



Handledning Facklig introduktion Distans

**För medlemmar
och icke medlemmar**

Version 1, den 24 november 2023

LO Facklig introduktion

Innehåll

Kursmål.....	4
Att alltid ha i åtanke.....	5
Ett förslag till upplägg	6
Upplägg med tidsåtgång och mål	6
Körschema	7
01. Praktisk genomgång av tekniken	9
02. Presentation.....	10
03. Vad är facket?	11
04. Fördelning och lön.....	12
05. Den svenska modellen eller en oreglerad arbetsmarknad.....	13
06. Varför facket?	14
07. Medlemskap och avtal	15
08. Fackligt engagemang.....	16
09. Avslutande runda och kursutvärdering.....	17
Förslag på presentationsövningar	18
Förväntningar & förhållningssätt.....	19
Energizers	20
Kulturinslag	21
Andra kurser och fortsatt engagemang.....	22
Reseräkningar och ersättningar.....	23
Utvärdering	24
Avslutning	25
Fel, nya idéer eller något som är konstigt?.....	26

Kursmål

- LOs Fackliga introduktion för medlemmar är en utbildning för medlemmar och icke-medlemmar som ännu inte gått sin första utbildning (en del kan säkert ha gått introutbildningen via webben). Kursens syfte är att ge medlemmarna på arbetsplatserna mer kunskap och nyfikenhet på vad facket är, gör och varför det är bra att vara många som är med.
- Kursen ska vara en levande och flexibel utbildning. Varje utbildning präglas och formas av de människor som deltar. Deltagarnas erfarenheter, kunskaper och behov styr till viss del hur utbildningen utformas. Kursen genomförs av arbetarrörelsens människosyn, samhällssyn och kunskapssyn.
- Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna:
 - *nämna* något kring medlemskapets värde för individen och kollektivet samt skillnaden för medlemmar kontra icke-medlemmar
 - *beskriva* skillnaden mellan en reglerad och en oreglerad arbetsmarknad
 - *beskriva* grundläggande kring den svenska modellen och kan ange skillnaden mellan att rättigheter och skyldigheter regleras i lag eller avtal, ex varför facket i Sverige vill ha vissa saker i kollektivavtal
 - *nämna* vad ett kollektivavtal är och några saker som regleras i avtalen
 - *beskriva* hur en som medlem engagerar sig fackligt och varför det stärker den fackliga organisationen

Förklaring av målen

Det målen beskriver är hur vi skulle kunna se att deltagare uppnått en viss nivå av kunskap, inte något de faktiskt ska göra. Vi tänker oss alltså inte ett läxförhör efter kursen.

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna *nämna* något kring medlemskapets värde för individen och kollektivet samt skillnaden för medlemmar kontra icke-medlemmar

Här handlar det om att deltagarna ska kunna säga något kring medlemskapets värde, inte att hen ska bli fullfjädrad agitator. Men ska kunna nämna något om skillnaden för medlemmar och icke medlemmar.

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna *beskriva* skillnaden mellan en reglerad och en oreglerad arbetsmarknad

Detta mål handlar om att deltagaren ska ha fått kunskap om skillnaderna mellan att arbetar på en arbetsplats med avtal och en arbetsplats utan avtal och något om var i skillnaderna ligger.

LO Facklig introduktion

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna *beskriva* grundläggande kring den svenska modellen och kan ange skillnaden mellan att rättigheter och skyldigheter regleras i lag eller avtal, ex varför facket i Sverige vill ha vissa saker i kollektivavtal

Detta mål handlar om att deltagaren ska ha lite koll på vad som regleras i lag, något om vad som kan öka via att det också regleras i kollektivavtal, men också varför vi tycker att partssamverkan är att föredra i vissa frågor.

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna *nämna* vad ett kollektivavtal är och några saker som regleras i avtalen

Detta mål handlar om att deltagaren ska ha kännedom om att det finns kollektivavtal som reglerar saker på arbetsplatsen, och några av de sakerna som regleras via kollektivavtalet, exempelvis lön, Ob-ersättning, semesterlön etcetera.

