater bliver opnået i de sidste minutter
- Når stemningen bliver anspændt

Efter forhandlingen: En del af den løbende proces og masser af træning

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISER:

Ingeborg Østergaard, med særlige kompetencer indenfor køn og forhandling.

Se evt. mere på KVINFO's ekspertdatabase

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

TID OG STED:

Torsdage den 13. september og 25. oktober.

Begge dage kl. 10.00 - 15.30.

To dage med 6 ugers mellemrum.

Mellem de to dage anvender deltagerne de ting, vi arbejder med på den første dag.

På første kursusdag arbejder vi med typiske forhandlingsopgaver. På dag to evaluerer vi det lærte, samt får yderligere viden om "den nye forhandler".

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 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

EFFEKTIV KOMMUNIKATION OG PERSONLIG STIL

BAGGRUND:

Du har hjertet på rette sted og brænder for at gøre en synlig forskel på din arbejdsplads. På dette kursus bliver du klædt på til at skabe succes og arbejdsglæde både for dig selv og for dine kollegaer. Du får værktøjer til at sætte en god og vedkommende dagsorden, tage ordet med troværdighed og overbevisning ved møder, stå fast på dine mærkesager og præsentere dine synspunkter med personlig stil.

UDBYTTE:

Du får inspiration til at:

- Tage ordet på møder og udtrykke dig klart
- Brænde igennem som kvinde
- Finde din personlige stil
- Få styr på sommerfuglene i maven
- Sætte ord på det, der er vigtigt for dig
- Argumentere effektivt for din sag
- Få andre mennesker med på dine ideer og tanker
- Optræde troværdigt og med gennemslagskraft
- Sælge dig selv og dit budskab
- Sætte din egen dagsorden på den gode måde
- Være den bedste udgave af dig selv
- Føle dig godt tilpas, når du tager ordet

INDHOLD:

- Den anerkendende metode
- Positiv psykologi, selvværd og selvtillid
- Personlig kommunikation og gennemslagskraft

- Opmærksomhed omkring køn i hverdagen
- Personlig stil og farver
- Personlig branding
- Kommunikationstræning
- Positiv feedback

MÅLGRUPPE:

Minimum 6 og max. 10 kvindelige tillidsvalgte.

UNDERVISERE:

Agnete Olsen, Sanni Lundberg og Anne-Mette Barfod.

Agnete Olsen er uddannet journalist og har i mange år arbejdet som strategisk kommunikationsrådgiver. Hun har masser af gode tips og tricks, som du kan bruge, når du skal kommunikere effektivt.

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.

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

Læs mere om underviserne på:

www.powerkvinderne.dk

TID OG STED:

Mandag den 16. april kl. 12.00 - onsdag den 18. april kl. 15.00.

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 18 00 07

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

FACEBOOK-LØRDAG FOR TILLIDSVALGTE

BAGGRUND:

Facebook og andre sociale medier fylder mere og mere i vores kommunikation med kolleger, familie og venner.

Men har du styr på, hvad folk kan se om dig? Får man det rette billede af dig som tillidsvalgt? Vil du gerne vide mere om hvordan du bedst kan bruge Facebook i dit faglige arbejde?

Hvilken forskel der er på kvinder og mænds brug af Facebook?

Riv en lørdag ud af kalenderen og bliv klogere.

UDBYTTE:

På kurset får du indsigt i, hvordan Facebook fungerer og hvad det kan bruges til i det faglige arbejde.

Kurset er både for dig, som er helt ny på Facebook, og som gerne vil vide, hvordan det kan bruges rent fagligt. Men også for tillidsvalgte, som allerede er godt i gang med at bruge Facebook og gerne vil bruge det mere strategisk i det faglige arbejde og i forbindelse med organisering.

INDHOLD:

Dagen veksler mellem oplæg, gruppearbejde og praktiske øvelser.

- Du lærer at tilpasse dine privatindstillinger på Facebook, så du bestemmer, hvad folk kan se om dig
- Du lærer, hvordan Facebook fungerer og indhold bliver spredt

- Du lærer at bruge Facebook-grupper til kommunikation med dine kollegaer
- Du får ideer til, hvordan Facebook kan indgå i organiseringsarbejdet på din arbejdsplads
- Du får styr på, hvad du som tillidsvalgt må, og ikke må, lægge på Facebook
- Du bliver klogere på, hvad forskellen er på brugen af Facebook afhængigt af køn og alder

MÅLGRUPPE:

Tillidsvalgte, som gerne vil bruge Facebook i det faglige arbejde. Medbring selv din bærbare PC. Hvis du IKKE har en sådan, kan du maile til tovholderen og høre om det er muligt at låne en PC.

DELTAGERANTAL:

Minimum 6 - max. 18.

UNDERVISER:

Susanne Fasting, som i mange år har arbejdet med kommunikation på web og sociale medier, har været faglig sekretær og tillidsvalgt. Susanne er uddannet i digital journalistik og har en række ledelses- og kommunikationsuddannelser.

TID OG STED:

Lørdag den 21. april kl. 10.00 - 15.00.

Kurset holdes under hyggelige uformelle former i et kæmpe sommerhus på Fyn.

Lørdag den 2. juni kl. 10.00 - 15.00.

Langsøhus, Vestre Ringvej 51, 8700 Silkeborg.

FIU-NR.: 5207 18 00 08 (PÅ FYN).

FIU-NR.: 5207 18 00 09 (I JYLLAND).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

FL – KØBENHAVN

BAGGRUND:

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

FL står for Feministiske Ledere og møderækken ses som en netværksmøderække.

FL-netværket netværker med kvinder fra fagbevægelsen i andre lande. I 2018 forventes netværkskontakt med kvinder fra fagbevægelsen i MENA-regionen.

UDBYTTE:

Du vil få ny viden, tal og argumenter om muligheder for at se ligestilling på nye moderne måder.

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 og om fremtidens arbejdsmarked. Du vil få nyheder, pjecer, bøger og tilbud om deltagelse i diverse arrangementer.

INDHOLD:

Der vil blive taget fat på nogle af de store forandringer, der pt. sker på arbejdsmarkedet - vi ser på hvad de betyder for køn og ligestilling. Vi vil drøfte muligheder, udfordringer og strategier for sagen og for egne handlemuligheder og karriere.

Vi vil komme omkring: Platformsøkonomi, socialdumping og tvangsarbejde, moderne feministiske retninger, disruption, atypiske ansættelser, robotteknologi, ligestilling og minoriteter, arbejdstid indrettes efter livsfaser? repræsentation, glaslofter anno 2018 og meget andet.

Konkret program er færdigt ca. 1. oktober 2017 og kan ses på www.fiu-ligestilling.dk

VÆRTINDE OG KURSUSLEDER:

Nina Groes, kommentator og tidligere direktør i KVINFO.

PROGRAM:

Et møde vil typisk være struktureret sådan:

- | | |
|--------------------|--|
| Kl. 16.15 – 16.45: | Ankomst, kaffe, runde med nyt siden sidst. |
| Kl. 16.45 – 18.15: | Oplæg/input fra ekspert, politiker, netværk, inspirator, meningsdanner o.l. |
| Kl. 18.15 – 19.15: | Et let måltid, et glas vand/vin, hvorunder vi drøfter pointer fra eftermiddagens oplæg og hvordan disse kan bruges individuelt og i egen organisation. |

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Der afholdes 8 netværksmøder fordelt henover året.

Torsdage den:

15. februar 15. marts, 19. april, 31. maj, 23. august, 4. oktober, 8. november og 6. december.

Alle dage kl. 16.15 - 19.15.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 10

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Såfremt du er medlem af et forbund under LO, skal tilmelding ske på ovenstående FIU-nr.

For deltagere fra en fagforening uden for LO kan tilmelding ske til Pia Haandbæk på mail:

piha@danskmetal.dk med angivelse af din fødselsdato og adressen hvortil faktura for kursusgebyr skal sendes.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

FORHANDLINGSTEKNIK

- MED OPMÆRKSOMHED PÅ MÆND, KVINDER OG MINORITETERS FORSKELLIGHED

BAGGRUND:

Du forhandler hele tiden. Når din datter insisterer på at få is inden aftensmaden, til jobsamtalen, når løn forhandles, ved ansættelser og afskedigelser, om betalte spisepauser, om traditioner skal bestå eller udfordres, om minoriteters trivsel og integration, om udvikling skal være konfliktfyldt eller kompromisfyldt. På dette kursus bliver du trænet meget konkret i stemmeføring, kropssprog og strategi. Kurset er lidt utraditionelt i sit udgangspunkt, da træningen gennemføres af en operasanger, der har stor fokus på performance.

INDHOLD:

Det er et praktisk kursus i forhandlingsteknik, hvor fokus er at klæde dig mentalt på med hensyn til forberedelse, så du ved hvordan, du bruger din stemme, dit kropssprog og dit mentale fokus.

- Træning i stemmeføring og kropssprog
- Hvem er din modtager
- Stemmeføring og kropssprog - hvordan aflæser du din modpart
- Sådan forbereder du dig - praktisk - fysisk og mentalt
- Sådan opbygger og underbygger du din argumentation
- Det psykologiske spil før, under og efter en forhandling

- Ved forhandlingsbordet - hvis alt ikke går som planlagt - tips, tricks og gode råd
- Hvordan forhandler mænd og kvinder ens/forskelligt

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt ansatte i fagforeninger.

Kurset henvender sig både til den erfarne forhandler, der trænger til et brush-up og gerne vil være bedre - og til dig, der står foran din første forhandling.

UNDERVISER:

Nete Nørgaard-Nielsen, uddannet operasanger samt stemme- og kropssprogtræner.

Stifter af Ministry of Music.

Se mere på: www.ministryofmusic.dk

TID OG STED:

Torsdag den 3. maj og torsdag den 7. juni.

Begge dage kl. 10.00 - 15.30.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 11

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

Såfremt du er medlem af et forbund under LO skal
tilmelding ske på ovenstående FIU-nr.

For deltagere fra en fagforening uden for LO kan
tilmelding ske til Pia Haandbæk på mail:

piha@danskmetal.dk med angivelse af din fødsels-
dato og adressen hvortil faktura for kursusgebyr skal
sendes.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

FRA KURSUS TIL VIRKELIGHED

- HVORDAN OMSÆTTER JEG VIDEN FRA MINE KURSER TIL PRAKSIS?

BAGGRUND:

Kurset henvender sig til dig, der som tillidsvalgt har været på kurser om kommunikation, relationer, personlige typer og præferencer og lignende, men som synes, at det er svært at få den nye viden i spil på arbejdet og i funktionen som tillidsvalgt.

Mange undersøgelser viser, at det er svært at få det, som man har lært på kurser ud at gå i virkeligheden. Der er som bekendt langt fra teori til praksis. På kurset arbejder vi derfor helt konkret med de problemer og udfordringer, du har som tillidsvalgt.

Vi gennemgår deltagernes konkrete arbejdsfunktioner og arbejdsopgaver, udfordrer din forståelse af problemer, lærer af det og bliver inspireret af hinandens erfaringer og viden til løsning af de svære udfordringer.

UDBYTTE:

Du får et nyt syn på hvordan du kan agere i praksis. Kurset afsluttes med nye planer og ideer, nyt syn på arbejdsopgaverne samt en handlingsplan, så du kan komme videre og skabe resultater, når du kommer hjem.

INDHOLD:

Kurset bygges op om deltagernes egne arbejdsfunktioner og opgaver. Vi indlægger små teoriblokke om f.eks. kommunikation, relationer, konfliktløsning, det at komme fra en offer-position til en aktør-rolle, hvor det giver mening i forhold til det, vi arbejder med.

