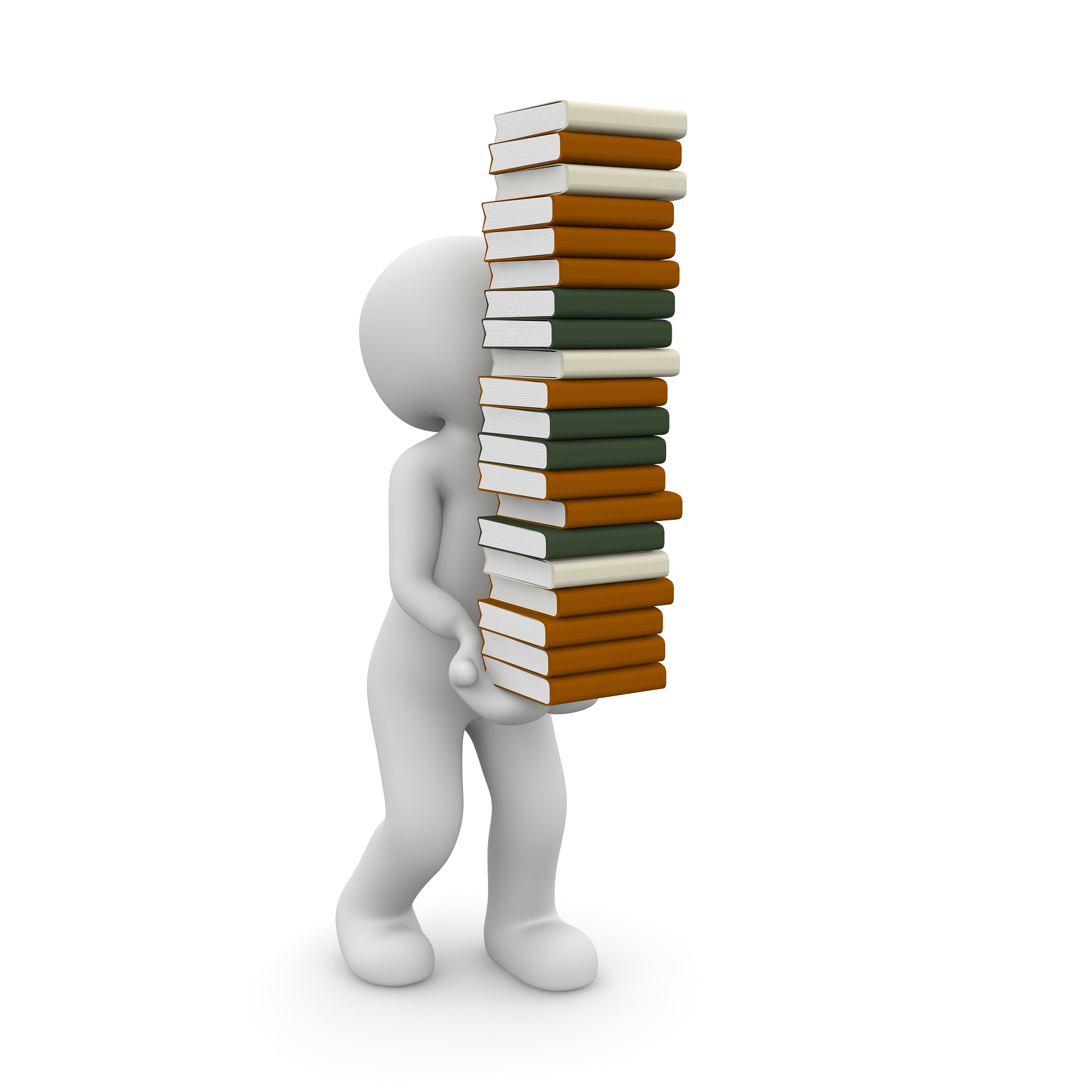
**Studieprogram**

**2018**



För alla medlemmar inom Seko Väst

I samarbete med:

[](http://www.google.se/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwjt0Lm-oJPYAhXMy6QKHcj2ArwQjRwIBw&url=http://www.abf.se/Distrikt-och-avdelningar/orebrolan/OmAbout-ABF/ABF-logotyper/&psig=AOvVaw0VERcnY9MWtTfVTZTJAgsK&ust=1513675933105300)

[Hej Seko medlem 3](#_Toc469647661)

[Information om ungdomskurser för dig under 30 år](#_Toc469647662) 4

[Om Facket](#_Toc469647663) 5

[Om Samhället](#_Toc469647664) 6

[Om Främlingsfientlighet](#_Toc469647665) 7

[Om försäkringar](#_Toc469647666) 8

[Om Feminism 9](#_Toc469647667)

