



# UTBILDNINGSKATALOG 2025

TVÄRFACKLIGA STUDIER | SYDÖSTRA SVERIGE





## > Du gör skillnad!

I den här studiekatalogen har vi sammanställt alla tvärfackliga utbildningar som vi planerar att genomföra under 2025.

Vi har ökat antalet utbildningar och antalet deltagare flera år i rad. Det är mycket bra. Välutbildade medlemmar är grunden för en stark fackföreningsrörelse. Vår kollektiva styrka kan avläsas i hur väl vi lyckas med de fackliga studierna. Det är därför som du är så viktig som håller den här katalogen i din hand. Både du som rekryterar till fackliga studier och du som tänker gå en facklig utbildning.

Du vet väl att du har rätt till ledigt för fackliga studier? Din ledighet regleras i studieledighetslagen och ansökan ska göras till arbetsgivaren senast 14 dagar innan utbildningen startar. Vi rekommenderar att du anmäler det till arbetsgivaren samtidigt som du anmäler dig till kursen genom din fackliga organisation.

Kunskap är lätt att bära och med den kan vi förändra världen. Första steget kan vara att förändra arbetsplatsen.

Välkomna till ett nytt år med tvärfackliga studier!



## > Kontaktuppgifter

Här finner du adresser till respektive ABF-distrikt och Ädelfors Folkhögskola, samt till LO-distriktet.

### **ABF Blekinge län**

Box 192  
372 22 Ronneby  
0457-171 77  
anmalan.blekinge@abf.se

### **ABF Gotland**

Stenhuggarvägen 6  
621 53 Visby  
0498-20 37 50  
info.gotland@abf.se

### **ABF Jönköpings län**

Västra Storgatan 12  
553 15 Jönköping  
0363-061 80  
anmalan.jonkopingslan@abf.se

### **ABF Kalmar län**

Öselvägen 1  
393 56 Kalmar  
010-405 42 99  
info.kalmar.lan@abf.se

### **ABF Kronoberg**

Bergagatan 12  
341 43 Ljungby  
0372-126 46  
info.kronoberg@abf.se

### **LO-distriktet i Sydöstra Sverige**

Liedbergsgatan 6  
352 31 Växjö  
0470-100 70  
lo-sydostrasverige@lo.se

### **Ädelfors folkhögskola**

Kunskapens väg 3  
574 53 Holsbybrunn  
0383-57 100  
bokning@adelfors.nu

## > Innehåll

Medlemsutbildningar.....	5
Funktionsutbildningar .....	16
Arbetsmiljöutbildningar.....	26
Temautbildningar .....	40
Utbildning i Medlemsförsäkringar.....	43
Insikter .....	44
Fackliga utbildningar på nätet.....	47
Fakta om tvärfackliga utbildningar .....	48
Anmälan .....	48
Ledighet .....	48
Ersättningar vid fackliga studier .....	49
Kostnader.....	49
Till dig som studieorganisatör .....	50
Förtroendemannalagen.....	52
Studieledighetslagen .....	53
Studieguiden .....	55
<b>Blanketter</b>	
Anmälan till ABF	
> Tvärfackliga medlemsutbildningar	
> Pedagogisk grundutbildning för fackliga handledare	
Betalningsbekräftelse av arbetsgivare för:	
> Arbetsmiljöutbildningar som hålls av ABF	
Betalningsbekräftelse av arbetsgivare för:	
> Arbetsmiljöutbildningar som hålls av Ädelfors Folkhögskola	



Scanna QR-koden för att komma till vår digitala utbildningskatalog





# > Medlemsutbildningar

## Facklig introduktion på ukrainska

**Målgrupp:** Alla som vill veta mer om facket.

**Innehåll:** Syftet med facklig introduktionsutbildning är bland annat att öka kunskapen och förståelsen för fackets roll, samt väcka intresse för fackliga frågor. Utbildningen handlar om arbetsplatsen och tar upp följande saker på en grundläggande nivå:

- › Kollektivavtalet som begrepp och idé, parterna på arbetsplatsen och de fackliga verktygen för påverkan
- › Lagar som rör arbetsvillkoren och anställningen på arbetsplatsen
- › Diskriminering i arbetslivet ur olika perspektiv

**Kurslängd:** 8 timmar fördelat på en heldag.

**Ekonomi:** Du som deltagare får ett fackligt stipendium efter avslutad kurs. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
10/3*	Digital	ABF Kalmar län	10/2
15/9*	Digital	ABF Kalmar län	18/8

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

**OBS!**

De tidigare utbildningarna Medlem i facket och Om facket har slagits samman och heter nu Om Facket.

# Om Facket

**Målgrupp:** Alla medlemmar.

**Innehåll:** Alla medlemmar har rätt till en facklig grundutbildning. Stora delar av våra liv utspelar sig på arbetsplatsen, en plats där vi har både rättigheter och skyldigheter. Det handlar om lön och villkor, men också om demokrati och inflytande. Ytterst handlar det om makt och människovärde.

Kursen tar upp lagar och avtal som påverkar vår arbetsdag. Det kan handla om exempelvis Arbetsmiljölagen, Arbetstidslagen eller Lagen om anställningsskydd. Men det kanske viktigaste under kursen är att titta på det som faktiskt påverkar våra löner och villkor, Kollektivavtalet. Fackföreningsrörelsen är en demokratisk medlemsorganisation och under kursen kommer du att lära hur facket är uppbyggt samt hur vi som medlemmar kan påverka både facket och arbetsplatsen. Vi kommer också titta på hur svensk fackföreningsrörelse en gång i tiden startades. Till detta läggs alla nya människor du kommer att möta både från ditt och andra LO-förbund.

Om Facket ger kunskap om den fackliga idén som bygger på det fackliga löftet:

## DET FACKLIGA LÖFTET

**”Vi lovar och försäkrar att aldrig någonsin under några omständigheter arbeta på sämre villkor eller lägre lön än det vi nu lovat varandra. Vi lovar varandra detta i den djupaste insikten om att om vi alla håller detta löfte så måste arbetsgivaren uppfylla våra krav.”**

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar. (Externat, så ej övernattnig.)

**Ekonomi:** Du som deltagare får ett fackligt stipendium efter avslutad kurs. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.



## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
27-29/1	Nybro	ABF Kalmar län	20/12-24
3-5/3	Hultsfred	ABF Kalmar län	3/2
3-5/3**	Kalmar	ABF Kalmar län	3/2
17-19/3	Kalmar	ABF Kalmar län	17/2
22-24/4	Västervik	ABF Kalmar län	25/3
5-7/5	Kalmar	ABF Kalmar län	7/4
8-10/9**	Oskarshamn	ABF Kalmar län	11/8
22-24/9	Nybro	ABF Kalmar län	25/8
6-8/10	Oskarshamn	ABF Kalmar län	8/9
13-15/10	Kalmar	ABF Kalmar län	15/9
20-22/10	Vimmerby	ABF Kalmar län	22/9
17-19/11	Oskarshamn	ABF Kalmar län	20/10
1-3/12*	Digital	ABF Kalmar län	3/11
10-12/2	Hovmantorp	ABF Kronoberg	13/1
24-26/2	Markaryd	ABF Kronoberg	27/1
3-5/3**	Växjö	ABF Kronoberg	3/2
17-19/3	Ljungby	ABF Kronoberg	17/2
14-16/4	Älmhult	ABF Kronoberg	17/3
12-14/5	Markaryd	ABF Kronoberg	14/4
12-14/5	Ljungby	ABF Kronoberg	14/4
9-11/6	Alvesta	ABF Kronoberg	12/5
9-11/6	Tingsryd	ABF Kronoberg	12/5
8-10/9	Ljungby	ABF Kronoberg	11/8
6-8/10	Markaryd	ABF Kronoberg	8/9
13-15/10**	Växjö	ABF Kronoberg	15/9
3-5/11	Växjö	ABF Kronoberg	6/10
15-17/12	Tingsryd	ABF Kronoberg	17/11
19-21/3	Ronneby	ABF Blekinge län	17/2
19-21/3**	Ronneby	ABF Blekinge län	17/2
22-24/10	Ronneby	ABF Blekinge län	22/9
22-24/10**	Ronneby	ABF Blekinge län	22/9
3, 10, 17/2	Jönköping	ABF Jönköpings län	3/1
3, 10, 17/2**	Jönköping	ABF Jönköpings län	3/1
10-12/3	Nässjö	ABF Jönköpings län	7/2
22-24/4	Gislaved	ABF Jönköpings län	21/3
8, 15, 22/5	Värnamo	ABF Jönköpings län	4/4
9-11/9**	Jönköping	ABF Jönköpings län	8/8
6, 13, 20/10	Värnamo	ABF Jönköpings län	5/9
20-22/10	Eksjö	ABF Jönköpings län	19/9
27/10, 3, 10/11	Jönköping	ABF Jönköpings län	26/9
4-6/11	Nässjö	ABF Jönköpings län	3/10
7-9/4	Visby	ABF Gotland	10/3
9-11/9	Visby	ABF Gotland	12/8

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

\*\* För deltagare under 30 år.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



” Ensam är  
inte stark  
och med  
kunskap  
kan vi  
förändra  
allt!



**OBS!**

De tidigare utbildningarna Medlem i facket och Om facket har slagits samman och heter nu Om Facket.