VI ARBEJDER MED:

- At gå tæt på og analysere arbejdsfunktioner og opgaver og cases
- At præcisere, hvor det bliver svært
- At tænke nye vinkler på problemer
- At sige fra og sætte grænser
- At forstå situationen på en ny måde
- At få øje på forskellighed som en styrke
- At give feedback, sparring og rådgivning på jeres håndtering af cases
- At understøtte en god handlingsplan
- At skabe en "Win-Win" løsning

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISERE:

Charlotte Detlif og **Jeanett Kiy.**

Charlotte har i mange år arbejdet med det psykiske arbejdsmiljø - både som konsulent, underviser og personalechef. Charlotte har en erhvervspsykologisk baggrund, er certificeret coach, proceskonsulent- og lederuddannet og har mange års erfaring med det udviklende arbejde.

Se tillige: www.ccoachconsult.dk

Jeanett har mange års erfaringer som leder og konsulent og arbejder som inspirator, underviser og facilitator. Hun er cand.jur. og uddannet i organisationspsykologi, coaching og er psykoterapeut MPF.

TID OG STED:

Onsdag den 18. april kl. 10.00 - 17.00 og torsdag den 19. april kl. 9.00 - 15.00.

Kurset er et eksternatkursus.

Deltagere der bor mere end 60 km væk får tilbudt overnatning på nærliggende hotel, ligesom der tilbydes deltagelse i et kulturelt arrangement i city om aftenen.

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

Eller et andet sted ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 12

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

FRA OFFER TIL AKTØR – PÅ DEN FEDE MÅDE!

BAGGRUND:

Kravene om besparelser, omstruktureringer, fleksibilitet, robusthed, integration af minoriteter/flygtninge m.v. er kommet for at blive. Det skaber ofte modløshed, opgivelse og brokkekultur - man låser sig fast i en offerrolle, hvor det kan være svært at se hvordan, man kan være med til at skabe en positiv udvikling. Lær at komme ud af offerrollen og sætte konstruktive grænser, se nye muligheder og bliv aktør i samarbejdet med både kollegaer og ledelse.

UDBYTTE:

På kurset får du indsigt i, hvad der kan skabe en destruktiv offerkultur – og redskaber til at afdække, hvordan du skaber "Win-Win" situationer, er proaktiv og handlekraftig. Du får indsigt i, hvad det betyder, når mænd og kvinder går i offerrollen og hvordan det begrænser muligheden for en god udvikling og trivsel.

Du får mulighed for at træne realistiske cases fra din egen virkelighed.

INDHOLD:

Du kommer til at arbejde med værktøjer, der viser, at man kan ændre meget ved at tage fat, hvor man har indflydelse. Du vil lære, hvordan du kan få indflydelse ved at skabe situationer, hvor alle føler, de har vundet. Vi arbejder med, hvordan man som tillids- og arbejdsmiljørepræsentant kan være med til at vende en offerkultur til en aktørkultur. I dette arbejde har vi øje for køn og hvordan mænd og kvinder mødes forskelligt og kan have forskellige muligheder for at påvirke kulturen.

Vi arbejder med din personlige handlingsplan for at skabe større indflydelse og en mere handlingsrettet og løsningsorienteret kultur.

Vi arbejder med oplæg, øvelser og træning i konkrete cases og du går derfra med en handlingsplan.

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte/ansatte i fagforeninger der vil have indsigt i, hvordan man arbejder med en offerkultur, så der kommer flere handlinger på bordet!

UNDERVISERE:

Charlotte Detlif og Jeanett Kiy.

Charlotte har i mange år arbejdet med det psykiske arbejdsmiljø – både som konsulent, underviser og personalechef. Charlotte har en erhvervspsykologisk baggrund, er certificeret coach, proceskonsulent- og lederuddannet og har mange års erfaring med det udviklende arbejde.

Se tillige: www.ccoachconsult.dk

Jeanett har mange års erfaringer som leder og konsulent og arbejder som inspirator, underviser og facilitator. Hun er cand.jur. og uddannet i organisationspsykologi, coaching og Psykoterapeut MPF.

TID OG STED:

Onsdag den 26. september kl. 10.00 - 17.00 og
torsdag den 27. september kl. 9.00 - 15.00.

Kurset er et eksternatkursus.

Deltagere der bor mere end 60 km væk tilbydes hotel i nærheden af kursusstedet samt deltagelse i et kulturelt arrangement om aftenen.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 13

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

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

GRUNKURSUS I LIGESTILLING OG MANGFOLDIGHED

BAGGRUND:

Ligestilling og mangfoldighed er ikke noget man bare skal have en holdning til, det er også noget man skal have viden om. For at du kan agere professionelt som tillidsvalgt, er det nødvendigt som minimum at have den grundlæggende viden, der præsenteres på dette kursus.

UDBYTTE:

Du får en grundlæggende viden - så du er i stand til at gennemføre forandringer på arbejdspladsen, der medtænker ligestilling og mangfoldighed.

På kurset får du viden om:

- Hvad er mine handlemuligheder som tillidsvalgt?
- Fagbevægelsens politik på ligestillings- og mangfoldighedsområdet. Kongresbeslutninger og handlingsplaner

Grundlæggende viden om:

- Multikulturalitet. Redskaber til integration på arbejdspladsen
- Forskelsbehandlingslov, ligestillingslov, ligelønslov
 - hvilket overblik skal jeg have som tillidsvalgt?
- Diskrimination. Hvad er det rent juridisk?
- Seksuel chikane. Grundlæggende viden og lovgrundlag
- Det kønsopdelte arbejdsmarked
- Ligeløn. Statistik. Lovgivning. Fagbevægelsens handlemuligheder
- Fædrebarsel - overblik og rettigheder

Der udleveres en grundbog i ligestilling for tillidsvalgte.

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Tirsdag den 27. november kl. 9.00 - 13.00.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 56

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

TOVHOLDER:

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

GUIDE TIL CHIKANE-FRIT MILJØ PÅ ARBEJDSPLADSEN

BAGGRUND:

Seksuel chikane er en svær problematik på arbejdspladsen. Der er meget tabu, skam og uvidenhed omkring emnet, og som tillidsvalgt, ligestillingsansvarlig eller ansat i fagforeningen, er det særdeles svært at agere.

UDBYTTE:

På denne kursusdag får du nogle enkle værktøjer til at forebygge, spotte og håndtere seksuel chikane på arbejdspladsen.

Gennem øvelser, eksempler og erfaringsudveksling bliver du klædt bedre på til at tage snakken og arbejde videre med at skabe et chikanefrit miljø på din arbejdsplads.

Du har mulighed for at blive en del af det arbejde, som er igangsat med kampagnen: "Over Stregen".

Se evt. mere på:

<https://www.facebook.com/OverStregenSeksuelChikane>

INDHOLD:

- Vi ser på gode eksempler på, hvordan forebyggelsen af og arbejdet med seksuel chikane kan indarbejdes i personalepolitikker
- Vi udveksler erfaringer og taler ud fra virkelige cases, så selve emnet seksuel chikane bliver mere håndgribeligt og konkret

- Vi taler om tegn og symptomer på, at en kollega er udsat for seksuel chikane
- Vi ser på dine handlemuligheder, når du som tillidsvalgt står med en udsat kollega
- Vi taler kort om lovens ord og selve definitionen af seksuel chikane
- Vi involveres i, videreudvikler og bliver fortrolige med kampagnen "Over stregen" og drøfter hvordan kolleger positivt involveres i at skabe et chikane-frit arbejdsmiljø

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte og ansatte i fagforeninger, der kan få med sager om seksuel chikane at gøre.

MATERIALE:

Du får en kortfattet guide i hæfteform til de vigtigste ting for en tillidsvalgt.

Desuden får du et kickstarter-spil, som du kan bruge til at igangsætte snakken om seksuel chikane på din arbejdsplads.

KURSUSLEDER:

Luise Falhof, journalist. Projektleder på kampagnen "Over stregen".

TID OG STED:

Der afholdes 5 kurser, et i hver region:

Mandag den 26. marts (Region Hovedstaden).
 Mandag den 23. april (Region Sjælland).
 Mandag den 14. maj (Region Nordjylland).
 Mandag den 28. maj (Region Midt).
 Mandag den 18. juni (Region Syd).

Alle dage kl. 9.30 - 15.30.

FIU-NR.: 5207 18 00 14 (Region Hovedstaden).

FIU-NR.: 5207 18 00 15 (Region Sjælland).

FIU-NR.: 5207 18 00 16 (Region Nordjylland).

FIU-NR.: 5207 18 00 17 (Region Midt).

FIU-NR.: 5207 18 00 18 (Region Syd).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER CENTRALT:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

I hver region er en tovholder, der fungerer som kursusleder og har overblik over sted, forplejning og andre praktiske ting.



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 som krænkende eller nedsættende, og hvis tingene får lov til at udvikle sig bliver der måske tale om mobning, chikane eller racisme. Formålet med kurset er at skærpe din opmærksomhed på, hvordan I taler sammen på din arbejdsplads.

UDBYTTE:

På kurset får du en forståelse for, hvordan omgangstone præger arbejdsmiljøet. 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 chikane-frit miljø.

INDHOLD:

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

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISER:

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

Se evt. mere på KVINFO's ekspertdatabase:

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

TID OG STED:

Torsdag den 24. maj kl. 10.00 - 15.30.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 19

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

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

INTEGRATIONSREPRÆSENTANT-UDDANNELSEN

BAGGRUND:

Det er formålet med Integrationsrepræsentant-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.

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

- At bygge bro mellem de forskellige medarbejdergrupper på arbejdspladsen, samt opbygge og opretholde solidaritet og fællesskab. Herunder at 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 – I 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 opfatelser og fordomme
- Kulturel mangfoldigheds-konfliktfælder på en arbejdsplads
- Interkulturel forståelse og kommunikation på tværs af kulturer

Modul 3: Kulturernes ansigter og farver

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

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

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

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

- Tilsigtet eller utilsigtet eksklusion
- Mangfoldige og inkluderende overenskomster
- Racisme og diskrimination
- Konfliktforebyggelse og -løsning

- Den praktiske håndtering af en mangfoldighedsarbejdsplads
- Den organisatoriske håndtering af en mangfoldighedsarbejdsplads
- Integrationsrepræsentants-træning med cases, rollespil og øvelser
- Afrunding og evaluering

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 kursisternes aktive indbyrdes samarbejde, samt rollespil, hvor de enkelte kursisters kulturelle selvforståelse, generaliserende holdninger og fordomsfulde holdninger bliver synlige.

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

UNDERVISER:

Anthony Sylvester er kursusleder og den der sørger for "den røde tråd" i uddannelsesforløbet. Derudover deltager mange forskellige gæsteundervisere, eksperter og personligheder. **Jesper Schäfer Munk, Hafida Bouylud, Jean Petersen**, samt **Vinay Sharma og Annie Labaj** fra CAW.

TID OG STED:

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

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

Modul 1:

Onsdag den 28. februar kl. 12.00 - fredag den 2. marts kl. 13.00.

Afholdes i Århus

Modul 2:

Onsdag den 11. april kl. 12.00 - fredag den 13. april kl. 13.00.

Afholdes i Odense

Modul 3:

Onsdag den 23. maj kl. 12.00 - fredag den 25. maj kl. 13.00.

Afholdes i København

Modul 4 & 5:

Lørdag den 1. september - fredag den 7. september.

På felttur

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

FIU-NR.: 5247 18 00 01

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

KVINDELIG TILLIDSVALGT MED OVERSKUD

- PERSONLIG EFFEKTIVITET OG UDVIKLING AF FUNKTIONEN SOM TILLIDSVALGT

BAGGRUND:

Det er ingen hemmelighed, at alt for mange (kvinder) i dag har en kalender, der er proppet til bristepunktet. Derfor kan det være en udfordring at få tid og overskud til at nå det hele og prioritere det "rigtige". På dette kursus får du værktøjer til personlig effektivitet, så du får overblik og energi til alt det spændende, du gerne vil (prioritere) som tillidsvalgt.