[Information om medlemsutbildning](#_Toc469647669) 10

[Facklig Introduktion](#_Toc469647670) 11-12

[Medlemsutbildning](#_Toc469647671) 13-14

[Vår Trygghet](#_Toc469647672) 15

[Vem vinner valet och vad händer då?](#_Toc469647672) 15

[Facklig/politisk](#_Toc469647673) 16

[Ta ställning, säg ifrån!](#_Toc469647674) 17

[Medlem i facket pension 55 +](#_Toc469647676) 18-19

[Påverka din framtid 25+](#_Toc469647677) 20

[Med livet som insats](#_Toc469647678) 21

[Jämställdhet för medlemmar](#_Toc469647679) 22

[Läs för mig pappa!](#_Toc469647680) 23

[Läs](#_Toc469647681) 24

[Blivande Förälder](#_Toc469647682) 24

[Hur påverkar jag den lokala politiken](#_Toc469647683) 25

[Konsumenträtt och privatekonomi](#_Toc469647684) 25

[Kost och motion](#_Toc469647685) 26

[Ordets makt](#_Toc469647686) 26

[Påverka din arbetsmiljö](#_Toc469647687) 27

[Min Pension](#_Toc469647688) 27

[Schysst efter jobbet](#_Toc469647689) 28

[Sociala medier](#_Toc469647690) 29

[Stress och Vila](#_Toc469647691) 29

[Vilket samhälle vill vi ha](#_Toc469647692) 30

[Studera på din hemort](#_Toc469647693) 31

Hej Seko-medlem!

Du är välkommen till studiegemenskapen i Seko Väst.

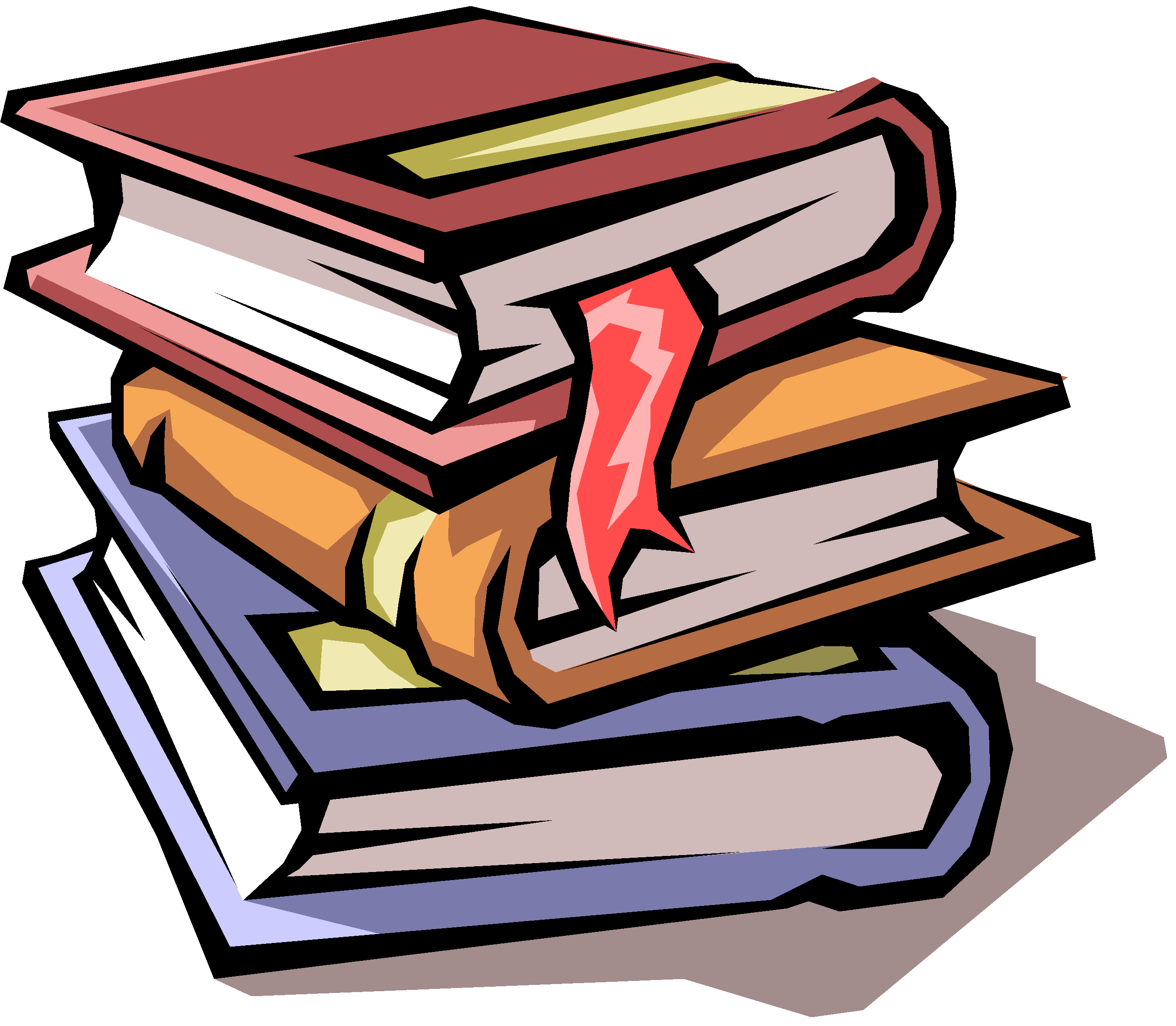
Avdelningen står för hela ABF:s deltagaravgift när du går en studiecirkel som finns med i studieprogrammet.

