



**NATURLIGVIS
2011**

KURSUSKATALOG

Indhold

Forord	side 3	"Kvindernes Blå Bog 2011/12"	side 12
8. marts 2011	side 23	Ligelønskursus med fokus på jobvurdering	side 6
Administration af præstationsfremmende lønsystemer – når ligeløn tænkes med	side 43	Ligestilling med "mandebriller"!	side 36
Brænd igennem – uden at få brandsår på sjælen	side 13	MAND version 2.011	side 44
Coaching i organisationer med personlig individuel coaching	side 37	Mulige Mandlige Meninger	side 4
Dagen For Dig	side 25	Mænds sundhed	side 40
Du er PÅ!	side 14	Netværk, der sætter fokus på trivsel og ligeværd på arbejdspladsen	side 9
En KØN forhandling	side 35	Overenskomst i farver - kreativt drømmeværksted	side 21
FIU-Regnbue	side 19	Psykisk arbejdsmiljø og køn	side 22
FLUK M/K 5	side 32	Psykisk arbejdsmiljø i faglærte og ufaglærte job - med kønsbriller	side 42
Forandringsprocesser med fokus på ligestilling	side 39	Stressvejlederen I	side 26
Handlemuligheder i den faglige integrationsindsats	side 24	Stressvejlederen II	side 28
Hvor køn(t) er det at blive senior	side 34	Stressvejlederen III	side 30
Initiativer til forebyggelse af udnyttelse af kvindelig arbejdskraft fra andre lande	side 41	Så er det sagt!	side 15
"Ka' du være dig selv på jobbet?"	side 20	Trivselsnetværk der vil noget - for stressvejledere og andre der sætter fokus på sund trivsel og ligeværd på arbejdspladsen	side 45
Kommunikation for "blæksprutter"	side 16	Vold mod kvinder	side 18

Forord

FIU-Ligestilling udbyder i 2011 48 forskellige kurser/temadage/uddannelser/netværksaktiviteter.

Aktiviteterne henvender sig først og fremmest til tillidsvalgte i LO-fagbevægelsen.

I **"Naturligvis 2011"** kan du se beskrivelser, tider og steder, samt hvor du kan få mere information om indhold og arbejdsformer. Mangler du viden om økonomi, transport o.l., er det noget du skal spørge om i din fagforening.

FIU-Ligestillings aktiviteter består i 2011 igen af gode "gamle kendinge" og nogle nyheder, som vi oplever efterspørgsel på. Verden forandrer sig lynhurtigt, og det gør udfordringerne på arbejdsmarkedet også. Stress og manglende trivsel er allestedsnærværende problemer hos tillidsvalgte i disse krisetider. Det har givet nye ligestillingsudfordringer, som kræver ekstra opmærksomhed.

Det ser ud til at mænds ligestillingsudfordringer er blevet større. Det tager vi **naturligvis** fat på. Uligelønnen er ikke blevet forbedret, men det er vores handlemuligheder forhåbentlig.

"Ligelønsnævn" kom ind i det danske sprog ved overenskomstforhandlingerne i foråret 2010. Det skal vi træne os i at bruge.

Der er ligeledes aktiviteter, der arbejder med antidiskrimination, bl.a. at forebygge vold i hjemmet, ved hjælp af politikker og aftaubiseringsaktiviteter på arbejdspladsen.

Der er også mulighed for at deltage i lokale netværksaktiviteter, hvor fokus er på ligestilling og trivsel. Du/I kan selv være med at definere indhold og behov.

Der er længerevarende forløb, der er fyraftensmøder, der er temadage og der er korte kurser. Der er eksternat og internat. Der er dyre kurser, billige kurser og gebyrfri aktiviteter.

Vi håber, vi dækker bredt og at de fleste tillidsvalgte kan få dækket deres behov for, at blive kvalificerede indenfor ligestilling og arbejdsmarked. Er der uddannelsesaktiviteter du har brug for, og I er en gruppe på 5 – 10, der har behov for at blive kvalificeret til noget, der ikke fremgår af kursuskataloget, er I velkomne til at bede om at kurser bliver sat op.

Forslag og ideer kan mailes til pih@danskmetal.dk.

Al ansøgning om kursusdeltagelse skal ske i din egen fagforening.

Vi håber at **2011** vil blive et aktivt ligestillingsår, og vi glæder os til at se DIG!

Udviklingspartnerskabet af *

FIU-Ligestillingskurser

* FIU-Ligestilling er et partnerskab mellem 4 forbund: Dansk Metal, Dansk EI-Forbund, HK og 3F.

Mulige Mandlige Meninger

Baggrund:

Mange års kamp for ligestilling har givet bonus. I dag har kvinder og mænd mange af de samme udfoldelsesmuligheder. Det er ikke mere bestemt af, om du fødes som dreng eller pige, hvad du må og ikke må, hvad der forventes af din opførsel eller hvordan dit liv skal forme sig. Eller er det?

Ligestilling har på mange måder været kvindernes kamp for at få anerkendelse og respekt på linje med mændene. I dag regnes kvinders og mænds arbejde som ligeværdigt, og kvinder og mænd optræder på lige fod som beslutningstagere. Eller gør de?

Ligestilling er i dag et fælles projekt, som handler om, at hverken mænd eller kvinder vil tales ind i nogle stereotype opfattelser af, hvad en rigtig mand er eller en rigtig kvinde er. Mænd sætter i høj grad dagsordenen for den moderne ligestillingskamp. Eller gør de?

Udbytte:

Kurset vil give dig mulighed for, at blande dig i ligestillingsdebatten på en mere kvalificeret måde. Du får afprøvet dine synspunkter, og du får et mere tydeligt billede af, hvad ligestillingskampen kan gøre for dig. Du kommer til at formulere visioner og budskaber om mænd og ligestilling til hjemmeside og andet oplysningsmateriale.

Du får tilbudt et netværk af andre mænd, der godt gider diskutere mandekønnet, mandestereotyper og manderoller anno 2011.

Indhold:

- Kurset vil tage form som et visionsværksted, hvor du definerer hvilken specifik viden, der er brug for at tilføre, for at styrke indsigten i køn & organisation, arbejdsmarked, kultur, historie eller økonomi.
- Dine egne erfaringer sættes ind i en bredere ramme.
- Dine synspunkter efterprøves og udfordres.
- Alt sammen med henblik på at definere det moderne ligestillingsprojekt – set med mænds øjne.

Målgruppe:

Kursets målgruppe er mænd, der skaber meninger, altså med en tillidsfunktion.

Tid og sted:

Mandag den 4. april – tirsdag den 5. april (del 1).
Onsdag den 15. juni – torsdag den 16. juni (del 2).

Del 1 afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Del 2 afholdes på:

HK-skolen i Svendborg.
Hotel Christiansminde,
Christiansmindevej 16, 5700 Svendborg.

Det er internatkursus, som starter den første dag kl. 10.00 og slutter den næste kl. 15.00.

De første to dage arbejder vi på egen boldgade, med de erfaringer og den forståelse vi nu engang måtte have og herefter to dage, hvor vi med kompetente input og modspil, får forfinet og afprøvet vores oplæg og holdninger.

FIU-nr.: 5207 11 00 01

Underviser:

Klaus Berre, Konsulent.

Tovholder:

Marianne Bruun, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:
marianne.bruun@3f.dk

Ligelønskursus med fokus på jobvurdering

Baggrund:

På det private område er der nu vedtaget overenskomst, hvor der er oprettet et ligelønsmålsråd, og hvor ligelønsloven er indskrevet. Nu er der bedre muligheder for at føre sager i det faglige system. Desuden vil regeringens lønkommission komme med anbefalinger til den offentlige sektor om ligeløn.

Nu skal sagerne så frem i lyset. Det kræver metodeudvikling til, for at få arbejdspladserne til at arbejde med ligeløn, så der kan komme sager for nævnet. Der har indtil nu kun været meget få faglige sager, som er ført i det fagretslige system. Der har været noget få sager i løbet af årene i det civile system, og i 2009 blev en sag vundet for et medlem i Højesteret.

Da uligelønnen mellem kvinder og mænd i nogen grad – måske i høj grad – munder ud i, at kvinder og mænd arbejder i forskellige jobfunktioner og således ikke har samme arbejde, så skal vi blive bedre til at vurdere, om forskellige arbejdsfunktioner har samme værdi.

Derfor skal der hentes erfaringer fra andre lande, som har arbejdet med jobvurdering som værktøj til at vurdere, om to arbejdsfunktioner har samme værdi, selvom de er forskellige. Det er vigtigt at få nogle konkrete erfaringer fra tillidsfolk og eksperter, som har arbejdet med, hvordan man sammenligner forskellige sammenlignelige jobfunktioner. Hvilke værktøjer har de brugt, og hvordan processen har været, er vigtige spørgsmål.

Der er gjort rigtig mange erfaringer i Canada med jobvurdering. I delstaten Quebec er der etableret en god praksis med, at arbejdspladser arbejder med ligeløn og jobvurdering på en meget konkret måde. De erfaringer vil være gode at få beskrevet og omsat til danske forhold.