UDBYTTE:

På kurset får du værktøjer til bryde dine dårlige vaner ved:

- At frigøre den nødvendige tid til tillidshvervet i en travl arbejdsdag
- At tage dig selv og dit tillidshverv alvorligt
- At prioritere og planlægge dine arbejdsopgaver
- At fjerne tidsrøvere
- At uddelegere arbejdsopgaver
- At sætte en effektiv dagsorden
- At overholde dine deadlines
- At håndtere afbrydelser
- At slå ned på overspringshandling
- Du får både inspiration og positiv feedback fra underviserne og dine medkursister. Formålet er, at I sammen gør hinanden stærkere. Så du fremover kan tage dig selv og dit tillidshverv alvorligt med masser af overskud

INDHOLD:

På kurset lærer du:

- At arbejde mere effektivt - både alene og sammen med andre
- At skabe overskud til det, du synes er vigtigt
- At skabe overblik - så du ikke mister retningssansen
- At undgå overspringshandling - og ophobede irritationsbunker
- At få mest mulig ud af den tid, du har til rådighed
- At bruge "Mindmapping" - et nemt og effektivt planlægningsværktøj
- At opbygge gode arbejdsrutiner og få struktur på hverdagen
- Med afsæt i din travle hverdag får du værktøjer til at lette arbejdspresset, så du ikke skal løbe så stærkt - men stadig når alt det, du har sat dig for. Det nytter ikke at løbe om kap med tiden, men det nytter at bruge tiden som din ressource, når du skal præstere dit bedste i hverdagens hamsterhjul

MÅLGRUPPE:

Kurset henvender sig til kvindelige tillidsvalgte, der har mange bolde i luften og savner overblik.

Du vil gerne overspringshandlingerne til livs og fordybe dig, så du kan løse de opgaver, som du har sat dig for inden for den tidsramme, du har sat.

UNDERVISERE:

Agnete Olsen er uddannet journalist fra Danmarks Journalisthøjskole. Hun har mange års erfaring som presse- og kommunikationsrådgiver, og har holdt kurser i personlig effektivitet og kommunikation.

Anne-Mette Barfod har mange års erfaring som kommunikationsrådgiver i erhvervslivet og som underviser på kurser, der har til formål at styrke den enkelte deltagers gå-på-mod, tro på sig selv og gennemslagskraft.

Anne-Mette startede Powerkvinderne i 2009 med det formål at gi' kvinder styrke.

Hun er uddannet cand.polit. og journalist.

Læs mere om underviserne på:

www.powerkvinderne.dk

TID OG STED:

Onsdag den 29. august kl. 12.00 -
fredag den 31. august kl. 15.00.

På et hyggeligt og intimt sted midt i landet, hvor vi hjælpes ad med at tilberede maden.

FIU-NR.: 5207 18 00 20

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

KVINDELIGE LEDERE

BAGGRUND:

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

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

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

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

UDBYTTE:

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

MÅLGRUPPE:

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

INDHOLD:

- Lederskab
- Byg relationer
- Projektplanlægning
- Strategi og forandring
- Ligestilling nu og i fremtiden
- Personligt lederskab i fremtidens fagbevægelse

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

UNDERVISERE:

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

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

TID OG STED:

Kurset er på 8 dage, 3 moduler med overnatning og fuld forplejning, til sidst en opfølgningsdag.

Modul 1:

Mandag den 10. september kl. 11.00 - onsdag den 12. september kl. 15.00.

Modul 2:

Mandag den 29. oktober kl. 11.00 - tirsdag den 30. oktober kl. 15.00.

Modul 3:

Mandag den 19. november kl. 11.00 - tirsdag den 20. november kl. 15.00.

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13
3550 Slagslunde

FIU-NR.: 5207 18 00 21

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

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

KVINDELIGE MENINGSDANNERE

BAGGRUND:

Danmark har brug for meningsdannere, der har erfaringer fra virkeligheden, noget på hjertet og modet til at gøre en forskel. Under hvert tredje debatindlæg skrives i dag af kvinder, 8 ud af 10 kilder i medierne er mænd. De fleste politikere og debattører er akademikere, og kun få er fra LO-fagbevægelsen. Det er et problem for Danmark og demokratiet, fordi vi mister vigtige stemmer.

Men det er også noget, vi kan forandre. Dét er målet med "Kvindelige meningsdannere", som med succes har været gennemført 5 gange tidligere.

INDHOLD:

I uddannelsen fokuseres der på:

- Historiefortælling som ramme for kommunikation
- Skriftlig kommunikation I: Blogging
- Skriftlig kommunikation II: Debatindlægget
- Relevante ligestillingspolitiske temaer
- Inspiration til personlig kommunikationsstrategi fra kvinder, der med succes kommunikerer i det offentlige rum

Uddannelsen vil kombinere traditionelle metoder til kommunikation med nye medier og derigennem skabe nye muligheder for succesfuld meningsdannelse. Vi benytter metoden offentlig aktionslæring. Det betyder, at alle deltagere undervejs skriver debatindlæg til aviser, blogger og gennemfører øvelser med historiefortælling.

UDBYTTE:

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

UNDERVISERE:

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

Kurset afholdes i samarbejde mellem FIU-Ligestilling og Tænk tanken Cevea.

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Der afholdes i alt 7 kursusdage.

Torsdage den:

18. januar, 15. februar, 1. marts, 5. april, 26. april,
31. maj og 21. juni.

Alle dage kl. 10.00 - 16.00.

Kurset er et eksternatkursus, hvor du kan afprøve det lærte mellem kursusdagene.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 22

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

TØVHOLDER:

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

LEDELSE I PRAKSIS

Et kompetencegivende og obligatorisk modul på Akademiuddannelsen i ledelse, der giver 10 ECTS-point, når eksamen er overstået. det er et godt modul at starte med, såfremt du vil opbygge dig en AU-eksamen i ledelse undervisningen gennemføres med opmærksomhed på mangfoldighedsledelse

BAGGRUND:

Som tillidsvalgt har det betydning, at du selv kan lede i praksis, men også at du kan deltage i en kvalificeret dialog med din(e) chef(er) om ledelse af og på arbejdspladsen.

Det har betydning for udførelsen af jobbet som tillidsvalgt, at du kan se sammenhænge mellem teori og praksis samt være sparringspartner omkring kommunikation, udvikling og læring for alle, uanset baggrund.

UDBYTTE:

Det er målet at du:

- Kan varetage ledelsesmæssige funktioner i praksis
- Opnår indsigt i din egen ledelsespraksis og kan definere udviklingsområder og opstille handlingsplaner for egen udvikling og læring
- Får indsigt i dine egne adfærdsmæssige, kommunikationsmæssige og ledelsesmæssige styrker og svagheder

- Kan se sammenhæng mellem praksis og teori, i almindelighed og med fokus på køn og multikulturalitet
- Kan strukturere et projekt
- Kan opstille og vælge løsningsmuligheder samt formidle disse til ledelse, medlemmer og fagforening

INDHOLD:

- Analyse og udvikling af egen lederstil
- Ledelseskommunikation og tilhørende teorier og værktøjer
- Udvikling af egen læring og egen praksis med opmærksomhed på mangfoldighed

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:**Torsdage den:**

18. januar, 1. februar, 15. februar, 8. marts, 22. marts,
12. april, 26. april, 17. maj og 31. maj.

Alle dage kl. 14.00 - 19.00.

Eksamen torsdag den 21. juni.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 23

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

TOVHOLDER:

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

LEDELSE OG STYRING I POLITISK STYREDE ORGANISATIONER

- MED FOKUS PÅ MANGFOLDIGHED

Et valgfag på Diplomuddannelsen i ledelse.

Mulighed for en kompetencegivende eksamen, der giver 5 ECTS-point.

BAGGRUND:

Som tillidsvalgt har det betydning, at du kan fungere i et samspil med de omgivelser, som du har tillidsmæssige funktioner i forhold til. Udvikling af dine analytiske og praktiske ledelsesmæssige kompetencer giver dig en bedre baggrund for at forhandle med og deltage i en kvalificeret dialog med din(e) chef(er) om ledelse. Det har stor betydning, at du som tillidsvalgt kan se sammenhænge mellem teori og praksis samt være sparringspartner omkring ledelse og styring i den (overvejende) politisk styrede organisation.

UDBYTTE:

Det er formålet, at du tilegner dig viden, færdigheder og kompetencer til at: Lede og styre på en begrundet og reflekteret måde i et helhedsorienteret perspektiv med afsæt i politikker, strategi, drift og medlemmer/medarbejdere.

Uddannelsen er tilrettelagt, så du kan udvikle både de analytiske og de praktiske ledelsesmæssige kompetencer, der er nødvendige i din hverdag som leder og/eller som tillidsvalgt. Diplomuddannelsen i ledelse henvender sig til ledere (i bred forstand) inden for alle faggrupper. På dette forløb er der fokus på fagfor- eninger og fagbevægelsen.

UDVIKLING AF DIG SOM LEDER:

Diplomuddannelsen i ledelse er skræddersyet til dig, der har eller ønsker ledelsesopgaver som et centralt element i dit arbejdsliv. Det er ikke afgørende, om du allerede er leder med mange års erfaring, en relativ ny leder, er en kommende leder – eller indtager roller, som er af ledelsesmæssig karakter. Det helt centrale er, at du har lysten og viljen til at gribe den udfordring, det er at være en god leder eller medleder i verden, som den ser ud i dag.

INDHOLD:

Du får skærpet både dine analytiske og ledelsesmæssige kompetencer, således at du bliver en kompetent sparringspartner på ledelsesniveauet i fagbevægelsen og/eller i din arbejdsplads' organisation. Diplomuddannelsen er en lederuddannelse på bachelorniveau og den er godkendt af Uddannelses- og Forskningsministeriet (UFM).

Kurset indeholder bl.a. også:

- Ledelse i de politisk styrede organisationer
- Velfærdsstat eller konkurrencestat
- Styringsparadigmers indflydelse på ledelse
- Styringstænkninger og forandringstiltag i den offentlige sektor - og indflydelse på ledelse

EKSAMEN:

Forløbet tilrettelægges med mulighed for at gå til eksamen. Eksamen er et mundtligt forsvar af et skriftligt produkt. Der er ekstern censur og bedømmelse sker efter 7-trinsskalaen. Der ydes vejledning i tilknytning til eksamensarbejdet.

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISERE:

FIU-Ligestilling indgår aftale med en uddannelsesinstitution (erhvervsakademi eller professionshøjskole), der har udbudsret til at gennemføre undervisning og eksamen.

ADGANGSKRAV:

Det er en betingelse for optagelse på diplomuddannelsen, at du har:

Gennemført en relevant adgangsgivende uddannelse mindst på niveau med en erhvervsakademiuddannelse eller en relevant akademiuddannelse, samt at du har mindst 2 års relevant erhvervserfaring efter gennemført adgangsgivende uddannelse.

Hvis du ikke opfylder disse betingelser, men har en anden relevant uddannelse og/eller baggrund, er det muligt at søge om dispensation. Kontakt da tovholder, som kan hjælpe med processen.

TID OG STED:

Torsdage den:

8. februar, 1. marts, 15. marts, 5. april og 19. april.

Alle dage kl. 14.00 - 19.00.

Eksamen forventes torsdag 3. maj i dagtimerne.

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

Eller et andet sted ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 24

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

LIGEBEHANDLING OG DISKRIMINATION AF MEDARBEJDERE

- FÅ STYR PÅ JURAEN!

BAGGRUND:

Behovet for, at tillidsvalgte og fagligt valgte/aktive har helt styr på ligebehandling og diskrimination på arbejdspladsen er stigende. Flygtninge og minoriteter skal integreres på arbejdspladsen.

Omfanget af seksuel chikane vokser, både af mænd og kvinder. LGBT-personer (homo-, bi-, og transseksuelle) ekskluderes.