Vill du gå en annan studiecirkel genom ABF, kontakta din studieansvarige i klubben/sektionen för mer information.

Än en gång välkommen i studiegemenskapen, bläddra igenom programmet och ta för dig av vårt utbud av kurser och studiecirklar.

**Studiekommittén**

**Seko Väst**



**Information om ungdomskurser för dig under 30 år**

Ungdomskurserna är kurser för dig under 30 år. När du anmäler dig till en kurs är det viktigt att du samtidigt tar ledigt från jobbet så att du kan vara med på kursen.

Om du, av någon anledning, inte kan komma till kursen måste du meddela detta. Ibland finns det kompisar som står på reservplats och vill vara med. Om du inte avbokar dig från kursen får din klubb en avbokningskostnad.

Kursen läser man på externat vilket betyder att man bor hemma. I några fall är kursen förlagd som internat och det betyder att man bor på kursgården.

Mat och material är gratis för dig. Det ingår i din fackföreningsavgift.

På internatkurserna ingår även logikostnaden.

Du tar ledigt från arbetet enligt studieledighetslagen med helt löneavdrag. Ledigheten är semesterlönegrundande. Du får ett skattefritt stipendium från SEKO som är på 904 kronor per dag som ersättning för den förlorade arbetsförtjänsten.

Alla utbildningar är alkoholfria.

Vi ersätter resan mellan hemort och utbildningsstället med det billigaste färdsättet. Ersättning för egen bil är 18,50 kronor per mil, skattefritt belopp, men **då gäller samåkning**.

**OBS!** Går kursen på externat i Göteborg är det allmänna kommunikationer som gäller.

**Viskadalens Folkhögskola**

Viskadalens geografiska placering är 18 km söder om Borås, 10 km från Kinna och 60 km österut från Göteborg.

**Om Facket**

**Ungdomskurs**

**Beskrivning:**

*Om Facket* är en i raden av tvärfackliga ungdomskurser i LO:s utbildningspaket för ungdomar under 30 år. En kurs som ger dig en första inblick i den fackliga organisationen, dina rättigheter och skyldigheter, kollektivavtalet och hur du kan påverka både i organisationen och på din arbetsplats.

**Innehåll:**

* Människovärde
* Unga arbetare och makten på arbetsplatsen
* Klass och rättvisa
* Facklig aktion och påverkan

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Mars | 6 – 7 | Viskadalens Folkhögskola | Internat | 180119 |
| Mars | 21 – 22 | Skövde | Externat | 180202 |
| April | 10 – 11 | Göteborg | Externat | 180223 |
| April | 26 – 27 | Ullared | Externat | 180316 |
| Maj | 15 – 16 | Viskadalens Folkhögskola | Internat | 180329 |
| Oktober | 2 – 3 | Göteborg | Externat | 180817 |
| Oktober | 18 – 19 | Viskadalens Folkhögskola | Internat | 180907 |
| Oktober + November | 31/10 – 1/11 | Göteborg | Externat | 180914 |
| November | 15 – 16 | Ullared | Externat | 181005 |
| November | 27 – 28 | Skövde | Externat | 181012 |

**Om Samhället**

**Ungdomskurs**

**Beskrivning:**

*Om Samhället* är en i raden av tvärfackliga ungdomskurser i LO:s utbildningspaket för ungdomar under 30 år. En kurs som ger dig grundläggande förståelse kring hur skattesystemet fungerar och välfärdssamhället är uppbyggt. Du får lära dig mer om ideologier och varför LO samverkar med just socialdemokraterna.