# Om Facket på arabiska

**Målgrupp:** Alla medlemmar.

**Innehåll:** Samma innehåll som Om Facket, se sida 6.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Du som deltagare får ett fackligt stipendium efter avslutad kurs. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
22-24/1*	Digital	ABF Kalmar län	20/12-24
19-21/2*	Digital	ABF Kalmar län	3/2
12-14/5*	Digital	ABF Kalmar län	17/2
11-13/6*	Digital	ABF Kalmar län	24/3
30/6-2/7*	Digital	ABF Kalmar län	7/4
27-29/8*	Digital	ABF Kalmar län	25/8
8-10/10*	Digital	ABF Kalmar län	8/9
17-19/11*	Digital	ABF Kalmar län	15/9
11-13/3	Åseda	ABF Kronoberg	11/2
22-24/9	Växjö	ABF Kronoberg	25/8

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

**OBS!**

De tidigare utbildningarna Medlem i facket 2 och Om samhället har slagits samman och heter nu Om Samhället.

# Om Samhället

**Målgrupp:** Medlemmar som gått Om Facket (tidigare Medlem i facket).

**Innehåll:** Har du gått Om Facket och har ett intresse för samhälle och politik? Funderar du över den orättvisa värld vi lever i och undrar om det måste vara så? Vill du bygga ett gott samhälle där det råder jämlikhet och respekt för människovärdet, i så fall är denna utbildning just för dig!

Om Samhället handlar om att tänka fackligt kring makt, intressen och samverkan. Vi påverkas av våra arbeten men också av allt annat som händer runt omkring oss. Politiska beslut kan både ge oss frihet eller begränsa oss, beroende på vem som styr politiken. LO-medlemmarnas erfarenheter och politiska mål måste vara formgivande för morgondagens samhälle, präglad av rättvisa och jämlikhet. Kursen handlar om grundläggande förståelse för den svenska modellen, politiska ideologier och de demokratiska värn vi historiskt har byggt upp. Kursens mål är att ge en politisk röst åt dig själv och kamraterna på arbetsplatsen för att ytterst påverka samhällsutvecklingen.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Du som deltagare får ett fackligt stipendium efter avslutad kurs. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
22-24/4**	Kalmar	ABF Kalmar län	25/3
9-11/6	Kalmar	ABF Kalmar län	12/5
29/9-1/10	Hultsfred	ABF Kalmar län	1/9
13-15/10**	Oskarshamn	ABF Kalmar län	15/9
8-10/12	Oskarshamn	ABF Kalmar län	10/11
14-16/4**	Växjö	ABF Kronoberg	17/3
26-28/5	Ljungby	ABF Kronoberg	28/4
29/9-1/10	Tingsryd	ABF Kronoberg	1/9
3-5/11**	Växjö	ABF Kronoberg	6/10
24-26/2	Karlshamn	ABF Blekinge län	23/1
24-26/2**	Karlshamn	ABF Blekinge län	23/1
3-5/9	Karlshamn	ABF Blekinge län	4/8
3-5/9**	Karlshamn	ABF Blekinge län	4/8
22-24/4	Jönköping	ABF Jönköpings län	21/3
24-26/11	Värnamo	ABF Jönköpings län	24/10
18-20/11	Visby	ABF Gotland	21/10

\*\* För deltagare under 30 år.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Om Samhället på arabiska

## OBS!

De tidigare utbildningarna Medlem i facket 2 och Om samhället har slagits samman och heter nu Om Samhället.

**Målgrupp:** Medlemmar som gått Om Facket (tidigare Medlem i facket).

**Innehåll:** Samma innehåll som Om Samhället, se föregående sida.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar. (Digitalt på distans.)

**Ekonomi:** Du som deltagare får ett fackligt stipendium efter avslutad kurs. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
12-14/2*	Digital	ABF Kalmar län	15/1
3-5/3*	Digital	ABF Kalmar län	3/2
22-24/4*	Digital	ABF Kalmar län	25/3
26-28/5*	Digital	ABF Kalmar län	28/4
25-27/6*	Digital	ABF Kalmar län	28/5
10-12/9*	Digital	ABF Kalmar län	13/8
20-22/10*	Digital	ABF Kalmar län	22/9
17-19/12*	Digital	ABF Kalmar län	19/11

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



# LOs Maktutbildning

**Målgrupp:** Förtroendevalda som som gått grundutbildning eller har motsvarande kunskaper.

**Innehåll:** Är du nyfiken på vad facket och politiken har gemensamt är detta utbildningen för dig. Här reder vi tillsammans ut hur vi kan göra verklighet av våra visioner och vem som äger makten till att förändra och förbättra för oss, på jobbet och i samhället i stort.

LOs Maktutbildning ger dig kunskap i hur vi organiserar oss fackligt för att stärka vår makt på den egna arbetsplatsen men även hur vi kan påverka politiska beslut för en önskad samhällsutveckling. Under två dagar fokuserar vi på makten. På arbetsplatsen och i samhället. Hur ser den ut, hur fungerar den och vem äger den? Varför är den viktig för oss inom facket? Hur ser vägen till ökad makt ut? Vi går igenom hur maktbalansen i samhället ser ut, vilka som äger makten över vilka beslut och vi tar reda på hur vi får fackliga frågor att bli viktiga för samhället i stort. Allt för att vi ska fortsätta vara en relevant och pådrivande kraft för ett bättre samhälle för våra medlemmar.

**Kurslängd:** 16 timmar fördelat på två heldagar.

**Ekonomi:** Du som deltagare ersätts av ditt förbund enligt deras gällande rutiner för förlorad arbetsförtjänst. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
23-24/4	Kalmar	ABF Kalmar län	26/3
8-9/10	Oskarshamn	ABF Kalmar län	10/9
17-18/3	Växjö	ABF Kronoberg	17/2
13-14/10	Ljungby	ABF Kronoberg	15/9
21-22/10	Ronneby	ABF Blekinge län	19/9
11-12/2	Värnamo	ABF Jönköpings län	10/1
6-7/5	Jönköping	ABF Jönköpings län	4/4
9-10/9	Nässjö	ABF Jönköpings län	8/8
14-15/10	Jönköping	ABF Jönköpings län	12/9

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Med livet som insats

**Målgrupp:** Alla medlemmar.

**Innehåll:** Att jobba ska vara roligt, givande, säkert och tryggt. För du ska ju jobba många år. Och leva ännu fler. Hur kan du påverka din arbetssituation och ditt leverne så du orkar med både jobbet, familjen, fritiden och framtiden?

Känner du att det ofta fattas minst en pusselbit i ditt livspussel? Du är inte ensam. I en tid då det ställs höga förväntningar på dig både i arbetslivet och i samhället är det viktigt att hitta en balans. Inte bara för din egen skull utan även för de människor du möter i din vardag. För att du ska orka leva livet på och utanför jobbet är betydelsen av god arbetsmiljö väsentlig. Du ska trivas och känna dig trygg på jobbet och du ska ha ork kvar när arbetsdagen är slut. Annars kommer det snart att saknas mer än en pusselbit. Under den här kursen tittar vi på hur ditt arbete påverkar din hälsa och vad du kan göra för att leva ett friskare och piggare liv.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Din avdelning/förbund betalar ut stipendie eller förlorad arbetsförtjänst efter avslutad kurs. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
25-27/3	Gislaved	ABF Jönköpings län	21/2
14-16/10	Jönköping	ABF Jönköpings län	12/9

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.







# > Funktionsutbildningar

## Vald på jobbet - grundläggande förtroendemannautbildning

**Målgrupp:** Förtroendevalda på arbetsplatsen.

**Innehåll:** Grattis till ditt uppdrag, vad roligt att du har fått förtroendet att företräda dina arbetskamrater! Men vad innebär det i praktiken och vad förväntas av dig? Oavsett vilket fackligt förtroendeuppdrag du har fått finns det grundläggande kunskaper som du behöver ta med dig på vägen. Att vara förtroendevald är något stort, du har fått dina arbetskamraters förtroende att företräda dem. Under den här kursen kommer du att få insikt i vad uppdraget som fackligt förtroendevald innebär, vad din roll är. Vi kommer att prata om värderingar och vad den fackliga grundidén innehåller så att du känner dig trygg i ditt uppdrag. Det finns generella regelverk, rättigheter och skyldigheter som du behöver känna till och förhålla dig till. Och inte minst behöver du ha koll på hur den svenska modellen på arbetsmarknaden fungerar. Allt det här och lite till får du kunskap om under den här grundläggande utbildningen.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Om utbildningen ger dig kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren har du rätt att vara ledig med lön (FML §7). Gör det inte det har du rätt att vara ledig utan lön (FML §6).

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
7-9/4	Kalmar	ABF Kalmar län	10/3
19-21/5	Oskarshamn	ABF Kalmar län	21/4
2-4/6	Kalmar	ABF Kalmar län	5/5
1-3/9	Vimmerby	ABF Kalmar län	4/8
3-5/11	Kalmar	ABF Kalmar län	6/10
14-16/4	Ljungby	ABF Kronoberg	17/3
15-17/9	Växjö	ABF Kronoberg	18/8
8-10/4	Ronneby	ABF Blekinge län	6/3
11-13/11	Karlshamn	ABF Blekinge län	10/10
8-10/4	Värnamo	ABF Jönköpings län	7/3
19-21/5	Jönköping	ABF Jönköpings län	17/4
12-14/11	Jönköping	ABF Jönköpings län	10/10
12-14/5	Visby	ABF Gotland	14/4
13-15/10	Visby	ABF Gotland	15/9

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Kassörs- och revisorsutbildning

**Målgrupp:** Förtroendevalda kassörer och revisorer på klubbar och sektioner.

**Innehåll:** Revisorerna i en förening brukar kallas för medlemmarnas vakthundar. Det är ett förtroendeuppdrag som innebär att du ska granska styrelsens arbete så att allt går rätt och riktigt till. Är du vald till revisor, men känner dig osäker vad uppdraget innebär, är detta kursen för dig.