Omfanget af diskrimination på arbejdspladsen er stort - både under ansættelsen, i det daglige arbejde og i forbindelse med afskedigelser. Lovgivningen inden for området er kompliceret og svær at navigere i - og der føres et stadigt stigende antal sager ved EU-domstolen, de almindelige domstole, faglig voldgift og ikke mindst Ligebehandlingsnævnet om rækkevidden af beskyttelsen.

Dette stiller store krav til medarbejderrepræsentanternes forståelse for beskyttelse af særligt udsatte medarbejdergrupper - eksempelvis kvinder, etniske minoriteter, ældre medarbejdere, handicappede og for den sags skyld mænd.

Kurset har fokus på de ofte komplicerede juridiske elementer med henblik på at sikre medarbejderen den bedst mulige kompensation for ulovlig diskrimination.

UDBYTTE:

Formålet med kurset er at forstå omfanget af beskyttelsen mod diskrimination, samt ikke mindst kombinere dette med at blive bedre til at forebygge samt hjælpe diskriminerede medarbejdere.

INDHOLD:

Gennemgang af de forskellige regler, der forbyder diskrimination - ligebehandlingslov, ligelønslov, forskelsbehandlingslov mv.

- Hvordan tackles problemet over for arbejdsgiver?
- Sikring af dokumentation/beviser
- Hvor afgøres sagerne - domstole, nævn mv.?
- Hvordan foregår sagen - fra krav til dom?
- Hvad er konsekvensen af ulovlig diskrimination - genansættelse, godtgørelse og erstatning?
- Gennemgang af relevante domme/og kendelser om ulovlig diskrimination

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISER:

Claus K. Jensen, Arbejdsretsadvokaterne.

Se tillige: www.arbejdsretsadvokaten.dk

TID OG STED:

Torsdage den:

8. februar, 15. marts, 12. april, 17. maj og 7. juni.

Alle dage kl. 10.00 - 15.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 25

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

Såfremt du er medlem af et forbund under LO skal
tilmelding ske på ovenstående FIU-nr.
For deltagere fra en fagforening uden for LO kan
tilmelding ske til Pia Haandbæk på mail:
piha@danskmetal.dk med angivelse af din fødsels-
dato og adressen hvortil faktura for kursusgebyr skal
sendes.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

LIVSKRAFT PÅ JOBBET – SKAB GOD ENERGI SAMMEN MED DINE KOLLEGAER

BAGGRUND:

De fleste af os bruger 37 timer om ugen på jobbet i over 40 år af vores liv. Derfor gælder det om at få det bedste ud af arbejdslivet og hverdagen med dine kollegaer. Som tillidsvalgt brænder du for at gøre en positiv forskel for dine kollegaer. På dette kursus får du værktøjer til at skabe livskraft og god energi omkring dig, og dermed arbejdsglæde både for dig selv og andre.

UDBYTTE:

På kurset får du værktøjer til at:

- Kommunikere med entusiasme - også til brokkehovederne
- Give opbyggelig feedback med positiv psykologi
- Sætte en spændende og konstruktiv dagsorden for møder
- Skabe god karma med din personlige fremtoning og dermed få opbakning fra kollegaer
- Holde fast i dine meninger og synspunkter - og formulere dem så du skaber engagement
- Holde fanen højt og være bannerfører - også i modvind
- Indgyde kollegaerne faglig selvtillid og dermed arbejdsglæde
- Understøtte arbejdsglæden i den fælles indsats – hvor der også er plads til forskelligheder
- Du får både inspiration og positiv feedback fra underviserne og dine medkursister. Formålet er, at I sammen gør hinanden stærkere og sammen udvikle ideer, positive tænkning og livskraft på jobbet

INDHOLD:

På kurset lærer du:

- At definere hvor du skal gøre din indsats - og prioritere løbende
- At møde dine kollegaer med engagement, respekt og entusiasme
- At tage ansvar for arbejdsglæden og dele ansvaret med andre
- At skabe energi, motivation og lyst til at deltage i det faglige arbejde
- At kommunikere overbevisende - også med gnavpotterne
- At sætte en konstruktiv og opbyggelig dagsorden
- At vende problemer og stopklodser til løsninger og muligheder
- At blive rollemodel for et rummeligt menneskesyn med plads til alle
- Med afsæt i din rolle som tillidsvalgt og udfordringerne på din arbejdsplads får du her inspiration til at styrke livskraften og arbejdsglæden for dine kolleger på jobbet. Du vil få feedback fra underviserne og dine medkursister på dine oplevelser og få inspiration til, hvad du helt konkret kan gå hjem at gøre

MÅLGRUPPE:

Kurset henvender sig til kvindelige tillidsvalgte, der gerne vil styrke arbejdsglæden - både sammen med kollegaerne og over for ledelsen.

UNDERVISERE:

Anne-Mette Barfod har mange års erfaring som kommunikationsrådgiver i erhvervslivet og som underviser på kurser, der har til formål at styrke den enkelte deltagers gå-på-mod, tro på sig selv og gennemslagskraft.

Anne-Mette startede Powerkvinderne i 2009 med det formål at "gi' kvinder styrke". Hun er uddannet cand. polit. og journalist, og har sammen med Anita Mac skrevet bogen "Pæne piger kommer i himlen – kloge kvinder vælger selv".

Birgitte Baadegaard er cand.merc., coach og uddannet NLP Master. Hun har mange års erfaring inden for HR, er forfatter til flere bøger og arbejder med kvinders trivsel, ambitioner og arbejdsliv.

Agnete Olsen er uddannet journalist fra Danmarks Journalisthøjskole. Hun har mange års erfaring som presse- og kommunikationsrådgiver, og har holdt kurser i personlig kommunikation både i ind- og udland. Læs mere om underviserne på:

www.powerkvinderne.dk

TID OG STED:

Onsdag den 24. oktober kl. 12.00 -
fredag den 26. oktober kl. 15.00.

Kurset afholdes på et hyggeligt og intimt sted midt i landet, hvor der er god mulighed for fordybelse og hygge, hvor vi hjælpes ad med at tilberede maden.

FIU-NR.: 5207 18 00 26

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk



MANGFOLDIGHEDSKØREKORT

Bekæmpelse af social dumping og sikring af et anstændigt arbejdsliv for alle	53
Dagen for dig	54
Faglighed i farver	56
Grundlæggende modul i "kørekort til mangfoldighed"	57
Trivsel for alle	58

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 vanderende 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:

Torsdag den 4. oktober kl. 12.00 -
fredag den 5. oktober kl. 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-NR.: 5247 18 00 02 (uden overnatning).

FIU-NR.: 5247 18 00 03 (med overnatning).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

DAGEN FOR DIG

- FN'S ANTIDISKRIMINATIONS DAG 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, utryk arbejdsplads og dårligt arbejdsmiljø.

UDBYTTE:

- At blive klædt på som valgte, afdelingsansatte, samt tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter i at spotte, håndtere, bekæmpe og sagsbehandle diskrimination og usaglig forskelsbehandling af vores kollegaer og medlemmer
- At få kendskab til muligheder i det fagretlige 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:

- Viden om loven om forskelsbehandling på arbejdsmarked og ligebehandlingsloven
- Opsamling på nye muligheder og udfordringer i behandling af diskriminationssager
- Præsentation af muligheder til tillidsvalgte og fagforeningsvalgte og ansatte, med henblik på at handle på diskriminationssager
- Præsentation af nye aktivitetsmuligheder, herunder mulighed for at få finansieret lokale aktiviteter, der kan forbygge og modvirke usaglig forskelsbehandling
- Erfaringsudveksling om diskriminationssager og usaglig forskelsbehandlingsager
- Evt. deltagelse i fagbevægelsens "21. marts - arrangement"
- Kulturel antidiskriminations-oplevelse et sted i byen

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Onsdag den 21. marts kl. 12.00 - 22.00.

Torsdag den 22. marts kl. 09.00 - 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-NR.: 5247 18 00 04 (uden overnatning).

FIU-NR.: 5247 18 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

FAGLIGHED I FARVER

BAGGRUND:

De danske overenskomster tager afsæt i majoritetsmedlemmers sædvaner, skikke, traditioner, kultur og behov, men det stigende antal af minoritetsmedlemmer i den danske fagbevægelse nødvendiggør, at overenskomsterne bliver set efter i sømmene og får et serviceeftersyn.

UDBYTTE:

- At analysere og afdække mulighederne i de danske overenskomster med henblik på at kunne rumme minoritetsmænds og -kvinders skikke, traditioner og kulturer
- At få øje på nye muligheder via inspiration fra udlandet og "eksperter"

INDHOLD:

Kortlægning af muligheder, overenskomstdiagnose, drømmeværksted og inspiration, individuel handlingsplan.

MÅLGRUPPE:

Forhandlingssekretærer, faglige sekretærer, medlemmer af overenskomst- og forhandlingsudvalg, samt andre, der beskæftiger sig med Den danske Model.

TID OG STED:

Torsdag den 14. juni - søndag den 17. juni.

Et internatkursus - placering ukendt.

FIU-NR.: 5247 18 00 06

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

GRUNDLÆGGENDE MODUL I "KØREKORT TIL MANGFOLDIGHED"

- MANGFOLDIGHED OG ORGANISERING

BAGGRUND:

- Stigende medlemstal af medlemmer med anden etnisk baggrund end dansk
- De etniske minoriteter har en lavere organisationsprocent end etniske danskere
- De etniske minoriteter udgør et stadig større medlemspotentiale for fagbevægelsen
- Medlemsgruppen med anden etnisk baggrund end dansk er stærkt underrepræsenteret i 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 øjne og "vinkler"
- Afdelingerne får viden om hvad nydanske medlemmer har af ønsker og behov, og kan dermed tilpasse servicen efter denne medlemsgruppe

ARBEJDSFORMER:

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 3. maj kl. 12.00 -
fredag den 4. maj kl. 13.00.

Kurset er et internatkursus og afholdes på Fyn eller i trekantområdet.

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

FIU-NR.: 5247 18 00 07

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

TRIVSEL FOR ALLE

BAGGRUND:

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

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

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

UDBYTTE:

At du bliver endnu bedre til at fungere, som enten nuværende eller kommende tillidsrepræsentant, arbejdsmiljørepræsentant, bestyrelsesmedlem, faglig klubmedlem eller netværksdeltager.

Du vil udveksle og vinde gode erfaringer, praksis viden og udvikle 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:

Onsdag den 21. marts kl. 12.00 -
torsdag den 22. marts 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-NR.: 5247 18 00 08 (uden overnatning).

FIU-NR.: 5247 18 00 09 (med overnatning).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

MANGFOLDIGHEDSORGANISER

BAGGRUND:

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

UDBYTTE:

Formålet er overordnet at få flere medlemmer med minoritetsbaggrund i LO-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 baggrundsmaterialer 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 nødvendig viden og indsigt om egen og andres kultur samt relationerne dem imellem
- At få kendskab til egne erfaringer, kulturelle antagelser og kulturelle selvopfattelse
- At kende det enkelte individs kulturelle "sorte boks"
- At få viden om kropssprog, ubevidste reflekser, brug af tid og rum, samt sociale og kommunikative koder
- At få indsigt i samt viden til at kunne forstå menneskernes kulturelle bevægelsesgrunde og forståelsesramme omkring solidaritet og fællesskab
- At få kendskab om forskelligkulturenes mobilisering og organiseringsformer
- At få indsigt i værdifællesskab og kollektiv identitet og dets betydning for organisering
- At få redskaber til at argumentere og formidle viden om vigtigheden af og fordelene ved en stærk organisering på tværs af nationale, etniske og religiøse forskelle

TID OG STED:

Modul 1:

Torsdag den 16. august kl. 12.00 - fredag den

17. august kl. 13.00.

Afholdes i det jyske.

Modul 2:

Torsdag den 27. september kl. 12.00 -

fredag den 28. september kl. 13.00.

Afholdes i Trekantområdet.

MÅLGRUPPE:

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

FIU-NR.: 5247 18 00 10

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

MANGFOLDIGHEDSVÆRKSTED

BAGGRUND:

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

UDBYTTE:

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

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Lørdag den 14. april kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 12. maj kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i Hovedstadsregionen.