Helt konkret skal følgende spørgsmål afdækkes:

- Hvordan planlægger man at sammenligne jobfunktioner på arbejdspladsen?
- Hvordan reagerer de ansatte?
- Hvordan arbejder tillidsvalgte og forbund med jobvurdering?
- Hvad er ledelsens holdning til jobvurdering og ligeløn?
- Hvordan tilrettelægger aktørerne processen?
- Hvilke resultater er opnået?
- Hvad er den videre proces?

Deltagerne skal desuden klædes på i forhold til dansk lovgivning, EU-lovgivning og dansk fagpolitisk praksis, således at de canadiske erfaringer kan omsættes og udvikles til dansk praksis.

Udbytte:

Mål for kurset er, at det skal munde ud i konkrete anvisninger med at bruge jobvurdering til at sammenligne forskellige jobfunktioner, så ligelønslovens paragraf om ligeløn for arbejde af samme værdi, bliver konkret.

Indhold:

- Ligelønsloven og overenskomster i Danmark – hvordan hænger det sammen?
- Direkte og indirekte diskrimination i forhold til løn.
- ILO's arbejde med jobvurdering og ligeløn.
- Konkrete danske erfaringer med danske ligelønssager.
- Lønkommissionens anbefalinger – hvad sker der på det offentlige arbejdsmarked?
- Overenskomsternes regler om ligelønsmæssig og ligestillingslov.
- Lønstatistikker på det private arbejdsmarked – hvad kan de bruges til?
- Det juridiske råderum i dansk ligelønslov.
- Erfaringer og praksis med jobvurdering (i Quebec).
- Sammenligne danske og canadiske erfaringer med jobvurdering.
- Udvikle metoder og værktøjer til arbejdspladser til jobvurdering.

Målgruppe:

Centrale ligestillingsaktører samt forhandlere lokalt og centralt – kvinder og mænd.

Tid og sted:

Onsdage:

16. februar, 9. marts, 6. april, 11. maj, 8. juni, 14. september samt 16. november.

Kl. 10.00 – 15.00 i København.

Syv enkeltdage, hvor de forskellige emner behandles særskilt og vil fungere som et eksperimentarium. Ideer og konkrete forslag afprøves i teorien med henblik på afprøvning i praksis.

Uddannelsesrejse:

Mandag den 8. oktober – mandag den 15. oktober uddannelsestur til Canada (muligvis Toronto) med virksomhedsbesøg, fagforbundsbesøg og foredrag af ekspert i jobvurdering professor Marie-Thérèse Chicha, Montreal universitet og ekspert i ILO.

Samarbejde med bl.a. fagforbundene TCA/CAW og CLC om arbejdspladsbesøg.

(Uddannelsesrejsen planlægges til 8 dage inkl. weekend).

Canada har brugt jobvurdering gennem mange år, som værktøj til at sikre ligeløn.

Opfølgings- og handlingsplandag:

Onsdag den 16. november kl. 10.00 – 15.00 i København.

Alle udviklingselementerne samles til god praksis med værktøj til at sikre ligeløn.

Forudsætningen for at deltage er:

At der bliver arbejdet konkret på arbejdsplads- og forbundsniveau under og efter kurset.

Man kan deltage i temadagene uden at deltage i uddannelsesrejsen.

FIU-nr.: 5207 11 00 02
(Enkeltdagene).

FIU-nr.: 5207 11 00 03
(Enkeltdagene inkl. uddannelsesrejsen).

Tovholder:

Annelise Rasmussen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:

annelise.r@3f.dk

Netværk, der sætter fokus på trivsel og ligeværd på arbejdspladsen

- tværfagligt netværk mellem tillids- og sikkerhedsrepræsentanter

Baggrund:

De danske arbejdspladser har et stadigt stigende behov for, at kunne sætte fokus på trivsel, ligeværd, retfærdighed og social ansvarlighed.

I 2011 inviteres du til at være med i et netværk, hvor der arbejdes med en række forskellige emner, der har ligeværd, trivsel og social ansvarlighed som grundlag. Der samarbejdes med fagbevægelsen i andre lande og udveksles erfaringer om handlemuligheder for tillidsvalgte.

I 2011 samarbejdes bl.a. med Rusland, Lithauen og Spanien.

Der bliver en uddannelsesrejse til, i hvert fald, Kaliningrad.

Udbytte:

- Du får viden og værktøjer indenfor emnerne ligestilling, trivsel og virksomhedernes sociale ansvar (CSR).
- Du får mulighed for erfaringsudveksling og netværksdannelse med andre tillidsvalgte.
- Du får mulighed for at blive coachet.
- Du får mulighed for at etablere og deltage i stormøder, debatteater, dialogmøder, småeksperimenter, etc. om relevante emner.

Målgruppe:

Tillids- og sikkerhedsrepræsentanter.

Tid og sted:

Netværket mødes ca. en gang månedligt til et lokalt fyraftensmøde, i alt ca. 8 gange og alle netværk samles til en to-dages konference i København.

Torsdag den 24. – fredag den 25. november.

Tilmelding foregår til et netværk og gælder for hele 2011. Det betyder, at hvis du har tid og mulighed for det, kan du deltage i alle otte fyraftensmøder samt på to-dages konferencen.

Tilmelding til uddannelsesrejsen til Kaliningrad, Rusland, foregår separat.

Der er ikke mødepligt til alle mødegangene.

FIU-nr.: 5207 11 00 05 (Etnisk netværk – København)

FIU-nr.: 5207 11 00 06 (København)

FIU-nr.: 5207 11 00 07 (Roskilde)

FIU-nr.: 5207 11 00 08 (Odense)

FIU-nr.: 5207 11 00 09 (Bornholm)

FIU-nr.: 5207 11 00 10 (Sydsjælland)

FIU-nr.: 5207 11 00 12 (Trekantsområdet)

FIU-nr.: 5207 11 00 13 (Viborg)

FIU-nr.: 5207 11 00 14 (Nykøbing Falster)

FIU-nr.: 5207 11 00 16 (Sønderjylland)

Se netværksmødernes tid, sted og coach i skema på efterfølgende sider.

By	Coach	Mødetid	Sted
København Etnisk netværk KAEB m/k	Hafida Bouylud Mail: Hafidabouylud@aof-danmark.dk	Torsdage: 13. januar, 10. februar, 10. marts, 14. april, 12. maj, 18. august, 8. september, 13. oktober, 8. december. Kl.: 16.30 – 19.30.	3F Kampmannsgade 4 1790 København V.
København	Annette Brejnholt Mobil: 21 73 38 66 Mail: abt@danskmetal.dk	Mandage: 17. januar, 14. marts, 4. april, 16. maj, 22. august, 3. oktober, 28. november. Tirsdag: 14. juni. Kl.: 17.00 – ca. 21.00.	Metal Hovedstaden Nyropsgade 25, 3. sal 1780 København V.
Roskilde	Joan Hindsgavl-Nissen Mail: hin@ssi.dk Janne Andersen: Mail: janne.andersen@nycomed.com	Torsdage: 13. januar, 10. marts, 7. april, 19. maj, 30. juni, 25. august, 6. oktober, 17. november. Kl. 18.00 – ca. 21.00.	HK sjælland Hersegade 13 4000 Roskilde
Odense	Annemarie Stokholm Mobil: 26 82 84 91	Mandage: 17. januar, 28. februar, 11. april, 16. maj, 20. juni, 12. september, 24. oktober, 28. november. Kl.: 17.00 – ca. 21.00.	3F Odense Skibhusvej 52b, 2. sal 5000 Odense C.
Bornholm	Linda Jensen Tlf.: 56 95 48 55 Mobil: 24 60 48 55 Mail: linda-jensen@mail.dk	Mandage: 7. februar, 7. marts, 4. april, 2. maj, 5. september, 3. oktober, 7. november, 5. december. Kl.: 18.00 – 21.00.	LO kontoret Storegade 38 3700 Rønne

By	Coach	Mødetid	Sted
Sydsjælland	Birgitte Kristiansen Mobil: 21 49 30 18	Tirsdage: 25. januar, 22. februar, 26. april, 24. maj, 30. august, 27. september, 25. oktober, 29. november. Kl.: 17.00 – 20.00.	LO Sydsjælland Rådhusstorvet 13A 4760 Vordingborg
Trekants- området	Margot Torp Mobil: 40 11 73 65 John E. Jensen Mobil: 22 68 02 16	Torsdag den 3. februar, tirsdag den 8. marts, mandag den 11. april, torsdag den 5. maj, torsdag den 4. august, tirsdag den 6. september, torsdag den 6. oktober, tirsdag den 8. november. Kl.: 17.00 – 21.00.	De fleste netværk bliver afholdt hos: HK Søndergade 26 7100 Vejle
Viborg	Mitzie Andersen Tlf.: 51 88 23 80 Mail: mitzie@holz.dk	Tirsdage: 25. januar, 22. februar, 22. marts, 17. maj, 23. august, 27. september, 25. oktober, 15. november. Kl.: 18.00 - ca. 21.30.	De fleste netværk bliver afholdt i: HK-Huset Boyesgade 3 8800 Viborg
Nykøbing Falster	Helle Stæckmann Mobil: 51 64 78 29 Mail: hjst@regionsjaelland.dk	Onsdage: 12. januar, 23. februar, 13. april, 8. juni, 17. august, 21. september, 2. november, 7. december. Kl.: 17.30 – ca. 20.30.	HK' s lokaler Guldborgsund- centret 6, 1 sal, Sundby 4800 Nykøbing Falster
Sønderjylland	Susanne Sørensen Mobil: 51 36 40 07 Mail: susanne.sorensen@3f.dk	Tirsdage: 1. februar, 1. marts, 12. april, 10. maj, 16. august, 13. september, 11. oktober, 22. november. Kl.: 17.30 – ca. 20.30.	Fordeles mellem: 3F Tønder Grønnevej 6 6270 Tønder og 3F Aabenraa Havnevej 2 6200 Aabenraa (De fleste afholdes i Tønder)

”Kvindernes Blå Bog 2011/12”

Baggrund:

”Kvindernes Blå Bog 2011” udkommer for femte gang.