Efter genomgången kurs ska deltagaren kunna *beskriva* hur en som medlem engagerar sig fackligt och varför det stärker den fackliga organisationen

Detta mål handlar om att deltagaren ska ha kännedom om vikten av att medlemmarna på något sätt är aktiva medlemmar, om än inte att alla behöver bli förtroendevalda.

Att alltid ha i åtanke

Det är folkbildningens pedagogik vi använder oss av och det har betydelse för både hur vi ser på lärande och på deltagare. Deltagare är olika och har också olika erfarenheter, förutsättningar och behov. Detsamma gäller handledare. Det betyder att kursens metoder kan komma att variera beroende på vem som håller den och vilka deltagarna är.

Folkbildning är fritt och frivilligt och sätter deltagarnas kunskapslängtan och behov i centrum. Det betyder att också mål & syfte måste läsas utifrån det. Kanske har deltagarna redan en hel del av de kunskaper som finns i målen. Eftersom de målen är uppfyllda redan innan kursen kan de delarna av kursen kortas eller helt uteslutas och i stället finns då utrymme för andra behov och förväntningar från deltagarna. Det kan också vara så att deltagarna visserligen inte kan en del av de saker som står i målen men har önskningar om att få jobba med andra saker som är relevanta för kursens övergripande mål och syfte. Då behöver handledarna fundera över om de ska gå deltagarnas kunskapslängtan till mötes.

Att det är folkbildningens pedagogik vi använder betyder dock *inte* att handledarna kan frångå mål & syfte till den grad att det blir en helt annan kurs. Metoderna kan variera från kurs till kurs och beroende på vilka som håller den. Det är mål & syfte som gör det till samma kurs.

Ett förslag till upplägg

Här kommer ett förslag till upplägg för kursen. Utförliga beskrivningar av övningar finns i nästa kapitel. Övningar kan bytas ut men mål och syfte ska ändå kunna nås. Naturligtvis också vara i enlighet med våra värderingar.

Tiden för kursens start och avslut i körschemat är förslag. Om det passar er bättre att börja och sluta på andra tider är det ok så länge kursen har minst samma längd. Utbildningen är minst åtta och max nio timmar.

Rekommendationen för utbildningen är att det är mellan 9 – 28 deltagare, med ett snitt på 22 deltagare. Utbildningen kan genomföras i fysisk form, eller digitalt via webben.

Upplägg med tidsåtgång och mål

Rubrik	Tid	Mål
.01. Praktisk genomgång av tekniken	20 min	Att lösa tekniska problem, få grundläggande kunskap om video- och utbildningsplattformen. Upprop av deltagarna.
02. Presentation	45 min	Få en grundtrygghet i gruppen. Öva på att tala inför grupp.
03. Vad är facket?	60 min	Kan nämna vad ett kollektivavtal är och några saker som regleras i avtalen.
04. Fördelning och lön	60 min	Beskriva hur en som medlem engagerar sig fackligt och varför det stärker den fackliga organisationen.
05. Den svenska modellen eller en oreglerad arbetsmarknad	60 min	Beskriva skillnaden mellan en reglerad och en oreglerad arbetsmarknad.
06. Varför facket	60 min	Kan nämna något kring medlemskapets värde för individen och kollektivet samt skillnaden för medlemmar kontra icke-medlemmar. Kan nämna vad ett kollektivavtal är och några saker som regleras i avtalen.
07. Medlemskap och avtal	60 min	Kan nämna något kring medlemskapets värde för individen och kollektivet samt skillnaden för medlemmar kontra icke-medlemmar.
08. Fackligt engagemang	30 min	Beskriva hur en som medlem engagerar sig fackligt och varför det stärker den fackliga organisationen.
09. Avslutande runda och kursutvärdering	30 min	Återupprepning av utbildningsinnehåll för att deltagarna ska minnas bättre och bearbeta informationen ytterligare. Deltagarna ska sammanfatta utbildningen och göra en helhetsbedömning.



Körschema

Ett förslag till upplägg

Detta schema är till handledarna, ett deltagarschema finns längre fram i handledningen.