**Innehåll:**

* Den fackliga ideologin
* Rätten till ett värdigt arbetsliv
* Ordning och rättvisa
* Opinionsbildning och facklig kamp

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Mars | 14 – 15 | Göteborg | Externat | 180202 |
| Oktober | 10 – 11 | Göteborg | Externat | 180824 |

**Om Främlingsfientlighet**

**Ungdomskurs**

**Beskrivning:**

*Om Främlingsfientlighet* är en av temakurserna i LO:s utbildningspaket för ungdomar under 30 år. En kurs där vi diskuterar främlingsfientlighet, politiken bakom och allas rätt att vara olika.

**Innehåll:**

* Vad är främlingsfientlighet?
* Politiken bakom
* Ta debatten
* Allas lika värde

**Förkunskaper**

Har genomgått medlemsutbildning eller motsvarande kunskaper.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Maj | 3 – 4 | Viskadalens Folkhögskola | Internat | 180316 |
| November | 7 – 8 | Viskadalens Folkhögskola | Internat | 180921 |

**Om Försäkringar**

**Ungdomskurs**

**Innehåll:**

* Så undviker du att gå miste om en kvarts miljon!
* Vad har jag rätt till?
* Vilka försäkringar finns?
* Hur gör jag om det händer någonting?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Mars | 27 | Göteborg | Externat | 180216 |
| Oktober | 23 | Göteborg | Externat | 180907 |
| December | 4 | Göteborg | Externat | 181019 |

**Om Feminism**

**Ungdomskurs**

**Beskrivning**

*Om Feminism* är en ny temautbildning i LO ungs utbildningspaket för ungdomar under 30 år. En kurs som ger dig inblick i hur facket arbetar för att nå jämställdhet mellan kvinnor och män i arbetslivet och i samhället. Du får insikt och kunskap om hur jämställdheten brister på arbetsmarknaden och vad vi kan göra för att åstadkomma förändring.

**Innehåll:**

* Hur jämställt är Sverige?
* Vad är feminism?
* Fackligt arbete för ett jämställt arbetsliv?
* Vad kan jag göra?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| April | 18 – 19 | Göteborg | Externat | 180302 |
| Maj | 22 – 23 | Viskadalens Folkhögskola | Internat | 180406 |
| November | 21 – 22 | Viskadalens Folkhögskola | Internat | 181005 |

**Information om medlemsutbildning**

För alla medlemmar som inte har förtroendeuppdrag inom SEKO.

När du anmäler dig till cirkeln så söker du ledigt från jobbet.

Om du, av någon anledning, inte kan komma till cirkeln måste du meddela detta. Ibland finns det kompisar som står på reservplats och vill vara med. Om du inte avbokar dig från cirkeln får din klubb en avbokningskostnad.

Cirkeln går i regel en dag i veckan.

Du tar ledigt enligt studieledighetslagen med helt löneavdrag. SEKO betalar ut ett skattefritt stipendie till dem som genomgår introduktionsutbildning eller medlemsutbildning. Stipendiet är på 113 kronor per arbetad timma (skattefritt) och utbetalas i de fall man som deltagare har haft förlorad arbetsförtjänst.

Vi ersätter resan mellan hemort och utbildningsstället med det billigaste färdsättet. Ersättning för egen bil är 18,50 kronor per mil, skattefritt belopp, men **då gäller samåkning**.

**OBS!** Går kursen på externat i Göteborg är det allmänna kommunikationer som gäller.

Gå cirkeln så lokalt som möjligt. Ta kontakt med din studieansvarige för mer information.

**Facklig Introduktion**

**Du, facket och kollektivavtalet**

Facklig introduktionsutbildning för medlemmar och blivande medlemmar.  
För dig som vill veta mer om varför facket finns och till vilken nytta.  
Utbildningen är en heldag (8 timmar).

På utbildningsdagen kommer vi bland annat gå igenom följande frågor:

* Det fackliga löftet, svenska modellen
* Kollektivavtalet
* Översikt, vilka lagar som rör arbetsvillkoren och anställningen
* Försäkringsinformation