”Kvindernes Blå Bog 2011” skal, som de tidligere, være med til at synliggøre de mange betydningsfulde kvinder, der ofte bliver overset.

Deltagerne på seminaret lægger linierne, skaber rammerne og får idéerne for ”Kvindernes Blå Bog 2011.”

Indhold:

- Beslutningsprocedure og kompetenceafklaring om hvem der kan optages i den nye udgave.
- Analyse af ”Kraks Blå Bog”, ”Kvindernes Blå Bog 2010” og samfundskommunikationen herom.
- Uddybning af kriterier for optagelse i ”Kvindernes Blå Bog 2011”.
- Brainstorming samt udvælgelse af kvinder til ”Kvindernes Blå Bog 2011” ud fra indkomne forslag på hjemmesiden: www.kvindernesblaabog.dk
- Beslutning om disposition.
- Beskrivelse og forbedring af forslag og argumentationer.
- Revision af forord.
- Koncept og planlægning af ”release party”.
- Planlægning af pressekontakt og mediestrategi.

Målgruppe:

FL’ere, FLUK’ere og andre med kompetencer om køn og ligestilling.

Tid og sted:

Torsdag den 27. januar kl. 10.00 – 14.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 17

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Brænd igennem – uden at få brandsår på sjælen

Baggrund:

Effektiv og nutidig kommunikation kræver et klart budskab for, at brænde igennem både i medieverdenen og i forsamlinger. Kvinder og mænd har forskellige værktøjer, som kan bruges med stort held, både i ligestillings-spørgsmål og ved meddelelser af enhver art.

Udbytte:

At kunne brænde igennem med sit budskab med stor effekt og med bevidsthed om metoderne.

Indhold:

Bente Troense fortæller og giver gode råd med baggrund i historiske erfaringer og personlige oplevelser af kampen for at brænde igennem, blive set og hørt. 10 gode råd, når du skal bryde igennem lydmuren og ligestillingens glasloft. Få fokus på dit budskab. Sproglig opmærksomhed er vigtig. Få kontrol over det, du siger og måden, du siger det på. Lær forskellige måder at erobre tilhørernes opmærksomhed på. Aktive tilhørere er dit ansvar.

Målgruppe:

Alle, der har en repræsentativ opgave, som indebærer en offentlig optræden, enten som mødeleder eller i medierne.

Tid og sted:

Tirsdag den 12. april kl. 10.00 – 16.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller 3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 11 00 18

Underviser:

Bente Troense, journalist og tidligere programredaktør på TV2.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

Du er PÅ!

Baggrund:

På dette kursus får du medietræning med henblik på at kunne slå effektivt igennem medierne med arbejdspladshistorier om ligestilling og andre "hotte" ting. Træningen foregår med øje for mænd og kvinders forskellige vilkår i kommunikationen.

Udbytte:

Målet med kurset er:

- At træne tillidsvalgte mænd og kvinder i at fungere foran et tv-kamera i forskellige situationer. Dels i et interview og dels i et statement.
- At træne formuleringsevnen til medierne.
- At vide, hvor man skal sætte sine egne grænser for deltagelse.
- At styre sin egen deltagelse.

Dit udbytte af kurset vil være:

- Personlig gennemslagskraft for både mænd og kvinder.
- At blive i stand til at aflevere en beskrivelse af en situation.
- At være forberedt på diverse vinkler fra journalisten.
- At du får mulighed for at vurdere og "se" dig selv.

Indhold:

Vi træner:

- Arbejdsrelaterede situationer, der skal beskrives for "seerne"/befolkningen.
- At udtrykke sig enkelt om sine egne visioner/ønsker/situation.

Målgruppe:

- Alle tillidsvalgte, der har mulighed for at skulle i medierne.
- Minimum 6 deltagere - max. 10.
- Deltagere optages i den rækkefølge, de tilmelder sig.

Tid og sted:

Hold 1: Tirsdag den 5. april kl. 10.00 – 17.15.

Hold 2: Tirsdag den 11. oktober kl. 10.00 – 17.15.

(Tiderne passer fint med togene til/fra Esbjerg. Der vil være mulighed for at få en sandwich og en øl/vand med i toget).

Esbjerg Mediecenter, Stormgade 200, 6700 Esbjerg.

FIU-nr.: 5207 11 00 19

(Hold 1 tirsdag den 5. april).

FIU-nr.: 5207 11 00 20

(Hold 2 tirsdag den 11. oktober).

Underviser:

Bente Troense, journalist og tidligere programredaktør på TV2.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Så er det sagt!

- 1-dages kursus der klæder dig på til slå effektivt igennem med mundtlige budskaber

Baggrund:

Formålet med kurset er at skabe en forståelse for og en viden om, hvordan mænd og kvinder bedst sender et budskab eller en meddelelse, som bliver hørt.

Mænd og kvinder har forskellige muligheder og barrierer, når der kommunikeres, idet de ubevidste forventninger hos tilhøreren er forskellige. Bliv opmærksom på den sproglige mulighed for at erobre tilhørernes opmærksomhed.

Udbytte:

Du bliver bevidst om sproglige værktøjer, der gør **DIT** budskab mere farverigt og levende, altså værd at høre på.

Du bliver klar over og lærer om kropssprogets betydning for budskabets gennemslagskraft (for henholdsvis mænd og kvinder).

Du vil kunne bruge det:

- Når du skal byde velkommen/indlede på medlemsmøder, komme med indlæg i større forsamlinger/ generalforsamlinger etc.
- Når du skal argumentere for noget, du brænder for eller skal videregive viden om.
- Når du bliver interviewet i tv/radio.

Indhold:

- Sproglige værktøjer, der giver sproget energi.
- Opbygning af et budskab.
- Kropssprogets og fremtoningens betydning og enkle virkemidler.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, der ønsker at udvikle **sproglig** opmærksomhed og færdighed.

Tid og sted:

Tirsdag den 25. oktober kl. 10.00 - 16.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller 3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 11 00 21

Underviser:

Bente Troense, journalist og tidligere programredaktør på TV2.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

Kommunikation for "blæksprutter"

- et eksperimenterende kursus for tillidsvalgte der vil kommunikere effektivt og ligeværdigt med mænd og kvinder

Baggrund:

Det er målet med kurset, at give dig praktisk træning i at kommunikere fleksibelt med alle de forskellige personer, du som tillidsvalgt er i kontakt med.

Eksempelvis: Kollegaer, leder, medier, fagforeningen og din familie.

Indhold:

- Kollegakommunikation. Hvordan samler jeg og skaber fællesskab og begejstring, med opmærksomhed på unge, minoriteter, læse/stavesvage og køn? Her sættes fokus både på kommunikation med medlemmer og med medarbejdere, der burde være medlemmer.
- Kommunikation med og i medierne.
- At holde oplæg og brænde igennem.
- Kønsbevidst kommunikation.
- Forhandling, køn og gennemslagskraft.
- Anerkendende kommunikation.

Arbejdsformer:

Der arbejdes både teoretisk og med øvelser, og det hele gøres med højt humør og stor seriøsitet.

På hver mødedag er der et ekspertoplæg eller en lærende oplevelse.

På hver mødedag trænes i deltageres kommunikation og der gives feedback.

På hver mødegang får du en bog om kommunikation, som du med fordel kan læse til næste gang.

(Det er ikke et krav, men en fordel).

Mellem hver mødegang er der en lille hjemmeopgave, som du skal kommunikere over nettet med de øvrige deltagere om.

Målgruppe:

Kurset henvender sig til kvinder og mænd, med et tillidshverv. Det kan være TR, SR, SU/MED-medlem, bestyrelsesmedlem, klubmedlem, udvalgsmedlem, m.m.

Der optages så vidt muligt lige mange af hvert køn. Det er en forudsætning for deltagelse, at du mindst en gang ugentlig har adgang til (og kan bruge) mail/PC.