Dag 1

08.00	Praktisk genomgång av tekniken
08.20	Presentation
09.00	Vad är facket
10.00	FIKA
10.30	Fördelning och lön
11.30	Den svenska modellen eller en oreglerad arbetsmarknad
12.00	LUNCH
13.00	Varför facket
14.00	Medlemskap och avtal
15.00	FIKA
15.30	Fackligt engagemang
16.00	Avslutande runda och kursutvärdering

Program Facklig introduktion

Start 08.00
Praktisk genomgång av tekniken Presentation Vad är facket Fördelning och lön
Lunch 12.00 – 13.00
Den svenska modellen eller en oreglerad arbetsmarknad Varför facket Medlemskap och avtal Fackligt engagemang Avslutande runda och kursutvärdering
Slut för dagen 16.00



01. Praktisk genomgång av tekniken

Mål

- Att lösa tekniska problem, få grundläggande kunskap om video- och utbildningsplattformen.
- Upprop av deltagarna

Förberedelser

- Två handledare är önskvärt.
- Bestäm på förhand vem av er som ska agera teknisk support om behovet uppstår.
- Ha deltagarlistan tillgänglig.

Tid

20 minuter

Genomförande

1. Anslut till mötet i god tid före utbildningsstart.
2. Hälsa deltagarna välkomna vartefter de ansluter till mötet.
3. Presentera kort er själva och stäm av deltagarlistan genom ett upprop.
4. Kontrollera samtidigt att de uppropade inte har några problem med ljud- eller videoanslutningen. Om någon har tekniska problem kan den ena handledaren hjälpa till med felsökning medan den andra fortsätter uppropet.
5. Dela din skärm och visa hur videomötesplattformen fungerar genom att gå igenom funktioner, så som:
 - a) Slå av och på mikrofonen.
 - b) Hur chatten fungerar och var den finns.
 - c) Hur man delar skärm.
 - d) Hur man ändrar vy för att se alla deltagare i det digitala mötet.
 - e) Hur man gör för att ringa in med telefon om det uppstår tekniska problem med anslutningen.
6. Visa funktionerna i er lärplattform.
7. Visa hur gruppövningar är tänkta att fungera och hur deltagarna ska skicka in sina uppgifter.
8. Visa hur presentationsövningen och er digitala whiteboard fungerar.
9. Ta kort upp 6,7 §§ Förtroendemannalagen och studieledighetslagen och vad som gäller.

02. Presentation

Mål

- Få en grundtrygghet i gruppen.
- Öva på att tala inför grupp.

Förberedelser

- Förbered mindre grupper i mötesplattformen ni använder.
- Bekanta dig med plattformen, olika plattformar kan ha olika funktioner.
- Lägg in förberedda frågor som du tycker är bra att ha med i en presentation, antingen i chatten eller dela en presentation med dessa.

Tid

30–60 minuter (beroende på gruppens storlek)

Genomförande

1. Instruera deltagarna att dessa kommer att i mindre grupper presentera sig för varandra, ge exempel på saker som kan vara kul att berätta för varandra, lägg dessa exempel i chatten på mötesplattformen om du vill.
2. Skicka ut deltagarna i de förberedda rummen, informera om att det ska ta runt 20 min.
3. ”Gå ett varv” i grupprummen för att se till att alla känner att dom har hunnit klart.
4. När alla grupper är tillbaka instruera att ni ska köra en kortare presentation i storgrupp, där varje person ska berätta lite kort om var man jobbar och om man vill vad man gör på fritiden.

03. Vad är facket?

Mål

- Beskriva hur en som medlem engagerar sig fackligt och varför det stärker den fackliga organisationen.

Förberedelser

- Dela upp deltagarna i lämpliga smågrupper och förbereddigitala grupprum.
- Inläsning på anteckningarna i presentationen.
- Lägg upp presentationen och bilagorna på lärplattformen.
- Dela ut frågorna i bilagan till deltagarna på lämpligt sätt.
- Lägg upp länken till videoföreläsningen på lärplattformen.
- Kontrollera att ljud och bild i videoföreläsningen fungerar som det ska för alla.