En revisor har en viktig roll att spela i en förening. Det är hen som ska kontrollera att styrelsen gör det jobb de är satta att göra, att verksamhetsplanering och budget följs. Fokus ligger naturligt på de olika ekonomiska transaktionerna, men även övrig verksamhet ska granskas av dig som revisor. Det innebär att du fortlöpande måste kontrollera styrelsens ekonomiska rapporter, bokföring och verifikationer och hur dessa förhåller sig till budgeten. Men hur gör man det? Hur hittar man rutiner för insyn? Och vad gör jag om jag upptäcker felaktigheter? Den här kursen ger dig svar på alla frågor och kunskapen att på ett bra sätt utföra ditt uppdrag.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Om utbildningen ger dig kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren har du rätt att vara ledig med lön (FML §7). Gör det inte det har du rätt att vara ledig utan lön (FML §6).

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §6.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
19-21/11*	Digital	ABF Jönköpings län	17/10

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Ordförandeutbildning

**Målgrupp:** Förtroendevalda ordförande på klubbar och sektioner.

**Innehåll:** Att vara ordförande i en förening eller klubb är att vara ledare. Inte bara på själva styrelsemötena utan även för hela verksamheten. Ansvaret är stort och kan ibland kännas väldigt tungt. Den här kursen är till för dig som just blivit vald till ordförande och som vill veta mer om din nya roll.

Som ordförande är ditt primära ansvar att leda styrelsen, vara sammankallande till möten och äga huvudansvaret för styrelsens arbete utifrån den verksamhet som medlemmarna gemensamt bestämt att ni i föreningen ska syssla med. Samtidigt som du är en del av ett sammanhang du behöver förhålla dig till. Under denna kurs kommer du att få lära dig hur du gör detta på bästa sätt. Du kommer att få fördjupa dig i mötesteknik och i olika ledarskapsstilar. Du får handfasta tips och råd kring hur du kan använda din roll som ordförande för att nå utveckling och förbättring av föreningens verksamhet. Och du lär dig att leda dina styrelsemöten på ett effektivt och bra sätt.

**Kurslängd:** 16 timmar fördelat på två heldagar.

**Ekonomi:** Om utbildningen ger dig kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren har du rätt att vara ledig med lön (FML §7). Gör det inte det har du rätt att vara ledig utan lön (FML §6).

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
26-27/5	Alvesta	ABF Kronoberg	28/4
28-29/4*	Digital	ABF Jönköpings län	28/3

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



# Valberedningsutbildning

**Målgrupp:** Förtroendevalda i valberedningar på avdelningar, klubbar och sektioner.

**Innehåll:** Att vara vald till valberedare är att vara spindeln i nätet för den framtida verksamheten i föreningen. Uppdraget kan tyckas enkelt men om du som valberedare ska göra ett ordentligt jobb så kommer du att få ta i.

Som valberedare bör du ha fullständig koll på var som händer i din förening. Hur styrelsen arbetar, utvecklas och identifiera om det är någon kunskap eller erfarenhet som saknas för att den ska kunna genomföra det jobb de är satta att göra. Att återkommande under verksamhetsåret föra samtal med både styrelseledamöter och medlemmar om hur de tycker att föreningen fungerar är ett sätt att skaffa sig koll. Men det finns olika sätt att arbeta. Målsättningen är såklart att föreningen ska ha valda företrädare som medlemmarna har förtroende för, som kan företräda dem på bästa sätt. Här får du kunskap om hur du blir en bra valberedare.

**Kurslängd:** 16 timmar fördelat på två heldagar.

**Ekonomi:** Om utbildningen ger dig kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren har du rätt att vara ledig med lön (FML §7). Gör det inte det har du rätt att vara ledig utan lön (FML §6).

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §6.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
1-2/9	Växjö	ABF Kronoberg	4/8
7-8/10*	Digital	ABF Jönköpings län	5/9

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Sekreterarutbildning

**Målgrupp:** Förtroendevalda sekreterare på avdelningar, klubbar och sektioner.

**Innehåll:** Att vara sekreterare i en styrelse är ett jobb som framför allt handlar om kommunikation. Att förmedla och dokumentera det som sker i styrelsen och i föreningen. Men hur sköter man denna uppgift och vem är målgruppen för kommunikationen?

När en förening fungerar som bäst är det oftast när kommunikationen mellan styrelsen, revisorerna och medlemmarna fungerar. Det är oftast detta som är sekreterarens uppgift, att se till att styrelsens verksamhet och beslut är transparenta, enkla för utomstående att följa. Men hur skriver man ett protokoll, en verksamhetsberättelse och hur gör man en planering framåt som andra kan känna engagemang inför? Vilka rutiner behöver finnas på plats och finns det andra uppgifter som också faller på sekreteraren? Projektansökningar kanske? Under denna kurs får du en bra grund att stå på så att du kan göra ett bra jobb som sekreterare i din förening.

**Kurslängd:** 8 timmar fördelat på en heldag.

**Ekonomi:** Om utbildningen ger dig kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren har du rätt att vara ledig med lön (FML §7). Gör det inte det har du rätt att vara ledig utan lön (FML §6).

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §6.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
5/5*	Digital	ABF Jönköpings län	4/4

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Ledamotsutbildning

**Målgrupp:** Förtroendevalda ledamöter på avdelningar, klubbar och sektioner.

**Innehåll:** Att bli invald i en styrelse kan både vara spännande och lite läskigt. Vad förväntas av dig egentligen och vilket ansvar är det egentligen du har tackat ja till? Här får du en grundläggande utbildning i vad din roll som ledamot i en styrelse innebär.

Att vara ledamot av en styrelse är att vara del av ett ständigt pågående grupparbete, teamwork. Ingens tid eller röst är mer värd än någon annans och som ledamot har du ett ansvar att medverka och vara delaktig i både processer och beslut. Även om vissa givna arbetsuppgifter är förlagda på andra förtroendevalda så finns massor av uppgifter och ansvarsområden för dig som ledamot att ta för dig av. Utifrån den plattform som ditt förtroendeuppdrag ger dig har du all möjlighet att göra starka avtryck i verksamheten. Under den här kursen går vi igenom de olika uppgifterna en styrelse har och vilken roll ditt uppdrag som ledamot kan innebära.

**Kurslängd:** 8 timmar fördelat på en heldag.

**Ekonomi:** Om utbildningen ger dig kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren har du rätt att vara ledig med lön (FML §7). Gör det inte det har du rätt att vara ledig utan lön (FML §6).

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
5/5	Digital	ABF Kalmar län	7/4

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Pedagogisk grundutbildning

## – för fackliga handledare

**Målgrupp:** Handledare.

**Innehåll:** Uppdraget som handledare. Val av pedagogik och kunskap om lärtilar.

**Kurslängd:** 40 timmar i två steg fördelat för praktik i handledarrollen mellan de två tillägena. Praktiken ordnas av anmälände organisation. Behöver ni hjälp med plats för praktik ta gärna kontakt med ABF.

**Ekonomi:** 4000:-/deltagare. Utöver deltagaravgift tillkommer eventuellt förlorad arbetsförtjänst, resor samt eventuella övernattningar och kvällsmat. Det är den anmälände organisationen som betalar för detta.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §6.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
31/3-2/4, 13-14/5	Kalmar	ABF Kalmar län	3/3
13-15/10, 10-11/11	Nässjö	ABF Jönköpings län	12/9

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



# Pedagogisk vidareutbildning

## – fördjupning för fackliga handledare

**Målgrupp:** Aktiva handledare.

**Innehåll:** Syftet är att ge handledare med erfarenhet möjlighet att tillsammans reflektera och fördjupa sig i sitt eget och andras lärande och där igenom stärka sig själv, arbetarrörelsen och dess organisationer.

Förkunskap som krävs är Pedagogisk grundutbildning för fackliga handledare eller motsvarande.

**Kurslängd:** 40 timmar i två steg fördelat med mellanliggande arbete för handledarrollen mellan de två tillägena.

**Ekonomi:** 4000:-/deltagare. Utöver deltagaravgift tillkommer eventuellt förlorad arbetsförtjänst, resor samt eventuella övernattningar och kvällsmat. Det är den anmälnde organisationen som betalar för detta.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §6.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
3-5/9, 16-17/10	Holsbybrunn	ABF Jönköpings län	1/8

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



# Skolinformatörsutbildning

**Målgrupp:** Fackligt aktiva medlemmar med uppdrag som skolinformatör.

Om du inte redan gått en facklig grundkurs rekommenderar vi att du går Om Facket före skolinformatörsutbildningen. (Helst även Om samhället eller likvärdig utbildning hos det egna förbundet.)

**Innehåll:** Att vara skolinformatör är kanske det absolut viktigaste uppdraget inom facket. Kanske också det roligaste. Men det är inte bara att kliva in i en klass och köra, det krävs att du vet vad du håller på med. Och det får du reda på under denna kurs.

Som skolinformatör håller du klassrumspresentationer på gymnasienivå om facket och om hur arbetsmarknaden fungerar. Du talar om vilka rättigheter och skyldigheter man har som anställd, allt för att ge eleverna en bra start på sitt yrkesliv. Med dina kunskaper och erfarenheter kan du hjälpa framtida elever slippa uppleva allt det dåliga som vi fackliga vet att många unga blir utsatta för på arbetsplatsen. Under utbildningen kommer du att stärka dina egna kunskaper om facket och om samhället, kanske se sammanhang du tidigare inte sett. Du kommer att få bekanta dig med det material vi använder, lära dig om pedagogik, retoriska verktyg samt att öva på att prata inför en grupp.