Lørdag den 9. juni kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 23. juni kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 25. august kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i det jyske.

Lørdag den 27. oktober kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes på Fyn.

Lørdag den 10. november kl. 10.00 - 18.00.

Afholdes i Hovedstadsregionen.

FIU-NR.: 5247 18 00 11 (Lørdag den 14. april).

FIU-NR.: 5247 18 00 12 (Lørdag den 12. maj).

FIU-NR.: 5247 18 00 13 (Lørdag den 9. juni).

FIU-NR.: 5247 18 00 14 (Lørdag den 23. juni).

FIU-NR.: 5247 18 00 15 (Lørdag den 25. august).

FIU-NR.: 5247 18 00 16 (Lørdag den 27. oktober).

FIU-NR.: 5247 18 00 17 (Lørdag den 10. november).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

MINDFULNESS OG MANGFOLDIGHED

BAGGRUND:

At arbejde som tillidsvalgt er et travlt liv og ansvaret kan være belastende og stressende - samtidig med at det er vigtigt at være tænksom, 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.

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, der både kan bruges privat og i arbejdslivet.

UDBYTTE:

Du vil opnå:

- Klarsyn til at træffe de rigtige beslutninger og dermed større gennemslagskraft
- Større rummelighed og evne til at værdsætte mangfoldighed
- Større overblik over dine udfordringer som tillidsvalgt
- Styrket evne til at kunne fokusere på dine mål i belastende situationer

- Bedre balance og mere glæde i dit tillidshverv
- Opmærksomhed på u hensigtsmæssige generaliseringer og tanker om andre uanset køn, minoriteter, fordomme og forforståelser
- Klarere og bedre kommunikation og indlevelse overfor dine medlemmer uanset hvilke problematikker, du møder
- Nærvær, ro og tålmodighed

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter. Så vidt muligt lige mange mænd og kvinder.

DELTAGERE:

Minimum 8 - max. 12.

UNDERVISER:

Alex Haurand, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

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 tillidsvalgt med fordel kan arbejde videre på.

Der afholdes 2 kurser.

Hold 1:

Torsdag den 15. februar kl. 11.00 - fredag den 16. februar kl. 15.00.

Torsdag den 19. april kl. 11.00 - fredag den 20. april kl. 15.00.

Hold 2:

Mandag den 27. august kl. 11.00 - tirsdag den 28. august kl. 15.00.

Mandag den 22. oktober kl. 11.00 - tirsdag den 23. oktober kl. 15.00.

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

FIU-NR.: 5207 18 00 27 (Hold 1).

FIU-NR.: 5207 18 00 28 (Hold 2).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

NETVÆRK FOR TILLIDSVALGTE

BAGGRUND:

Formålet med at være med i netværket er, at du kan blive inspireret - og at du kan inspirere andre - til ligestillingsarbejdet på arbejdspladsen. Der arbejdes med ligestilling og mangfoldighed bredt og i 2018 vil vi sætte særlig fokus på at organisere (kvindelige) minoriteter og flygtninge bl.a. via mentorordninger. At få kvindelige flygtninge i job og med i det faglige fællesskab vil være en gevinst for ligestillingen, for samfundsøkonomien og for integrationen.

UDBYTTE:

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

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Et netværk mødes 7 gange om året i eget lokalområde og derudover er der mulighed for, at deltage i et træf i København mandag den 26. november kl. 10.00 - tirsdag den 27. 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 18 00 29 (Holbæk).

FIU-NR.: 5207 18 00 30 (Kolding).

FIU-NR.: 5207 18 00 31 (Nykøbing Falster).

FIU-NR.: 5207 18 00 32 (Odense).

FIU-NR.: 5207 18 00 33 (Sønderjylland).

FIU-NR.: 5207 18 00 34 (Viborg).

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Se netværksmødernes tid, sted og coach i skemaet:

BY	COACH	MØDETID	STED
Holbæk	Johnny Henriksen Mail: johnny.henriksen@live.dk	Torsdage: 11. januar, 15. februar, 15. marts, 12. april, 6. september, 11. oktober, 15. november Kl. 18.00 - 21.00.	3F Holbæk-Ods herred Spånebak 10 4300 Holbæk
Kolding	Thomas Thomsen Mail: thomas.bang.thomsen@hotmail.com	Mandage: 15. januar, 5. marts, 16. april, 4. juni, 27. august, 8. oktober, 19. november. Kl. 17.30 - 21.00.	3F Kolding Galgebjergvej 4 6000 Kolding
Nykøbing Falster	Helle Juel Stæckmann Mail: hjst@regionsjaelland.dk	Mandage: 14. maj, 10. september, 3. december. Tirsdage: 27. marts, 19. juni, 23. oktober. Onsdag: 17. januar. Kl. 17.30 - 20.00.	HK-Guldborg-sundcentret 2 sal, Sundby L. 4800 Nykøbing F.
Odense	Lars Storm Mail: ls@itwgse.com	Mandage: 5. februar, 19. marts, 14. maj, 18. juni, 10. september, 22. oktober, 26. november. Kl. 17.00 - 21.00.	3F Odense Skibhusvej 52 b, 2. sal, opgang C. 5000 Odense C.
Sønderjylland	Susanne Sørensen Mobil: 51 36 40 07 Mail: ss0504@live.dk	Tirsdage: 23. januar, 27. februar, 10. april, 19. juni, 4. september, 23. oktober, 11. december. Kl. 17.00 - 20.00.	3F Aabenraa/Tønder Grønnevej 6 6270 Tønder eller 3F Aabenraa/Tønder H.P. Hanssens Gade 21 6200 Aabenraa
Viborg	Mitzie Andersen Mobil: 51 88 23 80 Mail: mitzie@holz.dk	Tirsdage: 30. januar, 27. februar, 10. april, 8. maj, 4. september, 30. oktober, 4. december. Kl. 18.00 - ca. 21.30.	HK-Huset Boyesgade 3 8800 Viborg eller Ulvedalsvej 38 Havredal 7470 Karup J.

NETVÆRK FOR TILLIDSVALGTE MED MINORITETSBAGGRUND

BAGGRUND:

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

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

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter.

TID OG STED:

Et netværk mødes 7 gange om året i eget lokalområde og derudover er der mulighed for, at deltage i et træf i København mandag den 26. november kl. 10.00 - tirsdag den 27. 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 18 00 18 (Holbæk).

FIU-NR.: 5247 18 00 19 (København).

FIU-NR.: 5247 18 00 20 (Odense).

FIU-NR.: 5247 18 00 28 (Odense – engelsk netværk).

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Se netværksmødernes tid, sted og coach i skemaet:

BY	COACH	MØDETID	STED
Holbæk	Johnny Henriksen Mail: johnny.henriksen@live.dk	Torsdage: 25. januar, 22. februar, 22. marts, 26. april, 30. august, 27. september, 6. december. Kl. 18.00 - 21.00.	3F Holbæk-Ods herred Spånebak 10 4300 Holbæk
København	Hafida Bouylud Mail: hb@aof-danmark.dk	Torsdage: 8. februar, 8. marts, 12. april, 17. maj, 13. september, 11. oktober, 8. november. Kl. 16.30 - 19.30.	3F Kampmannsgade 4 1790 København V.
Odense	Franse Lund Mail: franse.lund@3f.dk	Torsdage: 25. januar, 1. marts, 12. april, 24. maj, 6. september, 11. oktober, 15. november. Kl. 16.45 - 19.15.	3F GOPS Skibhusvej 52b, 5000 Odense C.
Odense Engelsk Netværk	Alla Navrotska Mobil 26 77 49 06 Mail: Dk260586@gmail.com	Lørdage: 20. januar, 10. marts, 25. august, 1. december. Fredage: 25. maj, 5. oktober. Kl. 17.00 - 21.00.	3F GOPS Skibhusvej 52b, 5000 Odense C.

PERSONALEJURA I ET MANGFOLDIGHEDSPERSPEKTIV

- AU-FAGMODULET

Et forløb der kan afsluttes med kompetencegivende eksamen. Fagmodulet er på 60 lektioner / 10 ECTS-point og er et valgfag på både akademiuddannelsen i ledelse og HR. Forløbet er tonet med eksempler og cases fra deltagernes "hverdag" og jobfunktioner. FIU-Ligestilling indgår aftale med en uddannelsesinstitution der har kompetence til at gennemføre eksamen.

BAGGRUND:

Med de store forandringer på arbejdsmarkedet og den mangfoldighed der vokser frem i skaren af lønmodtagere er der et voksende behov for at være klædt juridisk stærkt på til at sikre medarbejderne ordentlige arbejdsforhold. Det bliver du på dette forløb!

UDBYTTE:

Du får mulighed for at tage en kompetencegivende eksamen i " Personalejura" - der opfylder alle formelle kriterier og hvor fokus særlig er på at sikre mangfoldighed og altid med udgangspunkt i det faglige arbejde.

INDHOLD:

- Kollektiv arbejdsret
- Individuel arbejdsret
- Dansk arbejdsret i et internationalt perspektiv
- Juridisk metode- og informationssøgning

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISER:

Claus K. Jensen, Arbejdsretsadvokaterne.

www.arbejdsretsadvokaten.dk

Desuden kan der optræde gæsteundervisere med særlig viden om de juridiske forhold i et mangfoldighedsperspektiv.

EKSAMEN:

Eksamen er en 4 timers skriftlig prøve, på baggrund af en opgave udarbejdet af den til faget hørende opgavekommission, med ekstern censur efter 7-trinsskalaen. Eksamen foregår i starten af januar og foregår over hele landet samtidig. Dato forventes at være kendt lige inden forløbet starter.

TID OG STED:

Torsdage den:

16. august, 30. august, 13. september, 27. september,
11. oktober, 1. november, 15. november, 29. november
og 13. december.

Alle dage kl. 14.00 - 18.30.

*Eksamen er endnu ikke fastlagt, men ligger normalt i
første halvdel af januar (2019).*

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 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

PERSONLIG POWER

- TIL KROP OG STEMME

BAGGRUND:

Forskning viser at hvis der ikke gøres noget aktivt, bliver det ofte mænd, der sætter dagsordenen. Det sker både på arbejdspladsen, i fagforeningen og i den offentlige debat.

Det er ikke en fordel for nogen. Hverken for demokratiet, bæredygtigheden, ressourceudnyttelsen eller for mænd og kvinder.

Dette kursus handler om, hvordan du (som mand eller kvinde) kan blive bedre til at bruge stemmens og kroppens fulde potentiale og sætte dig selv i spil som ligeværdig med modtageren af dit budskab.

UDBYTTE:

- Kurset er lige dele praktisk træning/analyse af stemme og kropssprog- og erfaringsudveksling.
- Hvad er godt at gøre med stemmen og kropssproget og hvad er mindre godt?
- Hvordan kan du fastholde din modtagers interesse ved at tale til deres motivation?
- Hvad er kvinders stærke kommunikative sider, og hvad er mændenes?
- Hvordan optimerer du potentialet i din stemme og dit kropssprog?
- Hvordan aflæser du din modtagers stemme og kropssprog?

INDHOLD:

Det er vigtigt, at du er opmærksom på, hvem du er og hvad du ønsker at signalere til modtageren af dit budskab.

Det handler om at balancere - gennemslagskraft.

Hvorfor bliver kvinder opfattet som rejekællinger eller bitches, hvis de siger noget bombastisk - mens mænd opfattes som friske fyre?

Det ser vi nærmere på ved at analysere forskellige videoklip af kvinders og mænds kropssprog og stemmeføring. Hvad gør vi forskelligt, hvordan opfattes vi forskelligt og hvad kan vi lære af hinanden?

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISER:

Nete Nørgaard, Ministry of music. Operasanger, stemme og performance-træner.

Se evt. mere på www.ministryofmusic.dk

TID OG STED:

Torsdage den 1. marts og 12. april.