Tid

60 minuter

Bilagor

- Presentation "Presentation – Introduktionsutbildning"
- Textdokument "Frågor – Vad är facket"
- Videoföreläsning "Vad är ett kollektivavtal"
Länk till video: <https://vimeo.com/817251883/06ff2c0e5d> (01:55)

Genomförande

1. Starta presentationen och genomför föreläsning enligt talarmanus som du hittar i anteckningar inne i presentationen.
2. Be deltagarna att innan dom börjar diskutera titta på videoföreläsningen "Vad är ett kollektivavtal" eller dela skärm och visa innan diskussionerna drar i gång.
3. Låt deltagarna diskutera frågorna i slutet i smågrupper.
4. När alla grupper är klara redovisar de vad de kommit fram till i storgrupp.
5. Öppna upp för diskussion, frågor och synpunkter när alla grupper har redovisat.

04. Fördelning och lön

Mål

- Kan nämna vad ett kollektivavtal är och några saker som regleras i avtalen.

Förberedelser

- Dela upp deltagarna i lämpliga smågrupper och förbereddigitala grupprum.
- Inläsning på anteckningarna i presentationen.
- Lägg upp presentationen och bilagorna på lärplattformen.
- Dela ut frågorna i bilagan till deltagarna på lämpligt sätt.
- Kontrollera att ljud och bild i videoföreläsningen fungerar som det ska för alla.

Tid

60 minuter

Bilagor

- Presentation "Presentation - Introduktionsutbildning"
- Textdokument "Frågor - Fördelning och lön"

Genomförande

1. Starta presentationen och genomför föreläsning enligt talarmanus som du hittar i anteckningar inne i presentationen.
2. Låt deltagarna diskutera frågorna i slutet i smågrupper.
3. När alla grupper är klara redovisar de vad de kommit fram till i storgrupp.
4. Öppna upp för diskussion, frågor och synpunkter när alla grupper har redovisat.

05. Den svenska modellen eller en oreglerad arbetsmarknad

Mål

- Beskriva skillnaden mellan en reglerad och en oreglerad arbetsmarknad.

Förberedelser

- Dela upp deltagarna i lämpliga smågrupper och förbereddigitala grupprum.
- Inläsning på anteckningarna i presentationen.
- Lägg upp presentationen och bilagorna på lärplattformen.
- Dela ut frågorna i bilagan till deltagarna på lämpligt sätt.

Tid

60 minuter

Bilagor

- Presentation “Presentation – Introduktionsutbildning”
- Textdokument “Frågor – Den svenska modellen eller en oreglerad arbetsmarknad”

Genomförande

1. Starta presentationen och genomför föreläsning enligt talarmanus som du hittar i anteckningar inne i presentationen.
2. Dela ut frågorna till deltagarna.
3. Låt deltagarna diskutera frågorna i smågrupperna.
4. När alla grupper är klara redovisar de vad de kommit fram till i storgrupp.
5. Öppna upp för diskussion, frågor och synpunkter när alla grupper har redovisat.

06. Varför facket?

Mål

- Kan nämna något kring medlemskapets värde för individen och kollektivet samt skillnaden för medlemmar kontra icke-medlemmar.
- Kan nämna vad ett kollektivavtal är och några saker som regleras i avtalen.

Förberedelser

- Dela upp deltagarna i lämpliga smågrupper och förbered digitala grupprum.
- Lägga upp länken till poddavsnittet på lärplattformen.
- Kontrollera att ljudet i poddavsnittet fungerar som det ska för alla.
- Lägga upp eventuella övriga bilagor på lärplattformen.

Tid

60 minuter

Bilagor

- Poddavsnitt "Varför facket?"

Genomförande

1. Bestäm en tid för återsamling i den stora gruppen, läggs med fördel i anslutning till lunch.
2. Be deltagarna enskilt lyssna på poddavsnittet, uppmana deltagarna att gå en promenad utomhus under tiden.
3. Återsamla gruppen för diskussion, frågor och synpunkter när alla har lyssnat klart.

07. Medlemskap och avtal

Mål

- Kan nämna något kring medlemskapets värde för individen och kollektivet samt skillnaden för medlemmar kontra icke-medlemmar.

Förberedelser

- Dela upp deltagarna i lämpliga smågrupper och förbereddigitala grupprum.
- Inläsning på anteckningarna i presentationen.
- Lägg upp presentationen och bilagorna på lärplattformen.
- Dela ut frågorna i bilagan till deltagarna på lämpligt sätt.
- Lägg upp länken till videoföreläsningen på lärplattformen.
- Kontrollera att ljud och bild i videoföreläsningen fungerar som det ska för alla.