**Kurslängd:** 24 tim fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** LO-distriktet ersätter med utbildningsarvode, och i vissa fall för förlorad arbetsförtjänst och eventuella resor.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §6.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
4-6/3	Växjö	LO-distriktet	4/2
9-11/9	Växjö	LO-distriktet	12/8

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# > Arbetsmiljöutbildningar

## Bättre arbetsmiljöarbete, BAM

**Målgrupp:** Skyddsombud, ordförande och förhandlare på klubb/sektion.

**Innehåll:** En av fackets viktigaste frågor är bättre arbetsmiljö och bland de finaste förtroendeuppdrag du kan ha är att vara skyddsombud på din arbetsplats. I grunden handlar det om att företräda dina arbetskamrater i arbetet med att förebygga risker. Ett bra skyddsombud behöver vara lyhörd och använda alla sina sinnen för att kunna göra ett bra jobb. Det är alltid arbetsgivaren som är ansvarig för arbetsmiljön på arbetsplatsen, men det är du och dina arbetskamrater som känner arbetsplatsen och arbetsmomenten bäst. Därför är ditt fackliga uppdrag som valt skyddsombud oerhört viktigt.

Det här är en grundutbildning som alla skyddsombud har rätt att gå. Den ger dig kunskap om de verktyg och mandat du har i ditt uppdrag enligt lag. Men den ger dig även tips på hur du praktiskt kan förändra er arbetsmiljö till det bättre även på andra sätt.

**Kurslängd:** 40 timmar fördelat på fem heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften. Utbildningen är en externutbildning. Ett eventuellt boende bokas och betalar ni själva för.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
6, 13, 20, 27/3, 3/4	Hultsfred	ABF Kalmar län	6/2
28/4, 5, 12, 19, 26/5	Kalmar	ABF Kalmar län	31/3
1, 8, 15, 22, 29/9	Kalmar	ABF Kalmar län	4/7
4, 11, 18, 25/9, 2/10	Oskarshamn	ABF Kalmar län	4/7
15, 22, 29/1, 5, 12/2	Alvesta	ABF Kronoberg	18/12-24
1, 8, 15, 22, 29/4	Alvesta	ABF Kronoberg	4/3
23, 30/4, 7, 14, 21/5	Ljungby	ABF Kronoberg	5/3
30/9, 7, 14, 21, 28/10	Alvesta	ABF Kronoberg	2/9
22, 29/10, 5, 12, 19/11	Ljungby	ABF Kronoberg	24/9
27/3, 3, 10, 17, 24/4	Ronneby	ABF Blekinge län	24/2
6, 13, 20, 27/11, 4/12	Karlshamn	ABF Blekinge län	3/10
6, 13, 20, 27/2, 6/3	Värnamo	ABF Jönköpings län	3/1
4, 11, 18, 25/3, 1/4	Jönköping	ABF Jönköpings län	31/1
3-5/9, 17-18/9	Jönköping	ABF Jönköpings län	1/8
2, 9, 16, 23, 30/10	Värnamo	ABF Jönköpings län	29/8

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



# Systematiskt arbetsmiljöarbete, SAM

**Målgrupp:** Förtroendevalda skyddsombud som har genomgått Bättre arbetsmiljö, BAM.

**Innehåll:** Målet med systematiskt arbetsmiljöarbete är att ingen ska skada sig, dö eller må dåligt av eller på jobbet. Genom att regelbundet riskbedöma arbetsplatsen och arbetsmoment kommer vi en bit på vägen mot det målet. Men hur ska det göras? Vem ansvarar för vad och vad är din roll i det arbetet?

Som fackligt skyddsombud behöver du vara lyhörd och uppmärksam på vad som händer på jobbet. Att tidigt kunna identifiera hälsorisker av olika slag, och förebygga dessa, är A och O. Men för att det ska fungera måste det finnas strukturer och rutiner kring arbetsmiljöarbetet. Du får här kunskap om vilka regler och lagar som måste följas och vilket mandat du som skyddsombud har att ta till om de bryts. Vi kommer att utgå från den egna arbetsplatsen och med dig hem får du de verktyg du behöver för att göra en handlingsplan kring systematiskt arbetsmiljöarbete på just din arbetsplats. Allt för att du ska kunna göra ett bra jobb som dina kollegors skyddsombud och minimera risker för skador.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.  
Kontakta ABF om det finns intresse för fler utbildningar på andra orter.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften. Utbildningen är en externutbildning. Ett eventuellt boende bokas och betalar ni själva för.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
20-22/10	Kalmar	ABF Kalmar län	22/9
10-12/3	Ljungby	ABF Kronoberg	10/2
24-26/11	Alvesta	ABF Kronoberg	27/10
29/1, 5, 12/2	Karlshamn	ABF Blekinge län	16/12-24
10, 17, 24/9	Ronneby	ABF Blekinge län	8/8
24, 31/3, 7/4	Värnamo	ABF Jönköpings län	21/2
1, 8, 15/9	Jönköping	ABF Jönköpings län	1/8

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA

**Målgrupp:** Skyddsombud, klubbordförande, förhandlare och andra förtroendevalda inom arbetsorganisationen.

**Innehåll:** Det är inte bara den fysiska arbetsmiljön som kan vara skadlig. Även vårt psyke påverkas av jobbet. Vill du som skyddsombud bli bättre på att identifiera risker inom den organisatoriska och den sociala arbetsmiljön så är detta utbildningen för dig.

Organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA, handlar om allt från hur vi organiserar arbetet till hur vi samspelar med varandra. Att jobba systematiskt med dessa frågor bidrar till att skapa arbetsplatser där människor kan trivas och må bra samtidigt som verksamheten utvecklas. Kränkande särbehandling, arbetsbelastning och arbetstidens förläggning är tre stora frågor som ryms inom området. Men det finns många fler än så, som omfattas av lagen. Kursen utgår från hur det är på den egna arbetsplatsen, styrkor och svagheter. Efter avslutad utbildning kommer du att ha kunskap om hur du som fackligt valt skyddsombud kan jobba för att skapa en riktigt bra arbetsplats för dig och för dina kollegor.

#### Förkunskaper:

Deltagarna ska ha kunskaper om fackets organisation, idé och roll. Ha kännedom om arbetsmiljölagar, avtal samt grundläggande kunskaper om arbetsmiljö och grundutbildning för fackligt förtroendevalda. Skyddsombud ska också ha gått Bättre arbetsmiljö (BAM).

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

#### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
16-18/9	Kalmar	ABF Kalmar	19/8
7-9/4	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	10/3
11-13/11	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	14/10
6-8/5	Visby	ABF Gotland	8/4

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Oreglerad arbetstid, skiftarbete & hälsa

**Målgrupp:** Skyddsombud/arbetsmiljöombud, ledamöter i skyddskommittéer, huvudskyddsombud, regionala skyddsombud, fackligt förtroendevalda samt chefer/arbetsledare.

**Innehåll:** Hur påverkar oreglerad arbetstid och skiftarbete vår hälsa egentligen? Att vända på dygnet, att vara ledig när andra jobbar, är det en bra sak för dig som människa? Vilka regler gäller och vem har ansvar för att se till att du mår bra, inte bara på jobbet? Här får du reda på vad som gäller!

Med utgångspunkt från den egna arbetsplatsen arbetar du under kursen med olika lagar och förordningar som styr arbetsmiljöarbetet på arbetsplatsen. Det är alltid arbetsgivaren som är ansvarig för att lagar och regler följs, men som fackligt skyddsombud på olika nivåer har du möjlighet att bidra, förbättra och undanröja risker. Du kommer under kursen att jobba fram en handlingsplan för hur ni kan arbeta vidare på den egna arbetsplatsen för att skapa en bättre arbetsmiljö för dem som arbetar med oreglerad arbetstid, eller skiftarbete. Hur ni genom att använda befintliga lagar och regler kan få dig och dina kollegor att må bra på jobbet och i livet i stort.

**Kurslängd:** 8 timmar fördelat på en heldag.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
18/3	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	18/2
23/9	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	26/8

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Verktyg för riskbedömning

## kring belastningsergonomi

**Målgrupp:** Skyddsombud, arbetsmiljöombud, ledamöter i skyddskommitté, huvudskyddsombud, regionala skyddsombud, fackligt förtroendevalda, samt chefer/arbetsledare.

**Innehåll:** Att jobba inom ett LO-yrke är ofta slitsamt på kroppen. Men det finns hjälp att få och trick att ta till. Den här utbildningen är för dig som vill veta mer om hur man identifierar risker och jobbar förebyggande mot belastningsskador.

Tunga lyft, enformiga rörelser och repetitiva arbetsmoment är vanligt förekommande inom våra branscher. Vi använder ofta våra kroppar som arbetsredskap vilket sliter på kroppen. Det är alltid arbetsgivaren som har det yttersta ansvaret, men som fackligt skyddsombud har du stor möjlighet att påverka arbetsplatsens arbetsmiljö inklusive, den ergonomiska utformningen. För det går att anpassa arbetsplatsen och arbetsmoment, allt från avancerade tekniska hjälpmedel till en sån enkel sak som roterande arbetscheman. Under den här utbildningen utgår vi från hur det ser ut på den egna arbetsplatsen, vilka risker för belastningsskador finns just där och hur du som fackligt skyddsombud kan agera förebyggande.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
4-6/11	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	7/10

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.





# Huvudskyddsombudsutbildning, HSO

**Målgrupp:** Blivande eller nyligen valda fackliga huvudskyddsombud.

**Innehåll:** Efter ett par år som skyddsombud kanske det är dags för ett större uppdrag, då är huvudskyddsombud perfekt för dig. Som spindeln i nätet samordnar du arbetsplatsens alla skyddsombud och har ett övergripande ansvar för arbetsplatsens totala arbetsmiljöarbete.