Minimum 6, max. 18 deltagere.

Tid og sted:

Kurset har 5 mødedage med fire uger mellem hver mødegang, i alt 35 timer.

Du skal nok regne med ca. en times hjemmearbejde om ugen, alt efter hvor meget energi du kaster ind i det.

Hold 1:

Torsdag den 3. februar, torsdag den 3. marts, torsdag den 31. marts, torsdag den 28. april, torsdag den 26. maj.

Mødetidspunkt alle torsdage kl. 10.00 – 16.00.

FIU-nr.: 5207 11 00 22

Hold 2:

Torsdag den 25. august, torsdag den 22. september, torsdag den 27. oktober, torsdag den 24. november, torsdag den 15. december.

Mødetidspunkt alle torsdage kl. 10.00 – 16.00.

FIU-nr.: 5207 11 00 23

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller
3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

Undervisere:

Der underviser fem forskellige eksperter, én på hver mødegang.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

Vold mod kvinder

- dialogmøde fredag den 25. november

Baggrund:

Vold mod kvinder i hjemmet betyder meget for trivslen på arbejdspladsen, for samfundets etik og den generelle ligestillingsudfordring.

Udbytte:

Det tabubelagte område har FIU-Ligestilling forsøgt at synliggøre og sætte til debat på arbejdspladser og i fagforeninger. På konferencen vil vi se indad på: "Hvordan synes vi egentlig selv det går?", men også se udad på hvilken ny viden, der er udviklet i ind- og udland.

Indhold:

- Kaffe, velkomst og indledning. v./Jane Korczak, 3F.
- Nyt fra EU på området v./Britta Thomsen, MEP.
- Nyt fra forskning, kvindekrisecentre, regeringen og udlandet.

Målgruppe:

Tillidsrepræsentanter, sikkerhedsrepræsentanter, fagforeningsrepræsentanter, ansatte på kvindekrisecentre, sprogskolelærere, undervisere fra fagbevægelsen, politikere og interesserede fra andre organisationer, der arbejder med "Vold mod kvinder".

Tid og sted:

Fredag den 25. november kl. 10.00 – 14.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Tilmelding foregår i din fagforening, såfremt du er tilknyttet et LO-forbund.

Ellers på mail til: pih@danskmetal.dk

FIU-nr.: 5207 11 00 24

Ca. en uge før dialogmødet modtager du bekræftelse og deltagerliste.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

FIU-Regnbue

Baggrund:

At skabe mangfoldige arbejdspladser, hvor også LGBT (Lesbian, gays, bi- and transseksual) medarbejderes forskelligheder ses som et aktiv.

Udbytte:

Netværket arbejder med at udvikle et mangfoldigt arbejdsmarked, og har fokus på både overenskomster og personalepolitikker.

Vi deltager i øvrigt gerne i fyraftensmøde m.v. i såvel LO-fagbevægelsen, som på arbejdspladser.

Indhold:

Familiemønstre i vor tid er meget andet end "far, mor og børn".

Regnbuefamilier er f.eks. familier med to forældre af samme køn. Det er meget forskelligt fra land til land, hvilke rettigheder man har. I Danmark er LGBT-personer langt hen ad vejen anerkendte.

Alligevel er der brug for at sætte disse menneskers præmisser og "familiemønstre" under lup, for hvor kan vi gøre det bedre?

Vores indsats hedder i dagligdagen:

"Ka' du være dig selv på jobbet?" og det er netop kernen i vores arbejde.

Copenhagen Pride er i øvrigt en af vores sjove aktiviteter, som vi i fællesskab forbereder og afvikler.

Målgruppe:

Tillidsvalgte og andre ildsjæle i LO fagbevægelsen. Alle, uanset egen personlige orientering, er velkomne.

Tid og sted:

Mandag den 14. februar, tirsdag den 26. april, mandag den 6. juni, mandag den 29. august og mandag den 21. november.

Kl. 16.30 – 19.30.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 25

Tovholder:

Annette Brejnholt, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

abt@danskmetal.dk

”Ka’ du være dig selv på jobbet?”

- konference for forbunds-, afdelings- og tillidsvalgte, samt ildsjæle på området

Baggrund:

At fastholde nødvendigheden af, at fagbevægelsen og tillidsvalgte tager signaler om mobning af homo- og biseksuelle alvorligt.

Tidligere konferencedeltagere har tilkendegivet vigtigheden af, at vi også tænker ”seksualitet” ind i det generelle ligestillingsarbejde.

Undersøgelser har vist, at de færreste homoseksuelle vil/ville opsøge deres fagforening i tilfælde af chikane/diskrimination på grund af deres seksualitet.

Udbytte:

Deltagerne får nye input til det faglige arbejde, samt nye opmærksomhedspunkter til ligestillingsarbejdet. Du klædes på til også at have et øje for diskrimination, når det gælder seksualitet.

Seksualitet er en privatsag, men fællesskabet er nødt til at have fokus på, hvordan vi undgår mobning, hvordan vi takler faglige sager, samt tænker arbejdsmiljøet ind.

Indhold:

- Rummelige arbejdspladser – hvordan?
- Hvordan tager man som tillidsvalgt hul på diskussionen på sin arbejdsplads?
- Hvordan udvikler du personalepolitikken på din arbejdsplads?
- Hvad gør man i fagbevægelsen rundt om i Europa?

Målgruppe:

Tillidsvalgte, afdelings- og forbundsfolk, ildsjæle og andre med interesse i at blive klogere på området.

Tid og sted:

Mandag den 19. september.

Kl. 9.30 – 16.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 26

Tovholder:

Annette Brejnholt, Dansk Metal.

Spørgsmål kan mailes til:

abt@danskmetal.dk

Overenskomst i farver - kreativt drømmeværksted

Baggrund:

De danske overenskomster tager afsæt i majoritetsmedlemmers sædvane, skik, tradition, 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 udland og "eksperter".

Indhold:

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

Målgruppe:

Forhandlingssekretærer, medlemmer af overenskomst- og forhandlingsudvalg og andre, der beskæftiger sig med den danske model.

Tid og sted:

Torsdag den 28. april kl. 10.00 – fredag den 29. april kl. 15.00.

(Internatkursus).

Middelfart Kursuscenter,
Oddevejen 8, 5500 Middelfart.

FIU-nr.: 5207 11 00 27

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

anthony.sylvester@3f.dk

Psykisk arbejdsmiljø og køn

- få værktøjer til at arbejde med trivsel på arbejdspladsen

Baggrund:

Formålet er, at du får viden om og redskaber til at identificere og håndtere psykisk arbejdsmiljø, herunder stress, mobning og trivsel generelt.

Du kommer til at arbejde med sager fra din egen virksomhed, hvor vi også undersøger eventuelle forskelle på, hvordan mænd og kvinder oplever og håndterer belastende arbejdsituationer.

Det psykiske arbejdsmiljø kommer ofte i søgelyset, fordi flere og flere bliver belastet af højt arbejdstempo, uklar ledelse, flere krav, dårlige prioriteringer, egne forventninger og mange forandringer.

Udbytte:

Det er målet, at du får udviklet redskaber og metoder til, at identificere og forebygge et dårligt psykisk arbejdsmiljø, stress og til at kunne arbejde med forskellen på, hvordan det slår ind i forhold til blandt andet køn og alder.

Du får redskaber til, at kunne understøtte udviklingen af din arbejdsplads, så der løses op for et belastende arbejdsmiljø.

Du får udviklet kompetencer til, at kunne igangsætte mange typer løsninger. Alt efter problemernes karakter. Det sker dels gennem viden om psykisk arbejdsmiljø og om stress, dels gennem at arbejde direkte med belastningerne på arbejdspladsen i samarbejde med kolleger og ledelse.

Indhold:

I løbet af uddannelsen vil der blive arbejdet med:

- Viden om psykisk arbejdsmiljø, stress og køn.
- Indsigt i, hvad der giver stress for mænd og kvinder.
- Værktøjer til at arbejde konkret med at identificere stress.
- Hvad udløser mobning, og hvad stiller man op med det?
- Hvad kan lederen gøre?
- Hvad kan TR/SR gøre?
- Anerkendelse som redskab.
- Redskaber til at håndtere psykisk arbejdsmiljø med øje for køn.

Målgruppe:

Tillids- og sikkerhedsrepræsentanter.

Tid og sted:

Mandag den 24. januar.

Mandag den 28. februar.

Tirsdag den 29. marts.

Torsdag den 5. maj.

Tirsdag den 7. juni.

Alle mødedage er kl. 10.00 – 16.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller 3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

8. marts 2011

FIU-nr.: 5207 11 00 28

Tilmelding foregår ved at søge om deltagelse i din fagforening/forbund. Når du er tilmeldt gennem FIU-sys, kan du regne med at du er optaget og at kurset gennemføres, med mindre du hører det modsatte. 1-2 uger før kursets start vil du modtage endeligt program og deltagerliste.