Tid

60 minuter

Bilagor

- Presentation "Presentation – Introduktionsutbildning"
- Textdokument "Frågor – Medlemskap och avtal"
- Videoföreläsning "Varför gå med i facket?"
Länk till video: <https://vimeo.com/817293158/6cfded2657> (02:33)

Genomförande

1. Starta presentationen och genomför föreläsning enligt talarmanus som du hittar i anteckningar inne i presentationen.
2. Be deltagarna att innan dom börjar diskutera titta på videoföreläsningen "Varför gå med i facket?" eller dela skärm och visa innan diskussionerna drar i gång.
3. Låt deltagarna diskutera frågorna i slutet i smågrupper.
4. När alla grupper är klara redovisar de vad de kommit fram till i storgrupp.
5. Öppna upp för diskussion, frågor och synpunkter när alla grupper har redovisat.

08. Fackligt engagemang

Mål

- Beskriva hur en som medlem engagerar sig fackligt och varför det stärker den fackliga organisationen.

Förberedelser

- Dela upp deltagarna i lämpliga smågrupper och förbereddigitala grupprum.
- Inläsning på anteckningarna i presentationen.
- Lägg upp presentationen och bilagorna på lärplattformen.

Tid

30 minuter

Bilagor

- Presentation "Presentation – Introduktionsutbildning"

Genomförande

1. Starta presentationen och genomför föreläsning enligt talarmanus som du hittar i anteckningar inne i presentationen.
2. Öppna upp för diskussion, frågor och synpunkter.

09. Avslutande runda och kursutvärdering

Mål

- Återupprepning av utbildningsinnehåll för att deltagarna ska minnas bättre och bearbeta informationen ytterligare.
- Deltagarna ska sammanfatta utbildningen och göra en helhetsbedömning.

Förberedelser

- Dela upp deltagarna i lämpliga smågrupper och förbereddigitala grupprum.
- Förbered en digital whiteboard per grupp som deltagarna får arbeta i gemensamt, se exempel i bilaga.
- Dela ut länkarna till grupprummen och whiteboard till deltagarna på lämpligt sätt.

Tid

30 minuter

Bilagor

- Bilder ”Bild 1–2”

Genomförande

1. Beskriv att uppgiften går ut på att de ska försöka minnas vad vi gjort under dagen, bestäm tid för återsamling
2. Förklara att varje grupp ska fylla i de tomma lapparna på sin whiteboard, se exempel på färdigt resultat i bilagan.
3. När alla grupper är klara redovisar de vad de kommit fram till i storgrupp.
4. När dagens tidslinje är komplett kör ni en runda där varje deltagare ska säga något om dagen, med eller utan styrning. Exempel:
 - a. Lämna det helt öppet och låt deltagarna säga vad de vill.
 - b. Låt deltagarna välja det bästa under dagen.
 - c. Låt deltagarna beskriva vad de kommer ha mest nytta av.
 - d. Låt deltagarna berätta vad de är nyfikna på att lära sig ännu mer om i framtiden.

Förslag på presentationsövningar

Några förslag på presentationsövningar som du kan använda dig av. Har du en annan som du tycker är bättre? Kör på den i stället!

Mål

Att få deltagarna att börja prata, att de får lära känna varandra och att de kan börja skapa kontaktnät.

Här följer beskrivning på tre olika presentationsövningar. Använd en av dem eller någon annan om du gillar andra varianter bättre. Det är målet, inte metoden som är det viktiga.

Beskrivning - vem är du

Skriv upp några saker på tavlan som du vill att deltagarna ska berätta om sig själva. Det kan vara: namn, arbetsplats, hur många som arbetar där, hur många som är medlemmar, förbundsstillhörighet, arbetsort, förtroendeuppdrag. Eftersom detta är en utbildning för förtroendevalda så kan det vara av vikt att nämna att de inte behöver berätta om alla sina uppdrag, eftersom en del har väldigt många uppdrag. Avsluta med frågan – ”Vad är facket för dig?”