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Februari | 2 | Göteborg | Externat | 171221 |
| Februari | 9 (facklig intro på arabiska) | Göteborg | Externat | 171228 |
| Februari | 27 | Varberg | Externat | 180119 |
| Mars | 10 (lördag) | Göteborg/ AFIG | Externat | 180119 |
| Mars | 12 | Borås | Externat | 180202 |
| Mars | 23 | Kungälv | Externat | 180202 |
| Mars | 23 (facklig intro på engelska) | Göteborg | Externat | 180202 |
| Mars | 27 | Trollhättan | Externat | 180209 |
| Mars | 27 | Uddevalla | Externat | 180209 |
| Mars | 27 | Tanum | Externat | 180209 |
| April | 20 | Göteborg | Externat | 180302 |
| Maj | 8 | Halmstad | Externat | 180329 |
| Maj | 18 | Mölndal | Externat | 180329 |
| Juni | 1 | Göteborg | Externat | 180413 |
| September | 17 | Varberg | Externat | 180810 |
| September | 21 | Göteborg | Externat | 180803 |
| Oktober | 8 | Kungälv | Externat | 180817 |
| Oktober | 10 | Borås | Externat | 180831 |
| Oktober | 19 | Göteborg | Externat | 180831 |
| Oktober | 30 | Uddevalla | Externat | 180914 |
| Oktober | 30 | Vänersborg | Externat | 180914 |
| November | 9 | Mölndal | Externat | 180921 |
| December | 11 | Göteborg | Externat | 181019 |

**Facklig introduktion Bemanning**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Maj | 4 | Göteborg | Externat | 180316 |
| November | 2 (lördag) | Göteborg/ AFIG | Externat | 181005 |

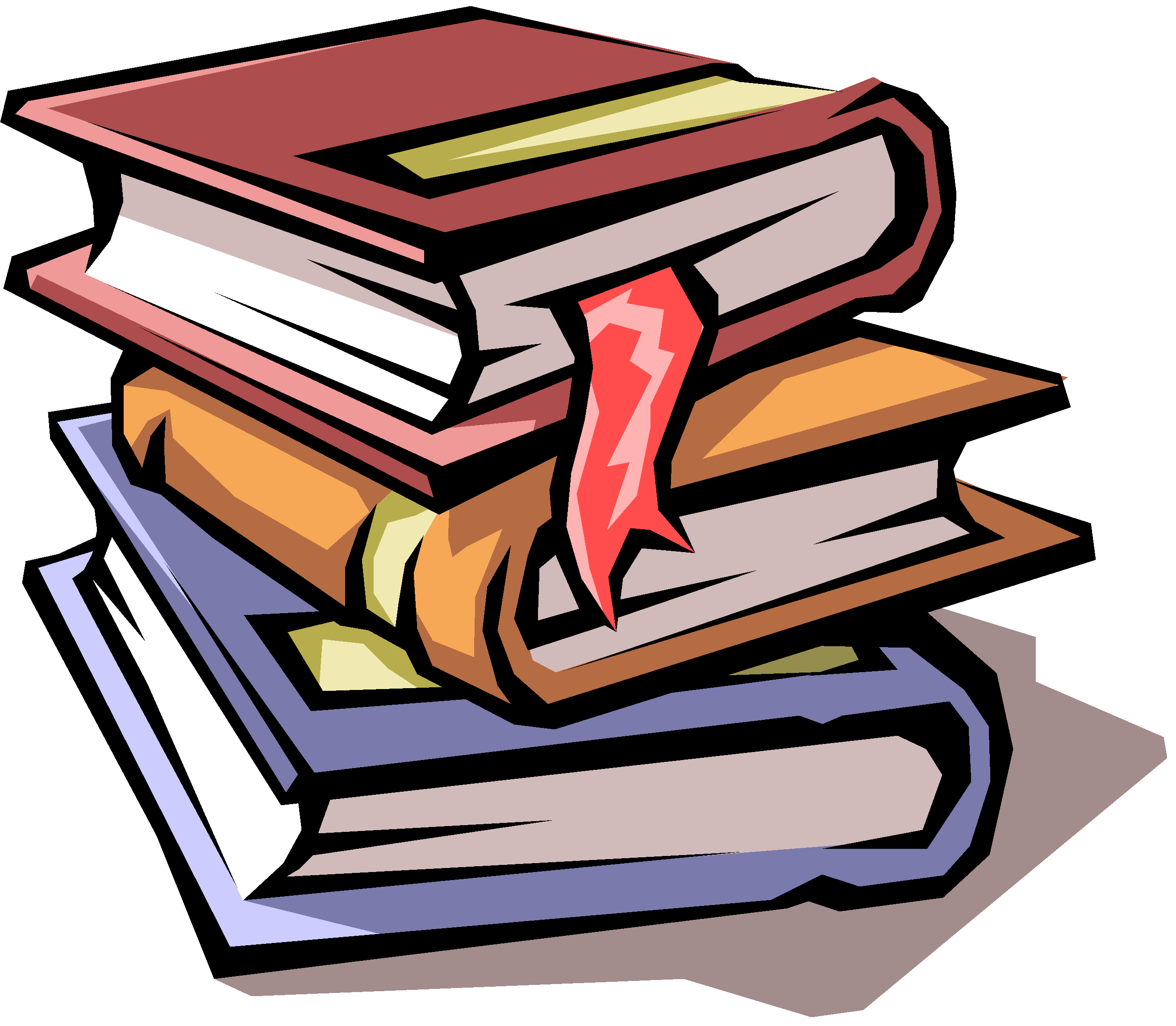
**Medlemsutbildning**

**Medlem – Facket – Samhället**

Vad har man för nytta av facket och varför ska just Du vara med?  
Cirkeln omfattar tre heldagar (24 timmar).  
På ett enkelt sätt får du information om hur och varför fackföreningar bildades och varför facket behövs idag. Cirkeln är tvärfacklig.