På större arbetsplatser finns det oftast flera skyddsombud, som var för sig ansvarar för ett skyddsområde. Huvudskyddsombudet har en samordnande roll, ett helhetsperspektiv på arbetsplatsen och verkar i frågor som rör mer än ett skyddsområde. Den här utbildningen handlar om rollen, mandatet, makten och ansvaret som följer uppdraget. Vi tittar på hur olika lagar styr och stärker arbetet och vilka rutiner som bör finnas för att du ska kunna göra ett gott systematiskt arbetsmiljöarbete för hela arbetsplatsen. Du kommer även att lära dig hur du framgångsrikt kan driva arbetsmiljöarbetet i olika typer av projekt för att nå ännu bättre resultat.

**Kurslängd:** 40 timmar fördelat på fem heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
14-16/4, 26-27/5	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	17/3

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Samverkan arbetsmiljö och förhandling på arbetsplatsen

**Målgrupp:** Förtroendevalda med förhandlingsrätt, skyddsombud, arbetsmiljöombud, ledamöter i skyddskommitté, huvudskyddsombud, regionala skyddsombud, fackligt förtroendevalda.

**Innehåll:** Att använda arbetsmiljölagen i förhandlingsarbetet är både smart och viktigt. Det finns många paragrafer i arbetsmiljölagen som har direkt påverkan på medlemmarnas vardag. Och eftersom de finns i en lag är det saker som ska fungera.

Att väva in arbetsmiljölagen runt förhandlingsbordet kan lösa många frågor utan att det behöver bli konflikter. Den här kursen handlar om hur du kan använda lagen på ett bra och smart sätt. Kursen tar upp metoder för hur ett långsiktigt, målinriktat och offensivt arbete med arbetsmiljölagen och dess föreskrifter kan integreras i det övriga fackliga arbetet. Allt för att fackligt dubbelarbete ska undvikas och för att utkomsten ska bli så bra som möjligt för den enskilde medlemmen.

**Kurslängd:** 32 timmar fördelat på fyra heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
10-11/9, 8-9/10	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	13/8

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Kemiska hälsorisker

**Målgrupp:** Skyddsombud/arbetsmiljöombud, skyddskommittèledamöter, huvudskyddsombud, regionala skyddsombud samt chefer/arbetsledning.

**Innehåll:** På alla arbetsplatser finns det kemikalier. Vissa är helt ofarliga medan andra kan vara direkt dödande. Vill du som fackligt skyddsombud veta mer om säker hantering av kemikalierna på just din arbetsplats är detta kursen för dig.

Att identifiera vilka kemikalier som finns på arbetsplatsen, och vilka risker dessa kan utgöra för den enskilde, ingår i uppdraget som fackligt skyddsombud. Inom vissa branscher är detta så klart viktigare än hos andra, helt beroende på verksamhet. Det är viktigt att arbeta systematiskt med säker kemikaliehantering, men hur? Under den här utbildningen får du alla verktyg du behöver för att kunna göra en handlingsplan utifrån analyser av den egna arbetsplatsens kemiska hälsorisker. Vi går igenom hur olika kemikalier påverkar oss och vilka skyddsåtgärder som krävs på arbetsplatsen vid hantering av dem. Allt för att skapa så säkra och trygga arbetsplatser som möjligt.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
24-26/3	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	24/2

Anmälan ska gå via din fackliga organisation. Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart. Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.





# Ett sjukärende steg för steg

## och rehabilitering

**Målgrupp:** Skyddsombud, arbetsmiljöombud, ledamöter i skyddskommitté, huvudskyddsombud, regionala skyddsombud, fackligt förtroendevalda samt chefer/ arbetsledare.

**Innehåll:** Hur ser det ut på din arbetsplats när det kommer till hantering av en kollega som blir sjukskriven? Har facket en roll att fylla i kollegans väg tillbaka till arbetsplatsen och hur ser den i så fall ut?

Vi kan alla drabbas av sjukdom när som helst i livet. Vilka lagar, regler och villkor gäller egentligen och hur påverkar det den enskilda personen? I den direkta och akuta fasen förväntas samhället ta ett stort ansvar, hur fungerar det? Och senare, vägen tillbaka till arbetsplatsen, vem ansvarar för vad och hur kan du som fackligt förtroendevald stötta din kollega? Det är en djungel av regler och allmängiltiga förfaringsätt som finns och varje ärende är unikt. Den här kursen handlar inte bara om hur du som skyddsombud förebygger sjukdom på din arbetsplats, den handlar också om hur du i din roll har möjlighet att hjälpa din kollega genom rehabiliteringen och tillbaka till jobbet.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
21-23/10	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	23/9

Anmälan ska gå via din fackliga organisation. Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart. Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# CE-märkning och maskinsäkerhet

**Målgrupp:** Skyddsombud, arbetsmiljöombud, ledamöter i skyddskommitté, huvudskyddsombud, regionala skyddsombud samt projektansvariga chefer/arbetsledare.

**Innehåll:** Att göra en skydds rond på en arbetsplats med maskiner kräver att du som skyddsombud har koll på vad du ska titta efter, vilka risker du ska förebygga. Det handlar inte bara om hur maskinerna används utan även hur de är byggda. Här får du reda på allt du behöver veta.

Att en produkt är CE-märkt innebär att den ska följa viss standard när det kommer till miljö, hälsa och säkerhet. Det är en gemensam standard för hela EU. Men hur gör du som skyddsombud en skydds rond med riskbedömning på en CE-märkt maskin, vad ska du leta efter? Under denna utbildning får du kunskaper om EU:s standardiseringsarbete och om de olika direktiv som är kopplat just till CE-märkning av maskiner som säljs inom EU. Utgångspunkten kommer att vara den egna arbetsplatsens förutsättningar och vid avslutad kurs ska du ha tillräckliga kunskaper för att kunna göra en egen handlingsplan för riskbedömning för de maskiner som finns inom ditt skyddsområde.

**Kurslängd:** 8 timmar fördelat på en heldag.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
25/9	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	28/8

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Arbetsmiljöarbete kring hot och våld

**Målgrupp:** Skyddsombud/arbetsmiljöombud, skyddskommittèledamöter, huvudskyddsombud, regionala skyddsombud, fackligt förtroendevalda.

**Innehåll:** Inventering & nulägesanalys av arbetsplatserna, SAM ur ett hot och våld perspektiv, Arbetsmiljölagen gällande AFS:ar, fördjupningsarbete hot och våld, handlingsplan för fortsatt arbete på den egna arbetsplatsen.

Syftet är att ge deltagare kunskap om hur man arbetar med arbetsmiljö gällande hot och våld, i förebyggande syfte. Tips hur du kan säga ifrån och sätta gränser tydligt utan att vara otrevlig. Varför vi kan bli så arga eller rädda och hur känslor påverkar oss under konflikter. Skicklig på att kommunicera med andra. Att deltagaren får med sig en egen handlingsplan för fortsatt arbete i den egna organisationen.

Målet är att efter utbildningen ska deltagaren ha kunskap om arbetsmiljölagen & AFS:ar som påverkar, kunna bevaka arbetsmiljöfrågor ur hot och våld perspektiv, handlingsplan för fortsatt arbete på den egna arbetsplatsen.

Teori, föreläsningar & diskussioner varvas med fördjupningsarbeten i grupp, egen kunskapsinhämtning & redovisningar. Deltagarstyrd problembaserad undervisning & erfarenhetsutbyte.

**Kurslängd:** 16 timmar fördelat på två heldagar.

**Ekonomi:** Den anmäldas företag står för deltagaravgiften.

Anmälan: OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Ädelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mail. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
12-13/5	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	14/4
17-18/11	Holsbybrunn	Ädelfors Folkhögskola	20/10

Anmälan ska gå via din fackliga organisation. Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart. Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



# ADELFORNS





# > Temautbildningar

## Om Rasism

**Målgrupp:** Alla medlemmar.

Om du inte redan gått en facklig grundkurs rekommenderar vi att du går Om Facket före Om Rasism. (Helst även Om Samhället eller likvärdig utbildning hos det egna förbundet.)

**Innehåll:** Hur kommer det sig att vårt svenska samhälle blir mer och mer polariserat? Trots att vi lever i ett av världens mest upplysta länder har vi svårt att prata om rasism och främlingsfientlighet. Varför? Vad betyder egentligen uttrycket "Att stå upp för alla människors lika rätt och värde"?

Vad är rasism och hur uppstår den? Det är en av frågorna som kommer att besvaras under denna utbildning. Vi kommer att titta på politiska strömningar i Sverige och i världen, men även på oss själva som grupp och som individer. Det är väldigt enkelt att peka på andra utan att själv reflektera över sin egen roll i, och sina egna möjligheter till att vara en motkraft. Vad kan vi som facklig organisation, och du som enskild medlem, göra för att motverka en mer utbredd rasism. Hur betar vi oss på våra arbetsplatser och i vårt samhälle? Hur betar du dig? Vi reder ut vilka krafter och känslor som vanligtvis ligger bakom ett förtryck av andra människor och hittar strategier för att motverka dessa.

**Kurslängd:** 24 timmar fördelat på tre heldagar.

**Ekonomi:** Kursen är utan deltagaravgift. Utbildningsarvode samt eventuell ersättning för resor betalas ut av LO efter kursens genomförande. Förlorad arbetsförtjänst kan betalas ut mot uppvisande av intyg från arbetsgivaren.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

### Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
9-11/6	Holsbybrunn	ABF Kalmar län	12/5
10-12/11	Oskarshamn	ABF Kalmar län	13/10

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# Om Feminism

**Målgrupp:** Alla medlemmar.

Om du inte redan gått en facklig grundkurs rekommenderar vi att du går Om Facket före Om Feminism. (Helst även Om Samhället eller likvärdig utbildning hos det egna förbundet.)

**Innehåll:** Är du intresserad av att veta mer om vad feminism är och varför facket jobbar med denna fråga är detta utbildningen för dig! Vad är facklig feminism? För många är feminism ett skrämmande och främmande ord, här får du tillfälle att inse varför vi alla borde vara feminister. Fackliga feminister.