Fem kort/appar/medlemsorganisationer

Be deltagarna säga sitt namn, arbetsplats och utöver det beskriva sin person genom att visa och berätta om fem av sina kort (från plånbok/väska) som beskriver dem, eller med hjälp av fem appar i telefonen, eller fem organisationer/föreningar där deltagarna är medlemmar, och som beskriver/representerar/utmärker dem som person. Detta kan vara tre kort/appar/föreningar om det ska gå lite snabbare, men det ger en bredare bild med hjälp av fem.

Nyfiken

Varje individ ska fundera ut en fråga, som alla i gruppen (helgrupp eller mindre grupper) skall besvara. Även personen som kommer på frågan ska alltså själv ge ett svar. Frågorna kan handla om vad som helst, men gärna något roligt, klurigt och ovanligt. *Välj något annat än fackförbund, ålder, bostadsort, uppdrag osv.* (De frågorna kan ni köra en runda på ändå, om ni skulle vilja).

Det kan handla om ämnen som ”min musiksmak”, ”mitt onödige köp” till ”min senast lästa bok” till ”ett ämne som berör mig”.

Deltagarna går sedan laget runt och svarar på varandras frågor.

Tid

Cirka 20 minuter

Förväntningar & förhållningssätt

Ett förslag på hur man kan gå igenom de förväntningar deltagarna har.

Mål

Att ge både deltagare och handledare en bild av vad kursen kommer att innehålla. Om förväntningarna absolut inte passar med kursinnehållet, hänvisa till en annan kurs där förväntningarna lättare kan uppfyllas.

Vad

En övning om deltagarnas förväntningar på utbildningen samt diskussion i storgrupp om förhållningssätt. Glöm inte att anteckna det som sägs.

Tid

Cirka 15 minuter

Hur

Ge deltagarna möjlighet att fundera över sina förväntningar på utbildningen. Gå laget runt och be deltagarna att berätta om sina förväntningar.

I de fall förväntningarna inte passar in i utbildningen, kan ni prata om hur den förväntningen kan uppfyllas, exempelvis genom andra utbildningar.

Jobba med förväntningarna kontinuerligt under utbildningen genom att ni regelbundet stämmer av mot dessa förväntningar. Vid avslutningen görs lämpligen en storgruppsdiskussion där de förväntningar som gruppen anser sig ha fått uppfyllda bockas av.

Förväntningarna kan ni genomföra analogt i grupp eller via något digitalt verktyg, exempelvis forms.

Avsluta passet med att gå igenom det förhållningssätt ni vill ha under kursens gång. Ni behöver inte köra något grupparbete på denna punkt, men ge gärna deltagarna en minut att tänka kring vad de själva tycker är bra.

Det kan vara exempelvis hur man ska prata (rakt ut eller räcka upp handen), mobiler, pauser, hur man ska göra om man inte håller med någon (snälltolka), att det är ok att ”provprata”. OBS att provprata innebär att man testat en tanke, inte att man får säga precis vad som helst och skylla på provpratande.

En P-ruta på ett blädderblock är också bra att ha, där kan ni parkera (skriva upp) de frågor som dyker upp men som ni behöver spara till senare eller ta reda på under kursen.

Energizers

Några förslag på energizers att använda för att öka koncentration och blodcirkulation.

Mål

Att ge både deltagare och handledare ett litet avbrott för att öka koncentrationen och blodcirkulationen. Rörelse, så lite som i tre-fyra minuter hjälper deltagare (och handledare) att skapa bättre koncentration.

Vad

En pausövning i storgrupp

Tid

5 minuter per övning

Hur

Nedan finns några förslag på energizers att genomföra. Det finns tid för energizers i programmet, men även om det inte finns är det viktigt att ha ett avbrott för rörelse. Vill man inte genomföra energizers, ge deltagaren en uppgift att genomföra via "walk and talk", eller genom att deltagarna får ta en kort promenad själva och samtidigt tänka på en fråga eller lyssna på ett Youtube-klipp.