Tovholder:

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

Baggrund:

8. marts 1910 i København på Jagtvej 69 besluttede 2. Internationale socialistiske kvindekongres med Clara Zetkin i spidsen, at der verden over skulle være en international kampdag for kvinder. Dagen er siden blevet fejret over hele verden den 8. marts.

Indhold:

8. marts 2011 byder på mange nye udfordringer. På konferencen tages fat på de mest "hotteste" emner på en underholdende og vedkommende måde. Detaljeret program udsendes i starten af december.

Målgruppe:

Tillidsvalgte, som ønsker at agere aktivt på baggrund af viden om ligestillingspolitiske hotte emner.

Tillidsvalgte fra alle forbund er velkomne og tilmelding foregår gennem FIU-systemet i den lokale afdeling. Deltagere fra andre steder end LO-forbund er også velkomne. Tilmelding skal da ske til Pia Haandbæk, Dansk Metal på mail: pjh@danskmetal.dk

Tid og sted:

Tirsdag den 8. marts kl. 10.00 – 16.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 04

Tovholder:

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

Handlemuligheder i den faglige integrationsindsats

- et kursus i at styrke integration på arbejdsmarkedet

Baggrund:

Der er det sidste års tid lavet mange undersøgelser af fagforeningers muligheder og barrierer for at styrke integration på arbejdsmarkedet, i fagforeningen samt for at organisere medlemmer med minoritetsbaggrund. Hensigten med dette kursus er, at omsætte undersøgelserne til konkrete handlemuligheder, hvor der tages højde for de forskellige udfordringer, der er i integration af henholdsvis mandlige og kvindelige minoriteter, dvs. at give redskaber og muligheder for konkret arbejde.

Udbytte:

Det er målet med kurset, at deltagerne får viden, værktøjer og inspiration til at styrke eget fagligt integrationsarbejde og til at gennemføre konkrete mindre eller større tiltag.

Efter kurset er du klædt på til at handle og have opmærksomhed på etnisk kønsligestilling.

Du kan iværksætte organiseringsindsatser som virker, er inkluderende og som fremmer integration.

Indhold:

Der vil være en vekselvirkning på hver mødegang mellem teori og praksis, idet der hver gang er et overordnet vidensbaseret oplæg samt en præsentation af en "solstrålehistorie" fra en fagforening eller arbejdsplads, der har fået integrationsarbejde til at fungere.

- God praksis fra fagforeninger i Danmark og i udlandet.
- Mangfoldighed og tolerance. Teoretisk viden og hvordan det sættes på dagsordenen på virksomheder.
- Ligestilling, køn, kultur og minoriteter.

- Organiseringsstrategier som omdrejningspunkt og metode med henblik på integration.
- Uddannelsesrejse.

Målgruppe:

Afdelingsvalgte/ansatte, tillidsvalgte på større virksomheder, faglige sekretærer, ansatte i fagforeningernes a-kasser.

Tid og sted:

Torsdag den 24. marts.

Fredag den 25. marts.

Torsdag den 14. april.

Torsdag den 12. maj.

Torsdag den 9. juni.

Torsdag den 6. oktober.

Alle enkeltdagene afholdes kl. 10.00 – 16.00.

Hertil kommer hjemmearbejde, ca. 1 – 2 timer ugentlig til læsning.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Uddannelsesrejse:

Lørdag den 3. september – fredag den 9. september.

FIU-nr.: 5207 11 00 00

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

anthony.sylvester@3f.dk

Dagen For Dig

- mandag 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 stadig under forskellige former, og uanset om det er tilsigtet eller utilsigtet, er smerten i det og konsekvenserne af det, det samme for den enkelte udsatte. Ydermere har udøvelsen af diskrimination alvorlige samfundsmæssige konsekvenser i form af et splittet og utrygt samfund.

Udbytte:

- At markere "Dagen" den 21. marts og gøre den til en kendt tilbagevendende begivenhed.
- At synliggøre diskriminationens konsekvenser med særlig fokus på arbejdsmarkedet.
- At skabe bevidsthed om de mest udsatte grupper i samfundet.
- At forme antidiskrimination statements og blive kloge på faglige handlemuligheder (med øje for køn, race, seksualitet, alder, handicap).

Indhold:

- Antidiskriminations "happenings" i samarbejde med forskellige NGO'er.

- Opsamling på nye muligheder og udfordringer i det faglige integrationsarbejde.
- Præsentation og uddeling af nye materialer til tillidsvalgte og fagforeninger, med henblik på at handle på diskrimination.
- Præsentation af nye aktivitetsmuligheder, herunder mulighed for at få finansieret lokale antidiskriminationsaktiviteter.
- Evt. deltagelse i LO's eventuelle "21. marts arrangement".
- Erfaringsudveksling og networking.
- Antidiskriminationskulturel oplevelse et sted i byen.

Tid og sted:

Mandag den 21. marts kl. 10.00 – 22.00.

Tirsdag den 22. marts kl. 8.30 – 13.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 46
(Uden overnatning).

FIU-nr.: 5207 11 00 47
(Med overnatning).

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

anthony.sylvester@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.

Er forskelligheder han – hun imellem i sig selv årsag til stress og pres i den travle hverdag?

Er vi bevidste om det, når vi arbejder på at forbedre trivslen på arbejdspladsen?

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

Mød op, mand og kvinde, og lad os sammen udforske dette spændende område.

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, fordi du er blevet bekendt med, hvad der skal til og hvad der ønskes fra både dine mandlige og kvindelige kollegaer.

Derigennem vil du/I opnå positive resultater til gavn for alle. Kurset åbner mulighed for deltagelse i Stressvejlederen II og III, samt deltagelse i de årlige stressvejlederdage. (Trivselsnetværk se side 45).

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.
- Samspil mellem kønnene.
- Mental træning skaber ro i kroppen.
- ”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 cd'en og hæftet "Find dig ikke i stress".

Målgruppe:

Kurset henvender sig til tillids- og sikkerhedsrepræsentanter, 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 to kurser i foråret og et kursus i efteråret.

Hold 1:

Mandag den 7. februar – onsdag den 9. februar.

FIU-nr.: 5207 11 00 30

Hold 2:

Mandag den 21. marts – onsdag den 23. marts.

FIU-nr.: 5207 11 00 31

Hold 3:

Onsdag den 14. september – fredag den 16. september.

FIU-nr.: 5207 11 00 32

Alle hold starter kl. 10.00 og slutter kl. 11.30.
(Det er internatkurser).

Kurserne afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Undervisere:

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

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.
Spørgsmål kan rettes på mail til:
aln@danskmetal.dk.

Stressvejlederen II

HAN – HUN – fællesskab i forandring

Baggrund:

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

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

Derfor skal tillids- og sikkerhedsrepræsentanten 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.

Vi vil alle gerne opnå optimale resultater og tage de rigtige beslutninger sammen med vores kollegaer og arbejdspladsen. Derfor er ligestilling en vigtig brik – derigennem kan vi vise forståelse, skabe respekt og ligeværd.

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

Vel mødt kvinde som mand til dette spændende modul – hvor vi sammen udforsker området.

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/eller sikkerhedsrepræsentant.

Du vil føle, at du naturligt hele tiden ser verden og dens forandringer og problemstillinger med kønsbriller på. Dine omgivelser vil føle respekt og glæde for dine færdigheder, da det vil skinne igennem, hvor virkningsfulde de er.

Problemer kan takles og forandringer kan foretages til glæde for alle parter uanset køn.

I invitationen bliver du opfordret til at tage problemstillinger omkring stress og køn med på kurset. Da problemstillingerne kommer fra din hverdag, kan du med hjælp fra os og kursusdeltagerne udvikle løsningsmodeller, som du direkte kan tage med hjem og anvende.

Kurset åbner mulighed for deltagelse i Stressvejlederen III samt deltagelse i de årlige stressvejlederdage.

(Trivselsnetværk se side 45).

Indhold:

- Dine oplevelser siden Stressvejlederen I.
- Stress hos kvinde og mand.
- Nyeste forskningsresultater indenfor stress og køn.
- Guide til forandring.
- Skab sindsro gennem accept.
- Afspænding og meditation.
- Historier fra det virkelige liv (film).
- Dialog og samspil mellem kønnene.
- "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.

Målgruppe:

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

Det er en forudsætning, at du har deltaget på Stressvejlederen I "HAN – HUN – fra stress til trivsel gennem samspil". Du er også velkommen til at deltage, hvis du allerede har erfaring med hensyn til ligestilling og har viden om, hvad stress er fra andre kurser, foredrag og lign.

Tid og sted:

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

Hold 1:

Onsdag den 2. marts – fredag den 4. marts.

FIU-nr.: 5207 11 00 33

Hold 2:

Mandag den 3. oktober – onsdag den 5. oktober.

FIU-nr.: 5207 11 00 34

Alle kurser starter kl. 10.00 og slutter kl. 11.30.
(Det er internatkurser).

Kurserne afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Undervisere:

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

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.
Spørgsmål kan rettes på mail til:
aln@danskmetal.dk

Stressvejlederen III

HAN – HUN – i netværk der virker

Baggrund:

Dette er Stressvejlederen's 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 de efterfølgende stressvejlederdage.