**I cirkeln kommer vi bland annat att gå igenom följande frågor:**

* Hur och varför fackföreningarna bildades
* Hur man påverkar sin fackförening
* LO och vår egen organisation
* Vart går fackavgiften?
* Vilket försäkringsskydd har man?
* Varför behövs facket i dag
* Det fackliga löftet



|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Februari | 5 – 7 | Göteborg | Externat | 171222 |
| Februari | 12 – 14 | Strömstad | Externat | 171228 |
| Februari | 12 – 14 | Kungälv | Externat | 171229 |
| Februari | 26 – 28 | Trollhättan | Externat | 180112 |
| Mars | 5 – 7 | Halmstad | Externat | 180126 |
| Mars | 5 – 7 | Göteborg | Externat | 180119 |
| Mars | 5 + 12 + 19 | Mariestad | Externat | 180119 |
| Mars | 12 + 19 + 26 | Hjo | Externat | 180126 |
| Mars | 19 – 21 | Åmål | Externat | 180202 |
| Mars & April | 15 + 22/3 + 5/4 | Tidaholm | Externat | 180126 |
| April | 4 + 11 + 18 | Falköping | Externat | 180216 |
| April | 9 – 11 | Göteborg | Externat | 180223 |
| April | 9 – 11 | Mölnlycke | Externat | 180223 |
| April | 10 - 12 | Borås | Externat | 190302 |
| April | 10 + 17 + 24 | Skövde | Externat | 180223 |
| April | 23-25 | Öckerö |  | 180309 |
| April | 25 – 27 | Kungshamn | Externat | 180309 |
| April | 25 – 27 | Uddevalla | Externat | 180309 |
| April & Maj | 18 + 25/4 + 2/5 | Skara | Externat | 180302 |
| Maj | 21 – 23 | Varberg | Externat | 180413 |
| Maj | 21 – 23 (på lätt Svenska) | Göteborg | Externat | 180406 |
| Maj | 28 – 30 | Mölndal | Externat | 180413 |
| Juni | 11 – 13 | Trollhättan | Externat | 180427 |
| Juni | 11 – 13 | Uddevalla | Externat | 180427 |
| Juni | 18 – 20 | Lilla Brattön | Externat | 180504 |
| Augusti | 22 – 24 | Uddevalla | Externat | 180601 |
| September | 3 – 5 | Halmstad | Externat | 180608 |
| September | 10 – 12 (på engelska) | Göteborg | Externat | 180608 |
| September | 24 – 26 | Trollhättan | Externat | 180608 |
| September | 26 – 26 | Kungälv | Externat | 180608 |
| September | 24 – 26 | Uddevalla | Externat | 180608 |
| September | 24 – 26 | Vänersborg | Externat | 180608 |
| September | 24 – 26 | Göteborg | Externat | 180608 |
| Oktober | 1 – 3 | Mellerud | Externat | 180608 |
| Oktober | 5 + 12 + 19 | Göteborg | Externat | 180608 |
| Oktober | 10 + 17 + 24 | Lidköping | Externat | 180608 |
| Oktober | 11 + 18 + 25 | Skövde | Externat | 180824 |
| Oktober | 29 – 31 | Göteborg | Externat | 180914 |
| November | 10 – 12 | Varberg | Externat | 180831 |
| November | 6 – 8 | Borås | Externat | 180928 |
| November | 19 – 21 | Uddevalla | Externat | 181005 |
| December | 3 – 5 | Göteborg | Externat | 181019 |
| December | 3 – 5 | Mölndal | Externat | 181019 |
| December | 4 - 6 | Borås | Externat | 181026 |

**Vår Trygghet**

**Beskrivning:**

En utbildning där du lär dig mer om trygghet och välfärdsfrågor samt hur arbetarrörelsen ser på allmän välfärd och trygghet för alla medborgare. En politisk utbildning där olika ideologiers syn på välfärd kommer att diskuteras.