Charlie Björn

Visa filmen, på länken nedan, i storgrupp. Dansa i takt med Charlie Bear via <https://youtu.be/QJHPuv3Z3qI>

Höger och vänster hjärnhalva

1. Be deltagarna att göra cirklar rakt fram i luften med båda armarna.
2. Be deltagarna att göra cirklar åt olika håll med armarna.
3. Be deltagarna att med höger arm göra en cirkel och med vänster arm göra en åtta.
4. Be deltagarna att med höger arm göra en cirkel och med vänster fot göra en åtta.
5. Be deltagarna skriva sitt namn i luften med höger arm
6. Be deltagarna att med vänster arm göra en cirkel och med höger arm skriva sitt namn i luften

Följa John

1. Be alla deltagare ställa sig upp
2. Du som ledare börjar att göra en rörelse som de andra ska följa.
3. Be den som är på din vänstra sida att göra en annan rörelse, nu ska alla följa den rörelsen. Fortsätt tills alla i gruppen fått välja rörelser åt de andra.

Blodcirkulationsboost

1. Be alla ställa sig upp.
2. Be alla att slå (med samma styrka och fart som när man klappar händerna) med handflatorna på fötterna, fortsätt att slå upp på smalbenen, knäna, låren, magen, bröstet och till sist huvudet.

Kulturinslag

Ett förslag på hur man kan använda sig av kulturinslag i en utbildning.

Mål

Att ge deltagarna en upplevelse för själen, gärna kopplad till någon form av arbetarkultur.

Vad

Vi som arbetar med våra kroppar, bildspel och frågor.

Tid

Cirka 15 minuter

Hur

Inled med att berätta om utställningen. Det finns information om den både via ABFs hemsida samt via ROT-produktion (de som gjort utställningen).

Två miljoner människor i Sverige har ett kroppsarbete.
Om inte kroppsarbetarna går till jobbet stannar Sverige.

Sällan syns och hörs människor som arbetar med sina kroppar i dagens medier, i nyhetsflödet, på museer, i våra gemensamma offentliga rum.

Titta på bildspelet (filmen) och diskutera med deltagarna om vilka tankar och känslor som väcks när de ser den. Något som de känner igen? Något som förvånar dem? Något som upprör?

Länk till bildspelet(filmen): <https://youtu.be/7DNtFnwwU-g> Om länken inte fungerar, sök på ”vi som arbetar med våra kroppar – bildspel” på youtube.

Vi som arbetar med våra kroppar är ett dokumentärt konstprojekt av Annica Carlsson Bergdahl och fotograf Elisabeth Ohlson i samarbete med Läns museet Gävleborg och med stöd av ABF, LO, Arbetarrörelsens kulturfond och Västra Götalandsregionen.

Andra kurser och fortsatt engagemang

*Visa deltagarna var de kan skaffa sig mer kunskap och hur de kan engagera sig.
Värva deltagare till kurser och öka deltagarnas engagemang.*

Mål

Att deltagarna ska få kännedom om vilka andra utbildningar som finns i det fall de vill vidareutbilda sig inom något område.

Vad

Visa deltagarna var de kan skaffa sig mer kunskap och hur de kan engagera sig.
Värva deltagare till kurser och öka deltagarnas engagemang. Koppla gärna detta till förväntningarna om det var någon utbildning där som passade det deltagarna hade för förväntning på denna utbildning.

Tid

10 minuter

Hur

Visa exempel på några utbildningar som kan vara aktuella för deltagarna.

Exempel på utbildningar beror lite på deras förkunskaper, uppdrag och intressen.
Du kan utgå från lokala utbildningar men också LOs centrala utbildningar via kunskapssystemet.

De lokala utbildningarna, exempelvis vald på jobbet, utbildningar rörande lagar och avtal, samtalsutbildningar kan finnas i distriktet eller via det egna förbundet.
Många kurser finns på sidan Fackliga utbildningar för dig (LO)
https://www.lo.se/start/det_gor_lo/facklig_utbildning/fackliga_utbildningar_for_dig

Exempel på centrala utbildningar via kunskapssystemet är insikter, jämlikhetsakademien, retorik, ung ledare etcetera. Du hittar LOs centrala utbildningar via www.lo.se → Det gör LO → Facklig utbildning → LOs centrala kurskatalog

Prata om att deltagarnas förbund också har egna specifika kurser, inte bara LO.
(Även om tvärfackligheten är av vikt där det är möjligt att genomföra den)

Reseräkningar och ersättningar

Mål

Att deltagarna ska få ersättning för de dagar de varit på utbildning

Vad

Ifyllnad av kursredovisningsblankett

Tid

15 minuter

Hur

Alla deltagare ska fylla i LOs blankett för att få ersättning för kursdagarna. Dessa blanketter, samt svarskuvert, har LO-distriktet fått skickade till sig av LO centralt. Alla deltagare som vill ha ersättning för utbildningsdagarna ska fylla i en sådan blankett, och den ska skickas in till Bantorget Redovisning. Blanketterna finns också digitalt i distriktets sharepoint.