Begge dage kl. 10.00 - 15.30.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

*Kurset er et 2 - dages kursus, hvor du har mulighed
for at prøve det af, du har lært på første modul og får
feed-back og "påfyldning" på andet model.*

FIU-NR.: 5207 18 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

POSITIV PSYKOLOGI I LEDELSE

- ET VALGFRI MODUL I AKADEMIUDDANNELSEN I LEDELSE
- DER SÆTTES ET MANGFOLDIGHEDSPERSPEKTIV PÅ FAGET

BAGGRUND:

Som tillidsvalgt eller valgt/ansat i en fagforening skal du lede og indgå i forandringer og omstillinger.

På dette modul får du indblik i, hvad der får mennesker til at trives og præstere optimalt, og kendskab til, hvordan udvikling af kolleger fremmer trivsel og engagement.

Modulet giver dig viden om, hvordan den positive psykologi kan skabe resultater. F.eks. lærer du at opbygge optimisme, håb, selvtillid og modstandskraft - og at skabe handlekraft og engagement.

UDBYTTE:

Du får forudsætninger for at lede udviklingsorienterede situationer ved at sætte fokus på kollegers og medlemmers styrker og skabe flow, engagement og udvikling.

INDHOLD:

Du kommer til at beskæftige dig med emner som:

- Personligt, reflekteret og autentisk lederskab i forbindelse med anvendelse af psykologi, der giver positiv mening
- Ledelse med fokus på såvel lederens egne som kollegernes/medarbejdernes og organisationens styrker, som redskab til at skabe resultater på både den økonomiske og den menneskelige bundlinje

MÅLGRUPPE:

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

Det vil være en fordel, dog ikke et krav, at have taget "Positiv psykologi i organisationen" inden dette kursus.

TID OG STED:

Torsdage den:

5. april, 19. april, 3. maj, 24. maj og 7. juni.

Alle dage kl. 14.00 - 19.00.

Eksamen torsdag den 28. juni i dagtimerne.

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

Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 37

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

POSITIV PSYKOLOGI I ORGANISATIONEN

- ET VALGFRIT FAG I AKADEMIUDDANNELSEN I LEDELSE
- DER SÆTTES ET MANGFOLDIGHEDSPERSPEKTIV PÅ FAGET

BAGGRUND:

Med de mange forandringer og store udfordringer, der er både på arbejdspladsen og i fagforeningen, er det vigtigt at have en indsigt i positiv psykologi, så forandringerne ikke tapper al energi.

UDBYTTE:

Du får øjnene op for sammenhængen mellem den positive psykologi og organisationens udbytte. Det gælder både fagbevægelsen som organisation og arbejdspladsen som organisation.

Bl.a. får du viden og værktøjer til at reducere stress og skabe positive relationer på kryds og tværs.

INDHOLD:

Du lærer bl.a. at igangsætte udviklingsprocesser, der bidrager til sammenhængskraften i organisationen. F.eks. ved at:

- Koble begrebet positiv psykologi til de mål der er for arbejdet og omsætte det til resultater på bundlinjen
- Udvikle den proces, der dels omsætter positiv psykologi til vækst og engagement, dels giver mening hos medarbejdere og ledere

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Torsdage den:

11. januar, 25. januar, 8. februar, 1. marts og 15. marts.

Alle dage kl. 14.00 - 19.00.

Eksamen tirsdag den 3. april i dagtimerne.

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

Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 38

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

PRIMETIME

- STÆRKE KVINDER I DEN BEDSTE SENDETID

BAGGRUND:

Der er alt for mange kvinder, som stille og roligt føler sig mere og mere usynlige, når de kommer lidt op i alderen. Dette på trods af at kvinder 50+ er sundere, stærkere og lever længere end nogensinde før. På dette kursus stiller vi skarpt på dine styrker, din livserfaring og din personlige power når du er 50+. Ambitionen er at styrke din livskraft, dit selvværd og din gode energi i jobbet som tillidsvalgt, så du kan gøre en forskel for dig selv og dine kolleger.

UDBYTTE:

Du får inspiration til at:

- Sætte fokus på dine personlige styrker
- Klæde dig på, så du brænder igennem som kvinde
- Tage ordet med glæde, glans og gennemslagskraft
- Styrke dit selvværd, så du tror på dig selv og det, du brænder for
- Lægge din personlige masterplan, så du får mest muligt ud af livet
- Stå fast på det, du tror på - så du tager ansvar for dit liv på den gode måde

På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, så du føler dig godt tilpas og beriget med ny inspiration til at skabe det liv, du gerne vil og styrke din rolle og faglighed.

INDHOLD:

- På kurset arbejder vi med:
- Kvindepower 50+ på verdensplan
- Fordomme om kvinders "udløbsdato"
- Modne og modige kvinder, der gør en forskel i lokalsamfundet
- Womenomics – kvinder som motor for økonomisk vækst
- Den stærke kvinde, du er inderst inde
- Personlig stil, branding og gennemslagskraft
- Præsentations- og taleteknik
- Assertionstræning
- Positiv psykologi

Begrebet "PrimeTime Women" er oprindeligt lanceret af marketingguruen Marti Barletta, som mener, at stærke kvinder 45+ alt for ofte bliver overset - også i erhvervslivet.

MÅLGRUPPE:

Kvindelige tillidsvalgte 50+.
Minimum 6 - max. 10.

UNDERVISERE:

Anne-Mette Barfod, Agnete Olsen og Sanni Lundberg.

Agnete Olsen er uddannet journalist og har i mange år arbejdet som strategisk kommunikationsrådgiver. Hun har masser af gode tips og tricks, som du kan bruge, når du skal kommunikere effektivt.

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.

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

Læs mere om underviserne på:

www.powerkvinderne.dk

TID OG STED:

Mandag den 24. september kl. 10.00 - 17.00 og tirsdag den 25. september kl. 9.00 - 15.00.

Kurset er et eksternatkursus.

Der bookes hotel i nærheden af kursusstedet til deltagere, der bor mere end 60 km væk.

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

Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 39

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

PRÆSENTATIONSGLÆDE – FÅ DET GODT MED AT TAGE ORDET

BAGGRUND:

Hvis hjertet banker, når du skal tage ordet, er du ikke alene. Alt for mange kvinder tier alt for meget i forsamlinger. Undersøgelser viser, at kvinder taler 25 procent mindre i et lokale, hvor mænd er i overtal, end de ellers ville gøre. Fagbevægelsen og samfundet har brug for kvinders stemme i debatten, på talerstolene, i interviews, som oplægsholdere og aktive mødedeltagere m.v.

UDBYTTE:

På dette kursus får du opskriften på, hvordan du får det godt med at tage ordet - og oplever præsentationsglæde. Kurset er for dig, der gerne vil være bedre til at fremføre dine synspunkter og til at dele ud af dine tanker og din viden. Efter kurset vil du føle dig bedre klædt på til at tage ordet med en glad mavefornemmelse.

INDHOLD:

- Tips og tricks til at tage ordet
- Opskriften på, hvordan du brænder igennem
- Sådan bruger du dine stærke sider
- Dine bedste virkemidler
- Inspiration fra journalistikken
- Få styr på nerverne
- Vær den bedste version af dig selv

På kurset får du et eksemplar af Berit Kvornings bog "SET, HØRT, HUSKET" med masser af inspiration til dig, der gerne vil have det godt med at tage ordet. Du får også et eksemplar af bogen "Pæne piger kommer i himlen - kloge kvinder vælger selv" af Anne-Mette Barfod og Anita Mac.

MÅLGRUPPE:

Kvindelige tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt valgte/ansatte i fagbevægelsen, der gerne vil opleve "præsentationsglæde" og have det godt med at tage ordet i små og store forsamlinger.

UNDERVISERE:

Berit Kvorning, skuespiller og performancetræner. Berit er skuespiller på "Det Kongelige Teater" og vil træne dit individuelle udtryk og den personlige gennemslagskraft i at præsentere dine budskaber med glæde.

Se tillige: www.berritkvorning.dk

Anne-Mette Barfod, cand.polit., journalist og stifter af Powerkvinderne, for kvinder, der vil mere.

Se tillige: www.powerkvinderne.dk

TID OG STED:

Der afholdes to 1 - dages kurser.

Et på Sjælland og et i Jylland.

Tirsdag den 20. februar kl. 10.00 - 16.00.

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

Mandag den 3. september kl. 10.00 - 16.00.

I midten af Jylland, forventeligt i Århus.

FIU-NR.: 5207 18 00 40 (Sjælland).

FIU-NR.: 5207 18 00 57 (Jylland).

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

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

PSYKOLOGI – TÆT PÅ DIG SOM TILLIDSVALGT

BAGGRUND:

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

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

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

UDBYTTE:

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

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

INDHOLD:

Vi arbejder med:

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

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISERE:

Charlotte Detlif og **Jeanett Kiy.**

Charlotte har i mange år arbejdet med det psykiske arbejdsmiljø – både som konsulent, underviser og personalechef. Charlotte har en erhvervpsykologisk baggrund, er certificeret coach, proceskonsulent- og lederuddannet og har mange års erfaring med det udviklende arbejde.

Se tillige: www.ccoachconsult.dk

Jeanett har mange års erfaringer som leder og konsulent og arbejder som inspirator, underviser og facilitator. Hun er cand.jur. og uddannet i organisationspsykologi, coaching og er psykoterapeut MPF.

TID OG STED:

Onsdag den 24. januar kl. 10.00 -
torsdag den 25. januar kl. 15.00.

Hotel Christiansminde,
Christiansmindevej 16, 5700 Svendborg

FIU-NR.: 5207 18 00 41

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

SOCIALE MEDIER I DET FAGLIGE ARBEJDE!

BAGGRUND:

Facebook, Twitter, YouTube, Instagram, LinkedIn, Snapchat og andre sociale medier kan bruges i det faglige arbejde til at skabe engagement og organisering på arbejdspladsen eller i en branche.

De sociale medier er den nye "sæbekasse", hvor du kan stille dig op og blive hørt. Her kan du komme ud med dine faglige og politiske holdninger og være med til at præge den offentlige debat.

De sociale medier giver andre muligheder for mænd og kvinder end det fysiske traditionelle møde.

På kurset får du mulighed for at udvikle din egen profil på sociale medier og være igangsætter af debatter, afstemninger o.l.

UDBYTTE:

På kurset får du indsigt i, hvordan de sociale medier fungerer og hvad de kan bruges til i det faglige arbejde.

Vi arbejder med din personlige profil, og hvordan du gerne vil ses og høres på de sociale medier. Når kurset er omme, har du en personlig plan for din indsats i debatten og i det faglige arbejde.

INDHOLD:

Inden kurset vil du blive kontaktet af underviseren, så kurset bliver tilpasset konkrete ønsker og behov.

Du kan få vejledning og træning i:

- Overblik over forskellige sociale medier. Hvad kan de? Hvem bruger dem?
- Indblik og praktiske øvelser i, hvad henholdsvis Facebook, Twitter, Instagram m.m. kan bruges til
- Privatindstillinger på sociale medier, så du ved, hvem der kan se hvad, om dig
- Gode råd til kommunikation og kampagner på sociale medier
- Viden om, hvor de forskellige målgrupper er og hvordan de bruger sociale medier? (Køn, etnicitet, alder, faggrupper)
- Ideer til hvordan sociale medier kan indgå i organiseringsarbejdet på din arbejdsplads
- Viden om hvad man som tillidsvalgt må lægge på Facebook og andre sociale medier

MÅLGRUPPE:

Tillidsvalgte og fagligt aktive der gerne vil blive bedre til at udnytte de sociale medier i det fagpolitiske arbejde.

Du skal helst medbringe din egen bærbare PC, så du kan afprøve tingene i praksis. Såfremt du IKKE har en bærbar kan du maile til tovholder:

susanne.fast.jensen@3f.dk, så finder vi nok ud af, at du kan låne én.