Här får du möjlighet att fördjupa din kunskap om feminism och förstå hur klasskamp och jämställdhet hänger ihop. Hur kontrollen över tiden, makten och pengarna skapar olika strukturer på jobbet, i hemmet och i samhället och hur vi kan arbeta för att förändra dessa. Vi tittar på orsaken till att olika politiska reformer och förslag bidrar till ökad eller minskad jämställdhet samt vilka syften ligger bakom förslagen. Du kanske vill vara en del av förändringen, bli förbannad, få fler perspektiv eller helt enkelt känna dig mindre ensam i en mansdominerad bransch. Den fackliga feminismen är här för att stanna och vi behöver bli fler som förstår varför och som är villiga att agera.

**Kurslängd:** 16 timmar fördelat på två heldagar.

**Ekonomi:** Du som deltagare ersätts av ditt förbund enligt deras gällande rutiner för förlorad arbetsförtjänst. Deltagaravgift och eventuell reseersättning står din förbundsavdelning för.

Ledighet söks i enlighet med studieledighetslagen minst två veckor innan kursstart.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
14-15/5	Kalmar	ABF Kalmar län	16/4
1-2/12	Holsbybrunn	ABF Kalmar län	3/11

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.



# > Utbildning i Medlemsförsäkringar

**Målgrupp:** Kursen riktar sig i första hand till nyvalda försäkringsinformatörer oavsett avtalsområde, som gått Avtalats grundutbildning. (Se mer på [www.avtalat.se/arbetare/fortroendevald](http://www.avtalat.se/arbetare/fortroendevald).)

**Innehåll:** LO-distrikten och Folksam bjuder in till en gemensam utbildning i medlemsförsäkringar för nyvalda försäkringsinformatörer.

Målet med utbildningen är att försäkringsinformatören utifrån sitt uppdrag får mer kunskap om medlemsförsäkringar för att kunna informera sina arbetskamrater samt kunna hjälpa dem att anmäla skador. Syftet med utbildningen är att bygga på med fakta om medlemsförsäkringarna och stärka försäkringsinformatören i sitt uppdrag.

Varje anmäld försäkringsinformatör ska inför utbildningen hämta ett informationsblad på Folksams hemsida, [www.folksam.se](http://www.folksam.se). Informationsbladet hittar du under ditt Förbund/Servicesida för förtroendevalda/Broschyrer/Informationsblad för medlemsförsäkringar. Du får mer information i bekräftelsen.

**Kurslängd:** 8 timmar fördelat på en en heldag.

**Ekonomi:** Kursen är utan deltagaravgift. Utbildningsarvode samt eventuell ersättning för resor betalas ut av LO efter kursens genomförande. Förlorad arbetsförtjänst kan betalas ut mot uppvisande av intyg från arbetsgivaren.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §7.

## Kurstillfällen:

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
11/3	Visby	LO-distriktet	11/2
14/4	Jönköping	LO-distriktet	17/3
15/4	Ronneby	LO-distriktet	18/3
5/5*	Digital	LO-distriktet	7/4
6/10	Oskarshamn	LO-distriktet	8/9
7/10	Växjö	LO-distriktet	9/9
25/11*	Digital	LO-distriktet	28/10

\* Denna utbildning är en digital distansutbildning.

Anmälan ska gå via din fackliga organisation.  
Tänk på att söka ledigt i god tid före kursstart.  
Du kan alltid ta hjälp av din studieorganisatör.

# > Insikter

**Målgrupp:** Förtroendevalda.

**Innehåll:** När du som förtroendevald gått en grundläggande utbildning är det dags för nästa steg; Insikter – kursen om fackets ideologi och värderingar. Det här är starten på din fackliga kunskapsresa, det första steget in i den fackliga världens kärna, fylld med historia, samhälle, politiska ideologier och framtidsvisioner. Det är en gedigen kurs, den bas du behöver ha för att gå vidare till andra utbildningar.

Under kursens gång kommer du att reflektera över dina egna och våra gemensamma fackliga värderingar. Vi jobbar med vår historia, vår samtid och med vår framtid. Du får jobba med olika politiska ideologier och upptäcka kopplingen mellan fackets ideologiska grund och den samtida politiken. Den fackliga rörelsen föddes ur fattigdom, trångboddhet och ett stenhårt klassamhälle. Många viktiga kliv har tagits på vägen till det Sverige vi ser idag. Men kampen är långt ifrån över. Vi behöver fortsätta prata om visioner, om fackliga och politiska frågor på arbetsplatserna, vid köksbordet och med våra barn. Men hur gör vi det i en tid då informationen går snabbt och skärmarnas utbud är oändligt?

**Kurslängd:** Två veckor.

**Ekonomi:** Deltagarna erhåller utbildningsarvode/ersättning från sitt eget förbund. Ersättning för resor betalas ut av LO efter kursens genomförande. I övrigt är kursen avgiftsfri.

Ledighet söks i enlighet med Förtroendemannalagen (FML) §6.

**Kursort:** Kursen är en folkhögskolekurs som genomförs av Runö Folkhögskola & Utvecklingscentrum, antingen som internat eller som externat.

## Kurstillfällen lokalt (externat):

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
8-12/9, 6-10/10	Växjö	Runö Folkhögskola	6/6

## Kurstillfällen centralt (internat):

Datum	Ort	Kursarrangör	Ansök senast
10-21/2	Runö	Runö Folkhögskola	29/11-24
3-14/3	Runö	Runö Folkhögskola	3/1
31/3-11/4	Runö	Runö Folkhögskola	31/1
12-25/5	Runö	Runö Folkhögskola	14/3
18-29/8	Runö	Runö Folkhögskola	6/6
29/9-10/10	Runö	Runö Folkhögskola	6/6
3-14/11	Runö	Runö Folkhögskola	5/9
1-12/12	Runö	Runö Folkhögskola	3/10





MARIA

Växjö  
kommun  
*Europas grönaste stad*





**25 år**  
av facklig kamp!  
Landsorganisationen i Sverige

# > Fackliga utbildningar på nätet

LOs fackliga utbildningar på nätet vänder sig till dig som vill lära dig mer om fackliga frågor. Fördelen är att du kan studera när du har tid och i din egen takt. Läser du på egen hand kan du ta en paus och komma tillbaka senare eller en annan dag för att göra färdigt uppgiften.

Det finns inga lärare knutna till utbildningarna och inte heller några uppgifter att skicka in. I stället bygger övningarna på hur du väljer vid olika situationer. Övningarna är till för dig själv och ingen annan.

Nätutbildningarna kan användas som självstudier och även i studiecirkel och på seminarier, utbildningsdagar, konferenser med mera.

## Urval av utbildningar

### Facklig introduktion

LO och fackförbunden har tagit fram nätutbildningen Facklig introduktion som vänder sig till dig som är ny medlem i facket eller ny på jobbet och funderar på att gå med. Den handlar bland annat om lön, arbetsmiljö och arbetstider, alltså sånt som är viktigt när man är ny på jobbet. Utbildningen finns på arabiska, engelska, polska och spanska.

### Trygghet och omställning

LO har tagit fram en nätutbildning anpassad för mobiltelefoner om de nya reglerna i lagen om anställningsskydd och det nya Huvudavtalet som gäller från oktober 2022. Målgruppen är förtroendevalda och ambitionen är att ge en överblick och sammanfattning av reglerna.

### Studieledighetslagen

Nätutbildningen om studieledighetslagen handlar om studieledighet ur ett fackligt perspektiv- vilka kurser kan jag få ledigt för? När måste jag ansöka? Kan arbetsgivaren säga nej och hur funkar det när jag är på väg tillbaka till jobbet är sådant du kan skaffa dig kunskaper om i denna nätutbildning.

### Förtroendemannalagen

Målsättningen är att förklara och lära ut de viktigaste delarna i förtroendemannalagen och ge dig vägledning om det som upplevs som svårt och krångligt. Förhoppningen är att nätutbildningen kan ge dig som förtroendevald kan kunskaper om det som många upplever som svårt och krångligt.

### Verktyglåda för studieansvariga

En hjälp för dig som är studieansvarig att göra en bra studieplanering.

## Tillgängliga och kostnadsfria

Utbildningarna är tillgängliga, öppna och kostnadsfria för medlemmar och förtroendevalda i LO-förbunden.

De finns fler utbildningar under [www.lo.se/natutbildning](http://www.lo.se/natutbildning).



Scanna QR-koden för att komma till fackliga utbildningar på nätet

## > Fakta om tvärfackliga utbildningar

Medlemmar med erfarenheter och kunskap är fackföreningens viktigaste delar för förändring.

Några av oss är förtroendevalda och har fått i uppdrag att företräda medlemmarna i olika situationer och funktioner. För att göra det på bästa sätt är det viktigt med kunskap. Vi har därför ett utbud av olika utbildningar för att de förtroendevalda ska kunna utvecklas i sitt uppdrag att företräda medlemmarna.

Våra värderingar utgår från frihet, jämlikhet och solidaritet. Samhället och arbetslivet kan förändras och förbättras. Det är därför vi tror på en aktiverande och aktionsinriktad kunskap, som leder till handling. Ju fler vi är, desto större chans har vi att tillsammans förändra och förbättra. Så, kom med och skapa ny kunskap. Du behövs!

### Anmälan

Obs! Sista anmälningsdag till utbildningarna är fyra (4) veckor innan utbildningen startar. Detta för att vi ska veta om det går att genomföra utbildningen. Anmälan ska gå till den fackliga organisation där man är medlem.

### Ledighet

Ansöks hos arbetsgivaren senast 2 veckor innan kursstart, enligt studieledighetslagen.