(Trivselsnetværk se side 45).

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 sparingspartner for både medarbejderen og lederen. I det du som stressvejleder ofte vil fremstå som rollemodel, er det vigtigt, at du 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" ©.
- Netværk, ressource- og kompetencedeling.

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 får du udleveret meditations cd'en "Indre Stilhed".

Målgruppe:

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

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

Tid og sted:

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

Hold 1:

Onsdag den 13. april – fredag den 15. april.

FIU-nr.: 5207 11 00 35

Hold 2:

Onsdag den 23. november – fredag den 25. november.

FIU-nr.: 5207 11 00 36

Kurserne starter kl. 10.00 og slutter kl. 11.30.
(Det er internatkurser).

Begge kurser afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

Undervisere:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

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

www.frispark.com

Tovholder:

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

aln@danskmetal.dk

FLUK M/K 5

- Fagbevægelsens Ligestillingslederuddannelse for Kvinder og Mænd

Det er en uddannelse for mænd og kvinder i fagbevægelsen, der er, eller gerne vil være ledere, og som er parate til at lade sig "forstyrre", parate til at "gøre en forskel" og parate til at søge efter nye ligestillede ledelsesformer.

Uddannelsen er udviklet af FIU-Ligestilling på baggrund af erfaringer med tidligere FLUK-forløb, sammenkædet med de "hotte" udfordringer, der er på arbejdsmarkedet og i fagbevægelsen lige nu.

FLUK M/K 5 begynder mandag den 7. marts 2011 i København. Forløbet slutter december 2012.

Baggrund:

Som deltager på FLUK M/K opnår du kompetence til at lede i fremtidens fagbevægelse.

Uddannelsen har altså to sigtepunkter:

- At fremme deltagerens karriere og lederegenskaber.
- At fremme ligestilling på arbejdsmarkedet, i samfundet og internt i fagbevægelsen.

Hvad kan du bruge FLUK M/K til?

FLUK M/K er en uddannelse, der giver dig "kønsbriller" på i forhold til dit arbejde og dine (kommende?) ledelsesfunktioner.

FLUK M/K er et forløb, der på længere sigt kan være med til at udvikle fagbevægelsen til en mere rummelig og demokratisk, repræsentativ organisation.

En fagbevægelse, der bliver bedre til at udnytte sine menneskelige og økonomiske ressourcer. I FLUK M/K skaber vi handlemuligheder for, at mangfoldighed bliver normalt.

Du vil kunne bruge FLUK M/K som en del af din karrierestrategi.

Målgruppe:

FLUK M/K henvender sig til tillidsvalgte på arbejdspladser og i fagforeninger.

Der optages så vidt muligt lige mange mænd og kvinder. *I alt max. 20.*

Forudsætninger for deltagelse:

Du skal helst have et par års **erfaring med fagligt/politisk arbejde** og have en grundviden om fagbevægelsens opgaver og om det politiske system.

Du skal desuden have et **grundlæggende kendskab til edb**. Du skal have internetadgang, da en del kommunikation vil foregå elektronisk.

Du skal være indstillet på at arbejde med et **mindre projekt** i løbet af perioden.

Du skal ligeledes være indstillet på **hjemmearbejde** og på indimellem at fremlægge oplæg og analyser.

Der vil være mulighed for at tage en **eksamen** på uddannelsen. En eksamen i "Ledelse i praksis" på akademisk niveau.

Varighed af uddannelsen:

FLUK M/K løber over næsten to år – i alt 46 dage.

Det er oftest 3-dages seminarer og oftest på Metalskolen Jørlunde. Men to af forløbene er ugekurser.

Det ene ugekursus, introduktionskurset, foregår på LO-skolen i Grønland, med særlig fokus på minoriteter/majoriteter, magtformer, ligestilling/uligestilling og maskulinitet i det moderne samfund.

Det andet ugekursus er i sidste semester.

Det foregår i udlandet og har fokus på globaliseringens udfordringer for køn, fagbevægelse og arbejdsmarked.

FIU-nr.: 5207 11 00 37

Yderligere oplysninger:

Susanne Fast Jensen, 3F mail:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Pia Haandbæk, Dansk Metal mail:

pih@danskmetal.dk

tlf. 33 63 23 86

Hvor køn(t) er det at blive senior

Baggrund:

Vi bliver alle ældre og med tiden bliver vi også seniorer, som det så smukt hedder, men er vi alle klar til at blive seniorer?

Hvordan ser det ud, når vi ser på mænd kontra kvinder og på det, at bliver seniorer på arbejdspladsen, er der forskelle i ønsker og behov, og hvordan ser tiden ud, når arbejdspladsen er historie?

Udbytte:

Temadagen vil klæde tillidsrepræsentanterne på, til bedre at kunne se og gennemskue behovet for at være på forkant med en seniorpolitisk dagsorden på arbejdspladsen.

Deltagerne vil få et indblik i rammer, der gør sig gældende for at kunne udforme en god seniorpolitik på arbejdspladsen, på forskellene i kønnenes tilgang hertil og hvordan de kan spille en rolle i at kunne gøre deres kollegaer klar til den tredje alder.

Indhold:

Temadagen vil foregå ved en række faglige oplæg, som klæder deltagerne på videnskæssigt.

Målgruppe:

Målgruppen er tillidsrepræsentanter, der interesserer sig for seniorpolitik på arbejdspladsen og i samfundet.

Tid og sted:

Onsdag den 16. marts kl. 9.30 – 15.30.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 38

Tovholder:

Peter Faarbæk, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

peter.faarbaek@3f.dk

En KØN forhandling

Baggrund:

Når du forhandler, har det betydning, om det er en mand eller en kvinde, du sidder overfor. Det har også betydning, om det er mænd eller kvinders arbejdsforhold, du forhandler om.

Sidst - men ikke mindst - har dit eget køn betydning for, hvordan du bliver mødt og opfattet.

Disse ubevidste mekanismer påvirker kommunikationen. De kan være uhensigtsmæssige for alle parter - og de kan i øvrigt også være uretfærdige.

Bliv bevidst om dem.

Udbytte:

Det er målet med kurset at skærpe din opmærksomhed på kønnets betydning i forhandlingssituationen, samt træne dig i at forhandle objektivt og kunne imødegå forhandlingspartnerens forudindtagethed om mænd og kvinder.

Efter kurset vil du kunne forhandle med større viden og sikkerhed.

Indhold:

- Hvor og hvordan kommer stereotype forestillinger om mænd og kvinder til syne i forhandlingssituationen.
- Faldgruber for dig selv.
- Hvordan slår du igennem i forhandlingssituationen - med objektive kriterier - uanset modpartens eventuelle forudindtagethed.
- Oplæg, træning og forhandlingsøvelser med fokus på sprog, kropssprog og performance.

Du vil få en bog om forhandlingsteknik, der sætter fokus på køn, som du kan have glæde af efter kurset, som oplagsbog.

Målgruppe:

Tillidsvalgte mænd og kvinder.

Tid og sted:

Torsdag den 13. januar kl. 10.00 – 16.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller 3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 11 00 39

Underviser:

Bente Troense, Journalist og tidligere programredaktør på TV2.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan mailes til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

Ligestilling med "mandebriller"!

Baggrund:

Det er formålet med konferencen at klæde tillidsvalgte på til at tage hånd om de muligheder og barrierer, som den moderne mand kan have på arbejdspladsen i forhold til barsel, barns første sygedag, sundhed, psykisk arbejdsmiljø, trivsel, krise, etc.

Desuden vil vi diskutere, om "ligestilling er for kvindedomineret" og søge at afklare behovet for et nyt ligestillingsbegreb, der er mere nuanceret end i dag. Hvordan ser ligestilling ud med mandebriller? Kan vi udvikle et nyt ligestillingsbegreb, som **BÅDE** anerkender kvinders problemer med at slå igennem med løn og topposter **OG** rummer de nye faldgruber for mænd.

Udbytte:

Efter konferencen vil du have forståelse for mænds ligestillingsudfordringer og være i stand til at handle som tillidsvalgt.

Indhold:

- Nye ligestillingsudfordringer for mænd såsom overledighed og manglende uddannelse. Hvordan ser det ud? Hvad kan vi gøre som tillidsvalgte på arbejdspladsen?
- Barrierer i arbejdspladskulturen for mænd, der gerne vil bryde traditionelle kønsroller. Hvordan kan du som tillidsvalgt agere?
- Ligestillingsprojektets kvindedominans. Hvad består det i? Hvordan kan flere mænd komme til? Kan der formuleres et nyt ligestillingsbegreb, som mænd og kvinder kan identificere sig ligeværdigt med? Er "taberdrene" på vej? Myte eller faktum?

Målgruppe:

Mandlige og kvindelige tillids- og sikkerhedsrepræsentanter.