UNDERVISER:

Susanne Fast og gæsteoplægsholdere.

Susanne har i mange år arbejdet med kommunikation på web og sociale medier. Hun har været faglig sekretær og tillidsvalgt, er uddannet i digital journalistik og har tillige en række ledelses- og kommunikationsuddannelser.

TID OG STED:

Torsdage den:

5. april, 3. maj, 24. maj og 21. juni.

Alle dage kl. 16.15 - 19.15.

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

Eller et andet sted ca. 10 minutter fra Hovedbanegården.

Efter kurset kan du få hjælp og feedback hos underviseren med henblik på at sikre, at du får omsat det lærte konkret.

FIU-NR.: 5207 18 00 42

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

STRESSVEJLEDEREN I

- HAN – HUN – FRA STRESS TIL TRIVSEL GENNEM SAMSPIL

BAGGRUND:

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

På dette modul lægger vi vægt på, at du får en faglig velfunderet viden om, hvad stress er, hvordan kroppen reagerer og hvilke faktorer, der udløser stress. Derudover får du nogle konkrete og effektive værktøjer med hjem, som vil berige dig og dine omgivelser. "HAN - HUN - fra stress til trivsel gennem samspil" tager udgangspunkt i erfaringer fra din dagligdag. Ligeledes tager vi hele kurset igennem kønsbriller på, hvilket giver kurset en ekstra spændende dimension. Vi vil sætte fokus på værdier, holdninger og forventninger til et job med trivsel, samarbejde og sundhed i fokus!

UDBYTTE:

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

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

- Du vil efter kurset få øje på fejl og mangler i måden at skabe trivsel på, som tidligere var usynlige. Dette vil give en positiv effekt i dagligdagen. Du vil kunne stille de rigtige spørgsmål og give de korrekte svar
- Kurset åbner mulighed for deltagelse i Stressvejlederen II og III, samt deltagelse i den årlige Trivselskonference (se side 95)

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
- Mental træning skaber ro i kroppen
- Mindfulness - at hvile i nu og her
- "Find dig ikke i stress®"

FORM OG METODE:

Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser.

Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog.

Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære.

Vi vil opleve forskelligheder og erfaringer gennem et sundt samspil på kurset.

Der vil være to undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet.

På kurset udleveres kursusmappe, cd'en og hæftet "Find dig ikke i stress®".

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Der gennemføres 1 kursus i foråret og 1 i efteråret.

Hold 1:

Onsdag den 7. februar - fredag den 9. februar.

FIU-NR.: 5207 18 00 43

Hold 2:

Onsdag den 5. september - fredag den 7. september.

FIU-NR.: 5207 18 00 44

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

(Internatkurser).

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

UNDERVISERE:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og Dorrit Larsen, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

TOVHOLDER:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailles til:

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

På dette kursus har vi igen ligestilling i fokus.

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

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

UDBYTTE:

- Din allerede godt fyldte stressværktøjskasse vil efter kurset indeholde nye værktøjer, som er med til at du, nu på en endnu mere professionel måde, kan udfylde dit hverv som tillids- og arbejdsmiljørepræsentant
- Du vil føle, at du naturligt hele tiden ser verden og dens forandringer og problemstillinger med kønsbriller på

- Dine omgivelser vil føle respekt og glæde for dine færdigheder, da det vil skinne igennem, hvor virksomhedsfulde de er
- Problemer kan takles og forandringer kan foretages, til glæde for alle parter, uanset køn
- I invitationen bliver du opfordret til at tage problemstillinger omkring stress og køn med på kurset. Da problemstillingerne kommer fra din hverdag, kan du med hjælp fra os og kursUSDeltagerne udvikle løsningsmodeller, som du direkte kan tage med hjem og anvende
- Kurset åbner mulighed for deltagelse i Stressvejlederen III, samt deltagelse i den årlige Trivselskonference (se side 95)

INDHOLD:

- Dine oplevelser siden Stressvejlederen I
- Når stress rammer mænd og kvinder
- Guide til forandring
- Skab sindsro gennem accept
- Psykisk arbejdsmiljø og samspillet mellem tillids- og arbejdsmiljørepræsentant
- Meditation skaber nærvær
- Dialog og samspil mellem kønnene

FORM OG METODE:

Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser.

Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog.

Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære.

Der vil være to undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet.

Kursusmaterialet vil blive udleveret på kurset.

MÅLGRUPPE:

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

Det er en forudsætning, at du har deltaget på Stresvejlederen I "HAN - HUN - fra stress til trivsel gennem samspil".

TID OG STED:

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

Hold 1:

Onsdag den 28. februar - fredag den 2. marts.

FIU-NR.: 5207 18 00 45

Hold 2:

Onsdag den 10. oktober - fredag den 12. oktober.

FIU-NR.: 5207 18 00 46

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.

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

UNDERVISERE:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og Dorrit Larsen, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

TOVHOLDER:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailles til:

anny@danskmetal.dk

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.

Gennem netværksdannelse kan du skabe et bagland, hvor du kan hente hjælp, viden og vejledning.

På dette modul vil du være med til at forme den fremtidige dagsorden for hvilke emner og temaer, der skal bringes op på den årlige Trivselskonference.

UDBYTTE:

- Med fokus på stress og trivsel på arbejdspladsen og med udgangspunkt i ligestilling, vil du få viden om kulturforskelle kønnene imellem. Vi vil se på mobning og anden vold. Hvad sker der og hvordan handler vi? Hvilken betydning har det for den enkelte medarbejders trivsel og arbejdspladsen som helhed?

- Du vil blive klædt på til at kunne gennemføre den svære samtale med den stressramte, og være en god sparringspartner for både medarbejderen og lederen. Idet du som Stressvejleder ofte vil fremstå som rollemodel, er det vigtigt, at du selv udøver stresshåndtering. På kurset lærer du teknikker til at træne opmærksomhed og nærvær. Resultatet er, at du fremstår som en respekteret og tillidsvækkende vejleder
- Når du forlader kurset, er det med et voksende netværk af dygtige mænd og kvinder i bagagen, der med spænding venter på at blive brugt

INDHOLD:

- Dine oplevelser siden Stressvejlederen II
- "Stresshåndtering i praksis"
- Mobning og anden vold
- Samtalen med den stressramte
- Træning af opmærksomhed og nærvær
- "Indre stilhed"
- Dit personlige statement

FORM OG METODE:

Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser.

Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog.

Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære.

Vi vil opleve forskelligheder og erfaringer gennem et sundt samspil på kurset.

Der vil være to undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet.

MÅLGRUPPE:

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

Det er en forudsætning, at du har deltaget på Stresvejlederen II "HAN - HUN - fællesskab i forandring".

TID OG STED:

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

Hold 1:

Onsdag den 11. april - fredag den 13. april.

FIU-NR.: 5207 18 00 47

Hold 2:

Onsdag den 31. oktober - fredag den 2. november.

FIU-NR.: 5207 18 00 48

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

(Internatkurser).

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

UNDERVISERE:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og Dorrit Larsen, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

TOVHOLDER:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailles til:

anny@danskmetal.dk

STRESSVEJLEDEREN IV

- PROFESSIONEL FORMIDLING AF "HVAD ER STRESS?"

BAGGRUND:

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

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

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

UDBYTTE:

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

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

INDHOLD:

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

FORM OG METODE:

Undervisningen vil veksle mellem teori og praktiske øvelser.

Der vil på kurset blive lagt stor vægt på vidensudveksling og dialog.

Kurset afholdes i en glad og afslappet atmosfære.

Vi vil opleve forskelligheder og erfaringer gennem et sundt samspil på kurset.

Der vil være 2 undervisere, en kvinde og en mand, til stede under hele forløbet.

MÅLGRUPPE:

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

For at kunne deltage skal du have gennemført Stress-vejlederuddannelsen, 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
- Fagbog om stress

TID OG STED:

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

Hold 1:

Onsdag den 16. maj - fredag den 18. maj.

FIU-NR.: 5207 18 00 49

Hold 2:

Onsdag den 12. december -
fredag den 14. december.

FIU-NR.: 5207 18 00 50

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

(Internatkurser).

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

UNDERVISERE:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og Dorrit Larsen, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

TOVHOLDER:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

anny@danskmetal.dk

SUNDHED OG TRIVSEL DER BATTER

BAGGRUND:

Mænds sundhed halter efter kvinders og mange mænd kommer for sent til lægen. Arbejdspladsen er vigtig, fordi det er gennem et godt kollegaskab, at man kan gøre noget for at ændre på de kedelige statistikker. Der er mange arbejdspladser, som har prøvet forskellige tiltag, som skal styrke sundheden og forebygge stress. Men det er ikke altid at det virker som man håbede - og så bliver gode tiltag til dårlige erfaringer. Derfor er der brug for mere viden om, hvordan man kan ændre vaner og ikke mindst, hvordan tillids- og arbejdsmiljørepræsentanten kan være en god drivkraft for at få succes med tiltag indenfor stressforebyggelse og sundhed.

UDBYTTE:

På dette kursus får du masser af ny viden om mænds sundhed og stressforebyggelse. Du får også masser af inspiration til, hvordan man bedst griber opgaven an med at planlægge gode aktiviteter. Du får mulighed for at høre, hvordan andre har gjort. Kurset er for dig, der har lyst til at tage medansvar for at sikre et godt arbejdsmiljø og større sundhed for dig selv og dine kollegaer. Efter kurset er du rustet til at skabe nye succesfulde tiltag på din arbejdsplads indenfor sundhed og stressforebyggelse.

FORM:

Kurset afholdes i en afslappet atmosfære, hvor vi, udover at få fyldt ny viden på, prøver nogle værktøjer af sammen. Husk varmt udendørs tøj til gåtur eller lignende.

INDHOLD:

På kurset får du svar på disse spørgsmål:

- Hvorfor gør vi mænd ikke som vi ved bedst?
- Hvordan bryder vi tabuer omkring stress?
- Hvad er motivation og hvordan arbejder man med det?
- Hvilke tiltag virker i forhold til kost, rygning, motion og stressforebyggelse?
- Hvordan sikrer du bedst succes med sundhedstiltag
- Hvad har andre gjort? Med inspiration fra andre, som arbejder med sundhed og stressforebyggelse

På kurset får du et eksemplar af Dansk Metal "best practice folder", FIU-Ligestilling's "Stress fra personligt problem til fælles ansvar", samt bogen Strategisk Sundhed på arbejdspladsen fra Gyldendal.

UNDERVISERE:

Regitze Siggaard, næstformand i Forum for Mænds sundhed. Hun har igennem mere end 25 år arbejdet med sundhed på arbejdspladsen og formidling af mænds sundhed for både Dansk Metal og 3F.

Alex Haurand, Frispark har i 15 år arbejdet med at uddanne tillidsvalgte til at nedbringe stressen på store og små danske arbejdspladser og er underviser på Stressvejlederuddannelsen.

MÅLGRUPPE:

Tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, samt andre med interesse i at skabe mere sundhed for pengene på arbejdspladsen.

TID OG STED:

Mandag den 15. januar kl. 12.00 -
tirsdag den 16. januar kl. 12.00.

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

FIU-NR.: 5207 18 00 51

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

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

TEMADAGE 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:

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

INDHOLD:

Temadagene 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:

Fredag den 9. februar i København.
Fredag den 6. april i det jyske.
Fredag den 8. juni i København.
Fredag den 21. september i det jyske.
Fredag den 23. november på Fyn.
Alle dage kl. 9.00 - 15.00.

FIU-NR.: 5247 18 00 21 (Fredag den 9. februar).

FIU-NR.: 5247 18 00 22 (Fredag den 6. april).

FIU-NR.: 5247 18 00 23 (Fredag den 8. juni).

FIU-NR.: 5247 18 00 24 (Fredag den 21. september).