Studieledighetslagen gäller för alla arbetstagare. Inga grupper av anställda är undantagna.

Således omfattar lagen också anställda i företagsledande ställning, medlemmar i arbetsgivarens familj, arbetstagare i husligt arbete och dem som är anställda med olika typer av arbetsmarknadsstöd.

Det spelar ingen roll om man är tillsvidareanställd (fast anställd), visstidsanställd, vikarie eller praktikant för att lagen ska gälla.

## Ersättningar vid fackliga studier

- › Betalas ut av din fackliga organisation.
- › Om du är förtroendevald kan du i vissa fall få ledigt enligt förtroendemannalagen. Då ska du vara anmäld som förtroendevald hos din arbetsgivare. Innan du ska delta i utbildningen ska du anmäla att du vill vara ledig i enlighet med förtroendemannalagen. Om utbildningen handlar om att ge kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren har du rätt att vara ledig med lön (FML § 7). Gör det inte det har du rätt att vara ledig utan lön (FML § 6).
- › Man kan få stipendium om man går Om Facket eller Om Samhället. Stipendiet kan sökas i de fall man har förlorat inkomst under utbildningstiden.
- › Man kan få utbildningsarvode (samt eventuell ersättning för resor) om man går utbildningen Om Rasism, likaså Utbildning i Medlemsförsäkringar. Alternativt kan förlorad arbetsförtjänst betalas ut mot uppvisande av intyg från arbetsgivaren.
- › Ersättning utbetalas genom Swedbank. Om deltagaren inte har konto på Swedbank, informera deltagaren om att gå in på [www.swedbank.se/kontoregister](http://www.swedbank.se/kontoregister) och ange vilket konto hen vill ha sin ersättning utbetald till. Det måste vara ett personligt konto. Deltagaren blir inte kund hos Swedbank när hen gör detta. Ersättningen betalas endast ut till konton och inte genom utbetalningsavier. Lönespecifikation skickas till deltagarens mejl.

## Kostnader

- › 1 000 kr/dag/deltagare är den normala deltagaravgiften. Då ingår handledare, material, lokal, förmiddagsfika, lunch, samt eftermiddagsfika. (Gäller ej Gotland.)
- › Samtliga arbetsmiljöutbildningar kostar 1 400 kr/dag/deltagare i deltagaravgift.
- › Förbundsavdelningarna betalar ingen deltagaravgift på utbildningen Om Rasism.
- › Pedagogisk grundutbildning kostar 4 000 kr/deltagare/utbildning.



## > Till dig som studieorganisatör

Inom fackföreningsrörelsen är vi mitt uppe i ett förändringsarbete som rör fackliga studier som vi kallar studieorganisatörstrappan.

Den fackliga studieverksamheten ska genom en gemsamsam studieorganisation ge er som är studieorganisatörer både kunskap och kompetens att möta nya utmaningar. En stark fackföreningsrörelse behöver väl utbildade medlemmar och förtroendevalda för att ständigt utveckla det fackliga arbetet. Där är ni som studieorganisatörer som är de verkliga nyckelpersonerna.

Det övergripande syftet med studieorganisatörstrappan är att ta ett samlat grepp om de utbildnings- och utvecklingsinsatser som krävs för att stärka och utveckla den gemensamma studieorganisationen. Målet är att utbilda en majoritet av alla med ett studieuppdrag.

Studieorganisatörstrappan består av fem olika bildningsinsatser:

- › Introduktion för studieorganisatörer
- › Grundutbildning för studieorganisatörer
- › Vidareutbildning för studieorganisatörer
- › Vuxnas lärande
- › Temadagar för studieorganisatörer

Den första är en introduktion på 4 timmar som respektive förbund arrangerar. Det ger en introduktion om vad uppdraget innebär, de förväntningar och under vilka förutsättningar hen kan verka i uppdraget.

Det andra steget är grundutbildningen som är på 32 timmar och det är ABF som arrangerar utbildningen. Syftet med utbildningen är att ge studieorganisatören grundläggande kunskaper inom verksamhetsområdet så att hen med framgång kan och vill bedriva studieverksamhet. Denna kursen finns med i katalogen.

Det tredje steget är vidareutbildningen som är på 24 timmar och det är ABF som arrangerar utbildningen. Syftet är att bygga vidare på grundutbildningen och att ge deltagarna möjlighet att erövra kunskaper inom studieområdet så att hen med framgång kan och vill driva och utveckla studieverksamheten i den egna organisationen och tvärfackligt. Målet är att kunna utveckla studieverksamheten i samarbete med andra studieorganisatörer, ha förmåga att inkludera andra i arbetet med att rekrytera medlemmar och förtroendevalda till utbildningar och ha förståelse för vikten av studier och det gemensamma ansvaret i organisationen.

Det fjärde steget är vuxnas lärande som är på 24 timmar och det är Runö som arrangerar utbildningen. Målgruppen är handledare som varit verksamma i minst tre år och kontinuerligt genomför utbildningar och aktivt driver och utvecklar studieverksamheten.

Det femte steget är temadagar för studieorganisatörer som är på 1 dag och det är LO-distrikten som är arrangör tillsammans med ABF. Syftet är att bidra till att bygga fungerande studieorganisationer, studieverksamhet och utveckla deltagarna som studieorganisatörer. Det är meningen att deltagarna ska få ny energi och nya idéer om hur arbetet som studieorganisatör kan utvecklas i det egna förbundet.

Tänk på att alltid hjälpa till med deltagarnas ledighet när de ska gå en utbildning.

## > Förtroendemannalagen

Lagen kom till för att ge de fackligt förtroendevalda bättre möjligheter att engagera sig fackligt. För att lagen ska gälla måste det finnas kollektivavtal på arbetsplatsen. Lagen gäller alla förtroendevalda som facket har utsett och anmält till arbetsgivaren.

### **Laglig rätt att arbeta fackligt**

En arbetsgivare får inte hindra en facklig förtroendeman att utföra sitt uppdrag. Lagen ger fackliga förtroendeman, till exempel studieorganisationen, rätt att arbeta med alla de uppgifter som krävs för att organisera verksamheten, bland annat rätten att röra sig fritt på arbetsplatsen, för att informera om studiemöjligheter och rätten att disponera lokal eller annat utrymme som är lämpligt för uppdraget, till exempel för ett enskilt samtal.

### **Förtroendevaldas rätt till tid för uppdraget**

Förtroendevalda har rätt att använda "erforderlig tid" för sitt uppdrag. Det innebär att man har rätt till så mycket tid som behövs för att kunna utföra det fackliga arbetet, så länge det kan betraktas som skäligt och rimligt. Detta beror i sin tur på antal anställda, förhållandena på arbetsplatsen och det som ibland är reglerat genom avtal.

### **Förtroendevaldas rätt till utbildning för uppdraget**

Förtroendevalda har rätt att få utbildning i frågor eller ämnesområden som behövs för det fackliga arbetet på arbetsplatsen.

### **Förtroendevaldas rätt till ledighet för uppdraget**

Om uppdraget som förtroendevald inte bara gäller den egna arbetsplatsen, utan även andra arbetsplatser där det saknas fackligt förtroendevalda, har man rätt att vara ledig med löneavdrag. Det lokala facket bör försöka träffa överenskommelse med arbetsgivaren om att löneavdrag inte ska göras. Ledigheten får inte vara längre än vad som krävs för att lösa den aktuella fackliga uppgiften.

När det fackliga arbetet gäller den egna arbetsplatsen har den förtroendevalde rätt att behålla sina anställningsförmåner. Ta reda på om det finns centrala eller lokala överenskommelser om förtroendemannalagen inom ditt förbund.

## > Studieledighetslagen

Sedan 1975 finns en lag i Sverige som reglerar rätten att vara ledig från arbetet för att studera.

### För vem gäller lagen?

- › Studieledighetslagen gäller för alla arbetstagare, inga grupper av anställda är undantagna. För att ha rätt till ledighet för allmän utbildning ska man ha varit anställd hos arbetsgivaren under de senaste sex månaderna, eller minst tolv månader under de två senaste åren.
- › För utbildning som gäller fackliga frågor finns det inga krav på minsta anställningstid.

### När ska jag söka ledighet?

Den som vill vara relativt säker på att få den önskade ledigheten, bör lämna in ansökan i god tid, alltså minst:

- › Två veckor i förväg vid facklig utbildning eller ledighet som motsvarar högst en arbetsvecka.
- › Sex månader i förväg för övrig utbildning.

Med övrig utbildning menas allmän utbildning som är längre än en arbetsvecka. För facklig utbildning gäller alltid två veckor, oavsett hur lång den fackliga utbildningen är.

Arbetsgivaren får inte neka en ansökan om studieledighet. Det enda arbetsgivaren kan göra är att skjuta fram den begärda ledigheten.

Om du ska delta i en utbildning som motsvarar en arbetsvecka, så söker du alltså senast två veckor i förväg. Då har arbetsgivaren ingen möjlighet att skjuta fram ledigheten, eftersom den tillåtna tiden för att skjuta på ledigheten är två veckor. För övrig utbildning som är längre än en arbetsvecka söker du senast 6 månader innan utbildningen skall starta.

Observera att man räknar tiden från **den dag då ansökan lämnades till arbetsgivaren**.



 Ombud  
Carina  
Gardevall



## > Studieguiden

Studieguiden är till för dig som är arbetar med facklig utbildning. Här finns information, tips och fakta som stödjer dig i ditt uppdrag. Använd sökfunktionen eller titta runt i FAQ och Bra att veta. Studieguiden hittar du på LOs hemsida:

<https://www.lo.se/start/studieguiden>

The screenshot shows the Studieguiden website interface. At the top, there is a search bar with the placeholder text "Sök i Studieguiden" and a magnifying glass icon. Below the search bar, there are two main sections: "Vanliga frågor" (FAQ) and "Bra att veta".