Deltagarna ersätts med utbildningsarvode samt eventuella resekostnader. De som tjänar mer än utbildningsarvodet får förlorad arbetsförtjänst mot uppvisande av intyg från arbetsgivaren.

Kursdeltagaren ansvarar själv för att skicka in underskriven uppdragsredovisning till Bantorget Redovisning. Det går inte att skanna blanketten och skicka in för Bantorget Redovisning måste, enligt bokföringslagen, ha originalen.

Kursledaren ansvarar för att, vid digitala kurser, vidimera deltagarnas närvaro. Vid fysiska kurser kvitterar respektive deltagare sin närvaro och kursledaren skriver under.

Bantorget Redovisning betalar ut ersättningen till deltagarna. Kommer ofullständiga blanketter in återkopplar Bantorget Redovisning till deltagaren och begär eventuella rättelser eller kompletteringar.

LO Facklig introduktion

Utvärdering

Utvärdering av utbildningen

Mål

Att deltagarna ska kunna utvärdera kursinnehållet både för att de ska tänka till om hur det varit, och för att ge handledare och LO en chans att utveckla kursen.

Vad

Ifyllnad av utvärderingsblankett

Tid

10 minuter

Hur

Deltagarna kommer att få utvärderingen skickad till sig via e-post under eftermiddagen den sista dagen. Det är bra om ni avsätter tid till den även om inte alla deltagare kanske har sin e-post via sin mobiltelefon.

Utvärderingen är inte en betygsättning av hur de som deltagare klarat kursen, utan handlar om att se ifall kursupplägget fungerat.

Varje distrikt kan se det egna distriktets utvärderingar. Be dem att få se sammanställningen av just den utbildningen du genomfört så att du som handledare får veta hur deltagarna uppfattade kursen och innehållet.

Avslutning

Avslutningsrunda för att få alla deltagare att reflektera kring den utbildning de just gått

Mål

Att deltagarna ska få en gemensam avslutning på ett bra sätt, och lämna utbildningen med en känsla av att "allt är möjligt".

Vad

Avslutande övning för att deltagarna ska lämna med en positiv känsla.

Tid

5 min

Hur

Det finns olika sätt att avsluta en utbildning. Vanligtvis genom en övning där man låter deltagarna gå laget runt och säga något. Exempel på avslutningsrunda:

- deltagarna får säga något kort om hur de ser på ordet makt NU, jämfört med första dagen när ni inledde "makt som begrepp"-passet.
- deltagarna får säga ett ord eller en mening som beskriver deras känsla efter utbildningen
- deltagarna får säga något de tar med sig från utbildningen
- deltagarna får berätta om vad de tar tillbaka till arbetsplatsen från utbildningen
- deltagarna får berätta kort om en känsla de har just nu.
- deltagarna får berätta kort om en förhoppning de har inför framtiden
- deltagarna får berätta med 1–3 ord något de lärt sig under de här dagarna.

Tacka deltagarna för kursen!

Fel, nya idéer eller något som är konstigt?

En utbildning är inte bättre än den svagaste länk. Utbildningen ska leva och uppdateras. Har du förslag på övningar, filmer, extramaterial eller något annat?

Finns det fel eller står det något som är obegripligt?

Hör i sådana fall av dig till LOs organisationsenhet. Malin Hammarström ansvarar för utbildningen, och hon nås på malin.hammarstrom@lo.se.

På så sätt kan vi hålla handledningen aktuell och användbar. Fler övningar och metoder ger handledarna i landet större möjligheter att sätta samman en bra, rolig och intressant kurs som ger deltagarna de bästa förutsättningarna att nå målen.