FIU-NR.: 5247 18 00 25 (Fredag den 23. november).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.
Spørgsmål kan stilles på mail:
anthony.sylvester@3f.dk

TRIVSELSKONFERENCEN 2018

- STRESS - TRIVSEL - KØN
- KONFERENCE FOR STRESSVEJLEDERE

BAGGRUND:

Gennem mere end 10 år har fagbevægelsen uddannet Stressvejledere. Psykisk arbejdsmiljø og trivsel er jo i konstant udvikling og som vejleder må man holde sig ajour for at følge med. Derfor denne spændende, inspirerende og lærerige årlige Trivselskonference, hvor Stressvejlederne og underviserne kan mødes og få inspiration, ny viden og sparring i forhold til deres rolle som vejledere. For at Stressvejlederne fortsat kan føle sig trygge og fagligt velfunderede i deres hverv, er der behov for opbakning, motivation og ny viden. På konferencen har vi hele tiden "Køns- og mangfoldighedsbriller" på, da vi derved kan møde det enkelte menneske, dér hvor han/hun er og starte hjælpen derfra.

UDBYTTE:

Stressvejlederen vil blive klædt på med den nyeste viden indenfor stresshåndtering og ligestilling. På konferencen bliver der holdt foredrag om emner, som kan berige den enkelte vejleder i arbejdet med stresshåndtering og trivsel i hverdagen. Det brede netværk på tværs af forbund og brancher, der dannes på konferencen, vil give tryghed og mange muligheder for videreudvikling, inspiration og samspil. Til gavn og hjælp for alle deltagere og deres kollegaer. Tilbagemeldingerne fra tidligere trivselskonferencer viser, at Stressvejlederne tager hjem med ny faglig viden, motivation og fornyet energi til at arbejde videre med arbejdsmiljøet.

INDHOLD:

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

MÅLGRUPPE:

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



TID OG STED:

Fredag den 26. januar kl. 11.30 (opstart med frokost) -
lørdag den 27. januar kl. 13.00 (slut med frokost).

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

FIU-NR.: 5207 18 00 52

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

UNDERVISERE:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Alex Haurand og Dorrit Larsen, Frispark.

Se tillige: www.frispark.com

TOVHOLDER:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

anny@danskmetal.dk

TR-TRÆF FOR ETNISKE MINORITETER

BAGGRUND:

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

Den enkelte 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.

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 for 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".

MÅLGRUPPE:

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

TID OG STED:

Torsdag den 19. april kl. 11.00 - fredag den 20. april kl. 13.00.

Hovedstadsområdet.

FIU-NR.: 5247 18 00 26 (uden overnatning).

FIU-NR.: 5247 18 00 27 (med overnatning).

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan stilles på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

VANSKELIGE SITUATIONER OG SVÆRE SAMTALER

- HVORDAN JEG HÅNTERER DEM?

BAGGRUND:

Funktionen som tillidsvalgt er fyldt med svære situationer og vanskelige samtaler. Hvor det er svært at finde de rigtige ord - få sagt til eller fra - på det rigtige tidspunkt - i den rigtige situation. Med alle de udfordringer, der er på arbejdspladsen i dag, kan vi forudse, at vi skal ud i flere svære samtaler. Vanskelige situationer med svære samtaler om f.eks. kulturen, når minoriteter og flygtninge integreres. Om konflikter, løn, mobning, seksuel chikane, upassende humor, stressgivende arbejdsvilkår og lignende.

UDBYTTE:

På dette kursus bliver du trænet i at få modet til at træde i karakter og sige til og fra - enten på egne eller kollegaers vegne.

Er du bange for at indlede en dialog, der kan blive konfliktfyldt, eller vil du blot gerne være forberedt på det øjeblik, hvor samtalen bliver svær? Så er dette kursus noget for dig. På kurset tager vi med godt humør og med god energi fat om det, som vi normalt ikke taler om. Det som deltagerne selv oplever som svært og tabubelagt. Det er et praktisk kursus med fokus på, at gøre den svære samtale lidt nemmere.

INDHOLD:

- Hvordan kan jeg med min stemmeføring, mit kropssprog og min mentale indstilling tage fat på tabubelagte emner og ændre på situationen?
- Hvordan kan jeg motivere min modpart til at (medvirke til at) få konflikten/udfordringen løst
- Hvordan sikrer jeg mig klar kommunikation og tydelig tale
- De forskellige psykologiske reaktioner: Flight, fight or flee
- Mænd og kvinders reaktioner - hvad vi kan lære af hinanden - hvordan vi opleves forskelligt
- Hvordan mærker jeg efter og får sagt til eller fra hvordan kan jeg hjælpe andre med at få sagt til eller fra

MÅLGRUPPE:

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

UNDERVISER:

Nete Nørgaard, Ministry of music.

Operasanger, stemme og performance-træner.

Se evt. mere på: www.ministryofmusic.dk

TID OG STED:

Torsdage den 6. og 27. september.

Begge dage kl. 10.00 - 15.30.

Kurset varer to dage. Det er to enkeltdage med 3 uger imellem, hvor du har mulighed for at prøve det lærte af- og på andet modul få feed-back.

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

*Eller et andet sted ca. 10 minutter fra
Hovedbanegården.*

FIU-NR.: 5207 18 00 53

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

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

VOLD I HJEMMET

- ARBEJDSPLADSENS MULIGHEDER FOR AT FOREBYGGE KØNSBESTEMT VOLD

BAGGRUND:

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

FIU-Ligestilling støtter op om sagen med dette dialogmøde om mandagen, hvor fokus er på arbejdspladsens muligheder for at forebygge vold i hjemmet. Vold i hjemmet betyder både noget for trivslen på arbejdspladsen og for demokratiet.

Det er et tabubelagt område, som FIU-Ligestilling har forsøgt at synliggøre og sætte til debat på arbejdspladser og i fagforeninger de sidste 10 år. På dette dialogmøde fortsættes arbejdet.

MÅLGRUPPE:

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

INDHOLD:

- Ny viden på området
- Status på regeringens og politikernes politikker og visioner
- Uddeling af FIU-Ligestillings pris
- Status på indsatsen i FIU-Ligestillings netværk og fagforeninger i øvrigt
- Drøftelse af nye handlemuligheder

TID OG STED:

Mandag den 26. november kl. 10.00 - 13.00.

Der sluttes af med frokost kl. 13.00 - 13.30.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 54

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

For deltagere fra en fagforening uden for LO kan tilmelding ske til Pia Haandbæk på mail: piha@danskmetal.dk med angivelse af din fødselsdato.

Ca. en uge før dialogmødet modtager du bekræftelse.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

YNGRE KVINDE, MOR, TILLIDSVALGT – MED GENNEMSLAGSKRAFT

BAGGRUND:

Som yngre tillidsvalgt kvinde møder du både indre og ydre krav om succes, effektivitet og resultater. De benhårde krav til kvinder betyder, at mange finder det svært at balancere mellem familieliv, fritidsliv og faglige poster, som tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant. På dette kursus får du værktøjer til at skabe "drive" og balance i dit liv, så kan gøre nytte og realisere dig selv og dit potentiale.

UDBYTTE:

Du får inspiration til, at:

- Finde balance mellem dit privat- og arbejdsliv og tillidshverv, så du føler dig overskudsagtig og får tingene til at gå op i en højere enhed
- At arbejde for fællesskabets behov for personalepolitikker der balancerer mellem arbejdsliv og familie/fritidsliv
- Være modig, stå ved dig selv og være dagsorden-sættende
- Finde glæden, når du skal tage ordet, så du brænder igennem med det, du har på hjerte
- Formulere dig positivt, så du vinder opbakning for dine synspunkter og din mærkesag
- Sætte fokus på ligestilling - privat, på jobbet og i dit tillidshverv
- Udvikle din egen personlige opskrift på at balance jobbet som tillidsvalgt
- På kurset får du de andre kursisters positive opbakning, gå-på-mod og masser af gode tricks i godt selskab!

INDHOLD:

På kurset arbejder vi med:

- Syv indsigter, der ruster dig til at skabe balance mellem job, familieliv og tillidshverv
- Din personlige plan for dit arbejdsliv - og dine mærkesager - dit tillidshverv
- Dine ambitioner om at gøre en positiv forskel for dine kollegaer
- Dine muligheder for professionel sparring og netværk med yngre kvinder i fagbevægelsen
- Din personlige gennemslagskraft som ung kvinde i ord, skrift og tale - og på de sociale medier
- Din råstyrke og evne til at stå fast, når du møder modstand

MÅLGRUPPE:

Min. 6 og max. 10 yngre kvindelige tillidsvalgte - f.eks. tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, men også dig, der overvejer, at stille op på dine og andres vegne. Det kan være mødre med hjemmeboende børn, der oplever det er svært at få det hele til at hænge sammen.

UNDERVISERE:

Lisbeth Odgaard Madsen og **Anne-Mette Barfod**.

Lisbeth har skrevet bogen *"Ambitiøse mødre - syv indsigter, der ruster dig til tovtrækkeriet mellem job og familieliv"*, og Anne-Mette har sammen med Anita Mac skrevet bogen *"Pæne piger kommer i himlen - kloge kvinder vælger selv"*.

Se tillige: www.powerkvinderne.dk

TID OG STED:

Mandag den 17. september kl. 10.00 - 15.00.

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

Eller et andet sted ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-NR.: 5207 18 00 55

Ansøgning og godkendelse skal ske i din egen fagforening.

TOVHOLDER:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailles til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

TIDSPLAN – AKADEMIUDDANNELSEN I LEDELSE

- FIU-LIGESTILLING UDBYDER MODULER HVOR DU KAN TAGE EN KOMPETENCEGIVENDE EKSAMEN

Indenfor "Akademiuddannelsen i Ledelse", hvor der lægges et mangfoldighedsperspektiv på uddannelsen, udbydes i 2018 - 2019 nedenstående.

For første gang udbydes i 2018 et modul på Diplomuddannelsen.

Det er hensigten, at du som tillidsvalgt indenfor 3 år kan opnå en hel Akademiuddannelse i ledelse. På opfordring gives nu mulighed for at starte med at videreuddanne sig på diplomniveau.

Vi sætter et mangfoldighedsperspektiv på undervisningen samtidig med, at vi sikrer, at du får en formel eksamen. Det gøres bl.a. i valg af eksempler, vinkler i opgaver og særlige input, hvor muligheder og udfordringer for henholdsvis minoriteter, kvinder og mænd analyseres.

Du vælger selv, hvornår du vil tage hvilke moduler. (Til en "hel" AU i ledelse skal du minimum tage 3 obligatoriske moduler og 2 valgfri moduler, samt et afgangsprøje.)

En gang hvert efterår udbydes, efter aftale, et forløb hvor afgangsprøjet understøttes.

For god ordens skyld skal det præciseres, at det giver god mening at deltage i et enkelt modul og ikke mere. Hvert modul afsluttes og afrundes meningsfyldt og er ikke afhængigt af de øvrige.

Såfremt du ikke har ambition om en eksamen, men bare at blive klogere, er det også meningsfuldt at deltage. Vi har udelukkende iværksat dette overblik over mulighederne for at få en HEL AU i ledelse, fordi en del tillidsvalgte er interesserede i at "få papir", på det de har lært.

I 2018 OG 2019 UDBYDES:

OBLIGATORISKE MODULER AU I LEDELSE:

Foråret 2018:	Ledelse i Praksis
Foråret 2019:	Organisation og arbejdspsykologi
Efteråret 2019:	Det strategiske lederskab
Efteråret 2018 og 2019:	Afgangsprøje

DIPLOM:

Foråret 2018: Ledelse og styring i politisk styrede organisationer

VALGFRI MODULER AU I LEDELSE:

Foråret 2018:	Interkulturel ledelse og samarbejdsprocesser (på anmodning)
Foråret 2018:	Positiv psykologi i ledelse. Positiv ledelse i organisationen
Efteråret 2018:	Personalejura
Efteråret 2018:	Arbejdsmiljøledelse
Foråret 2019:	Coaching og konflikthåndtering