**Innehåll:**

På kursen får du möjlighet att diskutera hur det svenska samhället är organiserat och hur du kan delta i den demokratiska processen.  
Du lär dig hur det facklig-politiska samarbetet fungerar och hur du som medlem i facket kan påverka beslut som berör den svenska välfärden.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Mars | 19 – 21 | Göteborg | Externat | 180202 |
| April | 24-26 | Falkenberg | Externat | 180316 |
| Maj | 2 – 4 | Göteborg | Externat | 180316 |
| Maj | 21 – 23 | Kungälv | Externat | 180406 |
| Oktober | 8 – 10 | Göteborg | Externat | 180834 |
| Oktober | 29 – 31 | Mölndal | Externat | 180914 |

**Vem vinner valet och vad händer då?**

Facklig-politisk utbildning.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Februari | 21-23 | Göteborg | Externat | 180105 |
| April | 16-18 | Mölndal | Externat | 180302 |
| Juni | 13-15 | Lilla Brattön | Internat | 180427 |

**Facklig-politisk medlemsutbildning**

En utbildning där du får på ett enkelt sätt veta mer om hur de olika beslutsvägarna fungerar i kommuner och riksdag samt ge en inblick i varför facket och politiken hänger ihop. Vi kommer även att bjuda in en fritidspolitiker och en riksdagsman för att berätta om sina uppdrag.

**Innehåll:**

* Varför facklig/ politisk samverkan
* Politiska ideologier
* Värderingar
* Den kommunala demokratin
* Vad krävs för ett politiskt uppdrag
* Riksdagens arbete
* Dagsaktuell politik

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| April | 4 - 6 | Kungshamn | Externat | 180216 |
| April | 9 - 11 | Uddevalla | Externat | 180223 |
| Maj | 7 + 14 + 21 | Mariestad | Externat | 180323 |
| Maj | 14 – 15 + 21 | Trollhättan | Externat | 180329 |
| Maj | 14 – 15 + 21 | Vänersborg | Externat | 180329 |
| Maj | 17 + 14 + 21 | Skövde | Externat | 180329 |
| Maj | 17 + 24 + 28 | Tidaholm | Externat | 180429 |
| September | 3 – 5 | Trollhättan | Externat | 180615 |
| September | 3 – 5 | Vänersborg | Externat | 180615 |
| September | 3 – 5 | Uddevalla | Externat | 180615 |

**Ta ställning, säg ifrån!**

Utbildningen vänder sig till dig som har en stor nyfikenhet och vilja att förändra!

Det finns alltid något man är missnöjd med men man vet inte alltid hur man kan agera.

Kursen kommer att erbjuda olika verktyg för hur man kan:

* Agera
* Opponera
* Debattera
* Och framförallt föra kampen för solidaritet och rättvisa vidare

Syftet med denna utbildning är att inspirera och entusiasmera till det politiska samtalet: på arbetsplatsen, i hemmet med vänner

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| April | 17 – 19 | Borås | Externat | 180309 |
| Juni | 12 – 14 | Borås | Externat | 180504 |
| November | 13 – 15 | Borås | Externat | 181005 |

**Medlem i facket pension 55 +**

I cirkeln kommer vi bland annat att gå igenom medlemskapets värde samt de olika pensionssystemen och försäkringar. Hur du själv kan beräkna och bestämma din pensionering? Tänk om du kunde gå i pension tidigare och klara dig ändå.

Cirkeln omfattar 3 heldagar och är tvärfacklig.