Tid og sted:

Torsdag den 6. oktober kl. 10.00 – 16.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller 3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 11 00 40

Underviser:

Der er oplæg fra to tillidsvalgte, der på egen krop har erfaret, at der er behov for et nyt ligestillingsbegreb. Behov for nye måder at arbejde på, samt to mandeforskere der fremlægger dokumenteret viden.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:
susanne.fast.jensen@3f.dk

Coaching i organisationer med personlig, individuel coaching

- en kompetencegivende uddannelse med fokus på ligestilling og personlig udvikling

Baggrund:

Du får en grundlæggende viden om coaching, herunder hvordan coaching bruges ved problemløsning, kompetenceudvikling, uddelegering af opgaver og kollegial udvikling.

Køn og ligestilling indgår i øvelser på kurset. Du vil desuden få individuel coaching af professionelle erhvervscoaches.

Undervisning og coaching fører frem til din personlige coachstil i dit arbejde.

Udbytte:

Deltagerne opnår viden og kunnen om begrebet coaching og får personlig udvikling til at udvikle en coachstil i sit faglige arbejde.

Kurset inddrager køn og ligestilling i alle øvelser, således at kurset vil give viden om køn og ligestilling som grundlag for coaching.

Kurset er et valgfrit fag på akademiuddannelsen, og der er eksamen i faget "Coaching i organisationer".

Indhold:

- Organisationsforståelse.
- Kompetenceudvikling og læring.
- Ledelseskompetence.
- Kommunikationsteori og -forståelse.
- Coaching som metode og tænkning.
- Et personligt coachingforløb som en del af undervisningen.

Målgruppe:

Tillidsrepræsentanter og andre faglige repræsentanter, som ønsker, at få "papir" på sine kundskaber og få lejlighed til at justere sin rolle som tillidsrepræsentant.



Tid og sted:

Kurset er 4 moduler med 3 dage (internat) og 1 modul af 2 dage (eksternat).

Modul 1: Mandag den 14. februar – onsdag den 16. februar.

Modul 2: Mandag den 14. marts – onsdag den 16. marts.

Modul 3: Mandag den 4. april – onsdag den 6. april.

Modul 4: Mandag den 18. april – onsdag den 20. april.

Modul 5: Tirsdag den 26. april – onsdag den 27. april.
(Projektskrivning hjemme – eksternat).

Modul 6: Torsdag den 12. maj – fredag den 13. maj.
(Eksamen – internat).

*Alle forløb starter kl. 10.00 og slutter kl. 15.00.
(Det er internatkursus – dog ikke modul 5).*

Modul 1 og 2 afholdes på:

HK-skolen i Svendborg.
Hotel Christiansminde,
Christiansmindevej 16, 5700 Svendborg.

Modul 3, 4 og 6 afholdes på:

Metalskolen Jørlunde,
Slagslundevej 13, 3550 Slangerup.

FIU-nr.: 5207 11 00 41

Underviser:

Ekstern underviser fra Køge Handelsskole og individuelle coachingforløb med en erhvervscoach fra konsulentfirmaet Riis&Weiergang - www.riisogweiergang.dk

Tovholder:

Annelise Rasmussen, 3F.
Spørgsmål kan rettes på mail til:
annelise.r@3f.dk

Forandringsprocesser med fokus på ligestilling

- den tillidsvalgte, som aktivt deltager i forandringsprocesser

Baggrund:

Målet er, at du kan anvende værktøjer og metoder, der fremmer forandringsprocesser i relation til dit eget arbejde. Det er intentionen, at du finder en offensiv rolle som en tillidsvalgt med "kønsbriller" på i de forandringsprocesser, der foregår på din arbejdsplads og at du kan tage aktivt del i ændring af organisering og strukturering af arbejdsgange, problembehandlingsprocesser og andre dynamiske processer, så dine kollegaer synes, det giver mening, så de bakker dig op, og det giver holdbare resultater for fællesskabet.

Indhold:

- Du får i hånden en række guides og "Gode råd og fif", der klæder dig på til i praksis at gennemføre små tiltag på din arbejdsplads. Guides og "Gode råd og fif" findes elektronisk, men du får dem også i papirudgaver på kurset. Når du har øje for køn, ligestilling og mangfoldighed, vil det forbedre trivselen for alle på arbejdspladsen, både mænd og kvinder.
- Du får teoretisk viden om forandringsprocesser, og hvordan du kan håndtere forandringen, så det bliver en positiv og energigivende proces, som du og dine kolleger selv har indflydelse på.

Målgruppe:

Tillids- og sikkerhedsrepræsentanter.

Tid og sted:

Mandag den 11. april kl. 10.00 – 17.30.

Tirsdag den 12. april kl. 8.00 – 15.30.

Bor du længere end 60 km væk, kan du sove på hotel i nærheden.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller 3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 11 00 42

Max. 20 deltagere, som optages i den rækkefølge de tilmelder sig.

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F

Spørgsmål kan mailes til:

Susanne.fast.jensen@3f.dk

Mænds sundhed

Baggrund:

Hvert år markeres mænds sundhedsuge i Danmark såvel som internationalt.

Baggrunden herfor er:

- Mænds forventede levetid verden over og i Danmark er unødvendigt lav og alt for mange mænd dør for tidligt af årsager, som kan forebygges.
- Antallet af tilfælde af sygdomme, der er specifikke for mænd (især prostata- og testikelkræft) stiger hurtigt og er særlig høj i Danmark.
- Mænd har en særlig høj rate af selvmord, samtidig med at mænds psykiske problemer synes underbehandlet.
- Mænd lever livet farligt på en række områder - også med hensyn til deres livsstil.
- Mænd er mindre tilbøjelige til at søge lægehjælp tidligt i et sygdomsforløb.

Indhold:

Det internationale tema for mænds sundhedsuge 2011 er endnu ikke fastlagt, og konferencen vil tage sit udgangspunkt i årets tema, som vil blive belyst overordnet for begge køn, og stillet skarpt på, hvorfor mændene skiller sig ud, og hvad der kan gøres for at ændre dette. De tre tidligere års temaer har været arbejdspladsens betydning for mænds sundhed i 2008, mænd og kræft i 2009 og krop og kost i 2010.

Udbytte:

Konferencen vil sammen med alle de øvrige aktiviteter i mænds sundhedsuge være med til at klæde dig på, med en større viden om sundhed, kønsperspektiver i sundheden og særlige problemstillinger omkring mænds sundhed.

Målgruppe:

Målgruppen for konferencen er tillidsvalgte mænd og kvinder med interesse for sundhed på arbejdspladsen og livet i øvrigt.

Tid og sted:

Tirsdag den 14. juni kl. 9.30 – 15.30.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 43

Tovholder:

Peter Hamborg Faarbæk, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail:

peter.faarbaek@3f.dk

Initiativer til forebyggelse af udnyttelse af kvindelig arbejdskraft fra andre lande

Baggrund:

Undersøgelser fra udlandet viser, at udenlandske kvinder i arbejde er mere sårbare og mere udsat for seksuel chikane end kvinder født i landet. Desuden er de mere udsat for at blive snydt og forbigået. Der er næppe nogen grund til at tro, at det samme ikke er tilfældet i DK. Af konkrete erfaringer fra Danmark ved vi fra 3F i Aalborg, som beskæftiger sig med østarbejdere, at der er set eksempler på, at kvinder kun får det halve i løn af mændene indenfor gartnerområdet.

Der er således et behov for, at østeuropæiske kvinder, der kommer lovligt for at arbejde, får en særlig støtte og en særlig information om deres rettigheder, samt om faldgruber i forhold til køn på danske arbejdspladser. På arbejdspladserne er der i den forbindelse et konkret behov for at tillids- og sikkerhedsrepræsentanter er klædt på til at kunne håndtere migrationen af den kvindelige arbejdskraft.

Baggrund:

Formålet er at kvinder med østeuropæisk eller ikke-europæisk baggrund eller kvinder, der migrerer til det danske arbejdsmarked ikke udnyttes eller snydes i de faldgruber, der især er for kvindelige arbejdere.

Målet er, at tillidsvalgte er opmærksomme på, hvor de kønsspecifikke faldgruber er for kvinderne, samt de får redskaber til at mindske risikoen.

Udbytte:

På denne temadag vil vi få mere viden om tendensen til migration af arbejdskraft, med særligt fokus på kvindelige arbejdere, og hvilke særlige problematikker, der er/kan være forbundet med dette for kvinderne:

- Sexchikane.
- Vold.
- Diskrimination.
- Ligeløn og rettigheder.
- Demokrati på arbejdspladsen.
- Arbejdsmiljø og trivsel.
- Ligestilling.

Målgruppe:

Tillids- og sikkerhedsrepræsentanter.

Tid og sted:

Torsdag den 7. april kl. 10.00 – 16.00.

3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

FIU-nr.: 5207 11 00 44

Tovholder:

Anthony Sylvester, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail:

anthony.sylvester@3f.dk

Psykisk arbejdsmiljø i faglærte og ufaglærte job - med kønsbriller

Baggrund:

Med krise, fusioner, omstruktureringer, besparelser, selvledelse og selvstyrende grupper presses det psykiske arbejdsmiljø mere og mere. Mænd og kvinder kan reagere forskelligt på pres, udfordringer og muligheder kan virke forskelligt for de to køn.