**Vanliga frågor (FAQ)** (indicated by a red "FAQ" button):

- Hur påverkas fackliga utbildningar av coronapandemin?
- Vilken är min roll som studieansvarig?
- Hur gör jag en bra studieplanering?
- Var hittar jag mer information om fackliga utbildningar?
- En deltagare har problem med ledigheten för en kurs trots att den är sökt i tid. Vad kan man göra?
- Ledigt enligt FML eller studieledighetslagen?
- Stipendium, utbildningsarvode eller förlorad arbetsförtjänst?
- Hur många utbildningar kan en deltagare gå per år?
- Hur anordnas en utbildning lokalt?
- Vad ska jag göra om jag eller någon annan bli sexuellt trakasserad på en facklig kurs?
- Är deltagarna på fackliga kurser försäkrade?
- Hur påverkas fackliga utbildningar av coronapandemin?
- När kommer kursbekräftelsen?
- Hur avanmäler man sig från en utbildning?
- Vem betalar kursavgiften för arbetsmiljöutbildningarna?

**Bra att veta** (indicated by a red "bra att veta" button):

- FACKLIGA UTBILDNINGSSYSTEMET
- FACKLIG STUDIEORGANISATION
- STÖDDOKUMENT FÖR TVÄRFACKLIG STUDIEVERKSAMHET
- LAGAR SOM STÖD FÖR FACKLIG UTBILDNING
- STUDIEPLANERING
- STUDIEEKONOMI
- UTBILDNINGSANORDNARE
- MATERIALTIPS
- ARBETSMILJÖUTBILDNING
- UTBILDNINGAR FÖR UNGA
- UTBILDNING FÖR SKOLINFORMATÖRER
- UTBILDNINGAR FÖR FÖRSÄKRINGSINFORMATÖRER
- UTBILDNING FÖR STUDIEORGANISATÖRER
- PEDAGOGISK UTVECKLINGSVÄG

Har du som studieorganisatör en fråga kan du fylla i formuläret som finns på sidan så kan du bli kontaktad via e-post eller telefon.

The screenshot shows a contact form titled "Har du som studieansvarig en fråga?".

**Har du som studieansvarig en fråga?**

Din fråga:

Jag vill bli kontaktad via:

- E-post
- Telefon

E-post:

Repetera e-post:

Skicka kopia till min e-postadress

Ja, jag godkänner att LO behandlar mina personuppgifter i enlighet med Integritets- och personuppgiftspolicyn för **LO.se**.

Skicka

# Anmälan till

- › Medlemsutbildningar (såsom exempelvis Om Facket, Om Samhället, LOs Maktutbildning, med flera)
- › Funktionsutbildningar (såsom exempelvis Vald på jobbet, med flera)
- › Pedagogisk grundutbildning för fackliga handledare



Fyll i samtliga uppgifter och skicka anmälan till din fackliga organisation.

Din organisation kan hjälpa dig med vilken typ av ledighet som du ska begära.

Utbildningen är en externutbildning. Ett eventuellt boende bokar och betalar ni själva för.

Skriv tydligt!

## 1. Utbildning

Utbildningens namn	
Datum	Plats

## 2. Personuppgifter (obligatoriska uppgifter)

Namn	
Adress	
Postnummer	Ort
Personnummer	Mobilnummer
Mejladress	
Förbundsavdelning/facklig organisation	
Allergi	
Övrigt	

Jag önskar logi

Ja

Nej

Jag är förtroendevald

Ja

Dela personuppgifter för samåkning

Ja

Nej

**Obs!**

Anmälan görs till din fackliga organisation som vidarebefordrar till ABF.

ABF skickar ut bekräftelse 2 veckor innan utbildningen startar.

### Personuppgifter och GDPR

Vi är måna om att skydda våra medlemmars integritet och hanterar personuppgifterna i enlighet med gällande lagar och förordningar (GDPR). Genom att skicka in denna anmälan godkänner du att vi sparar dina personuppgifter. Vi sparar personuppgifterna upp till sex månader.

# Betalningsbekräftelse av arbetsgivare för:

- › Bättre arbetsmiljöutbildning, BAM
- › Systematisk arbetsmiljöarbete, SAM
- › Organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA



Fyll i samtliga uppgifter och skicka anmälan till din fackliga organisation. Din organisation kan hjälpa dig med vilken typ av ledighet som du ska begära. Kostnad för kurserna är 1 400:-/dag.

Utbildningen är en externutbildning. Ett eventuellt boende bokar och betalar ni själva för.

Skriv tydligt!

## 1. Utbildning

Utbildningens namn	
Datum	Plats

## 2. Personuppgifter (obligatoriska uppgifter)

Namn	
Adress	
Postnummer	Ort
Personnummer	Mobilnummer
Mejladress	
Förbundsavdelning/facklig organisation	
Allergi	
Övrigt	

## 3. Ekonomi

Företag som ska faktureras	
Adress	
Postnummer	Ort
Organisaionsnummer	Referensperson
Telefonnummer	Referensnummer
Digital faktura mejlas till	
Underskrift för referensperson godkänner fakturering av utbildning	
Namnförtydligande för referensperson godkänner fakturering av utbildning	
Datum	

**Obs!**  
Anmälan görs till din fackliga organisation som vidarebefordrar till ABF.  
ABF skickar ut bekräftelse 2 veckor innan utbildningen startar.  
**Personuppgifter och GDPR**  
Vi är måna om att skydda våra medlemmars integritet och hanterar personuppgifterna i enlighet med gällande lagar och förordningar (GDPR). Genom att skicka in denna anmälan godkänner du att vi sparar dina personuppgifter. Vi sparar personuppgifterna upp till sex månader.

# Betalningsbekräftelse av arbetsgivare för:

- › Oreglerad arbetstid, skiftarbete & hälsa
- › Verktyg för riskbedömning kring belastningsergonomi
- › Kemiska hälsorisker
- › Huvudskyddsutbildning (HSO)
- › Arbetsmiljöarbete kring hot och våld
- › Ett sjukärende steg för steg & rehabilitering
- › CE-märkning och maskinsäkerhet
- › Samverkan arbetsmiljö och förhandling
- › Organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA



**Adelfors**  
folkhögskola  
Kurs och konferens

Fyll i samtliga uppgifter och skicka anmälan till din fackliga organisation. Din organisation kan hjälpa dig med vilken typ av ledighet som du ska begära. Kostnad för kurserna är 1 400:-/dag. Boende, middag och frukost tillkommer med 1 125:-/dygn för de som övernattar på Adelfors Folkhögskola. Skriv tydligt!

## 1. Utbildning

Utbildningens namn	
Datum	Plats

## 2. Personuppgifter (obligatoriska uppgifter)

Namn	
Adress	
Postnummer	Ort
Personnummer	Mobilnummer
Mejladress	
Förbundsavdelning/facklig organisation	
Allergi	Önskar logi <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej
Övrigt	

## 3. Ekonomi

Företag som ska faktureras	
Adress	
Postnummer	Ort
Organisationsnummer	Referensperson
Telefonnummer	Referensnummer
Digital faktura mejlas till	
Underskrift för referensperson godkänner fakturering av utbildning	
Namnförtydligande för referensperson godkänner fakturering av utbildning	
Datum	

### Obs!

Anmälan görs till din fackliga organisation som vidarebefordrar till Adelfors folkhögskola.

Adelfors folkhögskola skickar ut bekräftelse 2 veckor innan utbildningen startar.

### Personuppgifter och GDPR

Vi är måna om att skydda våra medlemmars integritet och hanterar personuppgifterna i enlighet med gällande lagar och förordningar (GDPR). Genom att skicka in denna anmälan godkänner du att vi sparar dina personuppgifter. Vi sparar personuppgifterna upp till sex månader.

OBS. Nu kan du ansöka digitalt till de fackliga kurserna på Adelfors folkhögskola. Gå till [www.adelfors.nu](http://www.adelfors.nu). Du slipper all pappershantering, din ansökan går fram omedelbart och en bekräftelse skickas direkt till din mejl. En digital ansökan är dessutom miljövänlig och säker.

# Anmälan till

> Utbildning i Medlemsförsäkringar



Skriv tydligt!

Fyll i samtliga uppgifter och skicka anmälan till din fackliga organisation.  
Din organisation kan hjälpa dig med vilken typ av ledighet som du ska begära.

## 1. Utbildning

Utbildningens namn	
Datum	Plats

## 2. Personuppgifter (obligatoriska uppgifter)

Namn	
Adress	
Postnummer	Ort
Personnummer	Mobilnummer
Mejladress	
Förbundsavdelning/facklig organisation	
Allergi	
Övrigt	

Dela personuppgifter för samåkning:

Ja

Nej

**Obs!**

Anmälan görs till din fackliga organisation som vidarebefordrar till LO-distriktet i Sydöstra Sverige.  
LO-distriktet skickar ut bekräftelse 2 veckor innan utbildningen startar.

### Personuppgifter och GDPR

Vi är måna om att skydda våra medlemmars integritet och hanterar personuppgifterna i enlighet med gällande lagar och förordningar (GDPR). Genom att skicka in denna anmälan godkänner du att vi sparar dina personuppgifter. Vi sparar personuppgifterna upp till sex månader.









*Elektrikerna* f Fastighets



FACET FÖR SERVIC, IT&A  
OCH GRANSK BRANSCH



IFMETALL

**Kommunal.**

**Livs**  
LIVSMEDELS • VÅRAREFÖRBUNDET

Musikerförbundet



seko



Sydöstra  
Sverige

**Ädelfors**  
folkhögskola  
Kurs och konferens