Der er brugt megen energi på, at fokusere på de højtuddannedes psykiske arbejdsmiljø og mulighed for udbændthed. På dette kursus fokuserer vi på faglærte og ufaglærte job.

Indhold:

På dette korte, "slanke" og effektive to-dages kursus vil du bl.a. få:

- Viden om begrebet Psykisk Arbejdsmiljø.
- Blive orienteret om de faktorer, der har betydning for det psykiske arbejdsmiljø i almindelighed, og med særlig fokus på mænd og kvinder.
- Du vil få redskaber til at fremme et godt psykisk arbejdsmiljø på din egen arbejdsplads, på baggrund af viden om mænd og kvinders forskellige prioriteringer, ønsker og forudsætninger.
- Du vil lære at indhente relevant information om psykisk arbejdsmiljø, herunder lovgivning, vejledninger og materiale fra f.eks. Arbejdstilsynet, BAR, Videncenter for Arbejdsmiljø og Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø.
- Du bliver i stand til at handle i forhold til at forbedre din egen situation og dine kollegaers situation.

Målgruppe:

Kurset henvender sig især til tillidsvalgte i faglærte og ufaglærte job og funktioner, som har behov for at arbejde med psykisk arbejdsmiljø.

Kurset henvender sig altså **IKKE** til personer med en mellemlang eller videregående uddannelse.

Der udstedes uddannelsesbevis til de deltagere, som efter underviserens vurdering har gennemført uddannelsen med tilfredsstillende resultat.

Tid og sted:

Mandag den 26. september kl. 10.00 –17.30.

Tirsdag den 27. september kl. 8.00 –15.30.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller 3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

Deltagere der bor mere end 60 km væk, har mulighed for at overnatte på hotel i nærheden.

FIU-nr.: 5207 11 00 29

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

Administration af præstationsfremmende lønsystemer – når ligeløn tænkes med

- kurset arbejder med præstationsfremmende lønsystemer, når der sættes fokus på
ligeværd, ligestilling og integration

Baggrund:

Det er vigtigt at kunne gennemskue lønsystemer, når man skal administrere og forhandle disse. Undersøgelser viser, at der er en tendens til, at uligeløn øges, jo mere lokalt forhandlingen foregår.

Der er mange ting man skal være opmærksom på, både teknisk og "socialt".

Udbytte:

På kurset lærer du at administrere belønnings-, bonus- og benefit-ordninger, samt individuelle og valgfrie præstationsfremmende lønsystemer i almindelighed, og således, at køn ikke ubevidst spiller ind på lønnen.

Du vil lære at administrere på baggrund af ligelønslovens intentioner - hvordan en variabel løndel for den enkelte medarbejder kan fastlægges på baggrund af opnåelse af bestemte mål i overensstemmelse med virksomhedens retningslinier.

Du får indsigt i funktionærloven og relevante overenskomster.

Kurset er kort og effektivt.

Målgruppe:

Uddannelsen er tilrettelagt for tillidsvalgte i ufaglærte og faglærte job.

Underviser:

Undervisningen vil blive foretaget af en underviser fra fagbevægelsen i samarbejde med en teoretiker. Underviseren udsteder et uddannelsesbevis til de deltagere, som efter underviserens vurdering har gennemført uddannelsen med tilfredsstillende resultat.

Tid og sted:

Mandag den 24. januar kl. 10.00 –17.30.

Tirsdag den 25. januar kl. 8.00 –15.30.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V. eller
3F, Kampmannsgade 4, 1790 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 11 00 48

Tovholder:

Susanne Fast Jensen, 3F.

Spørgsmål kan rettes på mail til:

susanne.fast.jensen@3f.dk

MAND version 2.011

Baggrund:

De senere år er mænds interesse for ligestilling nærmest eksploderet.

Det er sket i en erkendelse af, at mænd på en lang række områder er væsentligt dårligere stillet end kvinder.

Vidste du f.eks. at:

- Mænd har overdødelighed i alle aldersgrupper, og lever ca. 4 år kortere end kvinder.
- Dobbelt så mange mænd som kvinder begår selvmord, men dobbelt så mange kvinder som mænd behandles for depression.
- Mænd har markant flere arbejdsulykker med varige mén end kvinder, 92 % af alle arbejdsrelaterede dødsulykker i perioden 2002 til 2007 ramte mænd.
- Drengene og mænd mistrives i uddannelsessystemet, og fravælger længerevarende uddannelser.

Vi lever i en dynamisk og foranderlig tid og hvis vi ikke skaber og opretholder gode livsvilkår for os selv og andre, så går det gode liv tabt. Hvis du vil være med til at forme et fremtidigt arbejdsliv og samfund, hvor drenge og mænd trives bedre end i dag, så er denne årligt tilbagevendende begivenhed stedet at starte.

Udbytte:

Konferencen behandler aktuelle emner med fagligt dygtige oplægsholdere og med din deltagelse vil du være med til at præge, hvad ligestillingsdebatten skal omhandle i årene fremover.

Målgruppe:

Konferencen er for mandlige tillidsvalgte, der er organiseret i et LO-forbund.

Tid og sted:

Mandag den 14. november kl. 9.30 – 16.00.

Dansk Metal, Nyropsgade 38, 1780 København V.

Ca. 10 minutters gang fra Hovedbanegården.

FIU-nr.: 5207 11 00 45

Tovholder:

Alex Haurand, Frispark.

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

Spørgsmål kan rettes på mail:

Alex Haurand, Frispark.

alex@haurand.dk

Anne-Lise Nyegaard, Dansk Metal.

aln@danskmetal.dk

Trivselsnetværk der vil noget - for stressvejledere og andre, der sætter fokus på sund trivsel og ligeværd på arbejdspladsen

- tværfagligt netværk for tillids- og sikkerhedsrepræsentanter og andre, der arbejder med trivsel og ligestilling

Baggrund:

Vi har i flere år arbejdet med trivsel og stresshåndtering i fagbevægelsen og løbende uddannet stressvejledere. Deltagerne på kurserne har givet udtryk for et behov for at videreudvikle deres kompetencer og sparre omkring relevante emner og problematikker. Derfor er det vigtigt at sikre et succesfuldt netværk for denne gruppe i fremtiden. Udover stressvejledere har vi har valgt at invitere alle TR, SR og andre, som arbejder for bedre trivsel på arbejdspladsen. Dette sikrer en fælles, lærerig og tryk platform for erfaringsudveksling, hjælp og videreudvikling i hverdagen.

Der vil blive arbejdet med emner som netværksdannelse, ligestilling, stress, fysisk og psykisk vold og andre relevante emner, der med viden og fakta som værktøjer, kan hjælpe til et sundt og givende arbejdsmiljø.

Udbytte:

- Du får viden og værktøjer indenfor emnerne ligestilling, stresshåndtering, vold, chikane og virksomhedernes sociale ansvar CSR.
- Du får mulighed for erfaringsudveksling og netværksdannelse med andre tillidsvalgte på landsplan.
- Du får mulighed for at videreudvikle afspænding og meditation.
- Du får mulighed for at blive coachet personligt af en mastertrained coach og derigennem se nye muligheder og løsninger.

Målgruppe:

Tillids- og sikkerhedsrepræsentanter og andre, der arbejder med miljø.

Tid og sted:

Netværksmøderne afholdes som fyraftensmøder, der afholdes et møde hvert kvartal.

Alle på mandage.

Tilmelding foregår til et netværk og gælder for hele 2011.

Netværket i Fredericia er følgende datoer:

Mandage:

Den 24. januar, 4. april, 5. september, 17. oktober.
Kl. 17.30 – 21.00.

Netværket i Nordsjælland er følgende datoer:

Mandage:

Den 21. februar, 11. april, 12. september, 31. oktober.
Kl. 17.30 – 21.00.

Netværket i Århus er følgende datoer:

Mandage:

Den 7. marts, 2. maj, 19. september, 21. november.
Kl. 17.30 – 21.00.

FIU-nr.: 5207 11 00 15 (Fredericia)

FIU-nr.: 5207 11 00 49 (Nordsjælland)

FIU-nr.: 5207 11 00 11 (Århus)

Coach:

Alex Haurand, www.frispark.com

Sygeplejerske med speciale i psykiatri.

Uddannet stressvejleder.

Leder af Center for Yoga & Meditation, Odense.

23 års erfaring som underviser i yoga, afspænding og meditation.

Coach:

Dorrit Larsen, www.frispark.com

25 års erfaring fra erhvervslivet i salg, ledelse og personaleudvikling.

27 års erfaring i udvikling og afholdelse af kurser i personlig udvikling.

NLP-uddannet.

Master Practitioner i kommunikation og dynamisk formidling.

Leder- og konsulentuddannelsen.

Mastertrained Coach.

Eventuelle spørgsmål kan mailes til **Alex Haurand** og **Dorrit Larsen** på mail:

oplevel@frispark.com

FIU  **KØNSLIGESTILLING**