**Innehåll:**

* Medlemskapets värde
* Försäkringar
* Lär dig beräkna din pension
* När ska du ta pension, 61-67 år?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Januari & Februari | 25/1 + 2 + 8/2 | Skara | Externat | 171208 |
| Januari & Februari | 30/1 + 6 + 13/2 | Lidköping | Externat | 171215 |
| Februari | 5 – 7 | Göteborg | Externat | 171222 |
| Februari | 5 – 7 | Härryda | Externat | 171222 |
| Februari & Mars | 21 + 28/2 + 7/3 | Skövde | Externat | 180105 |
| Februari & Mars | 27/2 + 6 + 13/3 | Lidköping | Externat | 180112 |
| Mars | 5 – 7 | Mölndal | Externat | 180119 |
| Mars | 12-14 | Trollhättan | Externat | 170126 |
| Mars | 12-14 | Vänersborg | Externat | 170126 |
| Mars | 12-14 | Uddevalla | Externat | 170126 |
| Mars & April | 20 + 27/3 + 3/4 | Lidköping | Externat | 180202 |
| Mars & April | 22 + 29/3 + 5/4 | Skara | Externat | 180202 |
| April | 3 – 5 | Göteborg | Externat | 180216 |
| April | 4 + 11 + 18 | Halmstad | Externat | 180223 |
| April | 9 + 16 + 23 | Mariestad | Externat | 180223 |
| April | 10 + 17 + 24 | Trollhättan | Externat | 170223 |
| April | 10 + 17 + 24 | Borås | Externat | 180302 |
| April | 12 + 19 + 26 | Tidaholm | Externat | 180223 |
| April & Maj | 18 + 25/4 + 2/5 | Töreboda | Externat | 180302 |
| April & Maj | 25/4 + 2 + 9/5 | Skövde | Externat | 180309 |
| Maj | 9 + 16 + 23 | Gullspång | Externat | 180323 |
| Maj | 14 – 16 | Kungälv | Externat | 180329 |
| Maj | 21 – 23 | Lilla Brattön | Externat | 180406 |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Augusti | 27 – 29 | Lilla Brattön | Externat | 180608 |
| September | 5 + 12 + 19 | Skövde | Externat | 180608 |
| September | 11 + 18 + 25 | Lidköping | Externat | 180608 |
| September | 13 + 20 + 27 | Skara | Externat | 180608 |
| Oktober | 1 – 3 | Kungälv | Externat | 180608 |
| Oktober | 1 – 3 | Göteborg | Externat | 1800608 |
| Oktober | 8-10 | Trollhättan | Externat | 180824 |
| Oktober | 8-10 | Vänersborg | Externat | 180824 |
| Oktober | 8-10 | Vänersborg | Externat | 180824 |
| Oktober | 9 + 16 + 23 | Lidköping | Externat | 180824 |
| Oktober | 9 + 16 + 23 | Borås | Externat | 180824 |
| Oktober | 10 + 17 + 24 | Skövde | Externat | 180824 |
| November | 5 + 12 + 19 | Mariestad | Externat | 180921 |
| November | 5 + 12 + 19 | Tidaholm | Externat | 180921 |
| November | 6 + 13 + 29 | Trollhättan | Externat | 180921 |
| November | 6 + 13 + 29 | Vänersborg | Externat | 180921 |
| Uddevalla | 6 + 13 + 29 | Uddevalla | Externat | 180921 |
| November | 7 + 14 + 21 | Falköping | Externat | 180921 |
| November | 8 + 15 + 22 | Skara | Externat | 180921 |
| November | 19 – 21 | Göteborg | Externat | 181005 |
| November | 19 – 21 | Mölndal | Externat | 181005 |
| December | 3 – 5 | Härryda | Externat | 181026 |

**Påverka din framtid 25 +**

**Beskrivning:**

Har du koll på pensionen?

Vad händer om du eller din partner skulle gå bort?

Eller om ni skulle flytta isär?

Under denna utbildningsdag kommer vi gå igenom hur du undviker fallgropar i pensionsdjungeln och i familjejuridiken.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| April | 17 | Skara | Externat | 180302 |
| Oktober | 4 | Lidköping | Externat | 180817 |

**Med livet som insats**

**Beskrivning:**

Detta är en studiecirkel för dig som vill veta mer om arbetsmiljö.

Är det du som formar din arbetsmiljö eller är det din arbetsmiljö som formar dig?

Att trivas och känna sig trygg på arbetsplatsen och på fritiden har stor betydelse för vår hälsa.

Tillsammans lär vi oss att kartlägga nuet, analysera, åtgärda och att agera.

**Innehåll:**

* Arbetsmiljö
* Det goda arbetet
* Livskvalitet
* Det goda livet
* Hälsa

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Februari | 26 – 28 | Göteborg | Externat | 180112 |
| Oktober | 8 – 10 | Göteborg | Externat | 180824 |
| Oktober | 15 – 17 | Göteborg | Externat | 180831 |

**Jämställdhet för medlemmar**

**Beskrivning:**

Du kommer att få en genomgång i diskrimineringslagen och hur det juridiska kring den fungerar. Vi kommer att diskutera vad diskriminering är och gå igenom diskrimineringsgrunderna;

**Kursinnehåll:**

* Kön
* Könsöverskridande identitet
* Etnisk tillhörighet
* Trosuppfattning
* Funktionshinder
* Sexuell läggning
* Ålder

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| April | 23 – 25 | Göteborg | Externat | 180309 |
| Oktober | 22 – 24 | Göteborg | Externat | 180907 |



**Läs för mig pappa!**

*ABF, LO och dess fackliga organisationer  
hälsar dig välkommen till en pappaträff  
om läsning för barn.*

Under dagen får du träffa en författare som berättar om sitt skrivande och läsande samt en barnbibliotekarie som lär dig mer om barns språkutveckling, läsförmåga och vilka böcker som passar barn i olika åldrar. Vi gör en rundvandring på biblioteket och du får dessutom en bok till ditt/dina barn och en till dig själv.  
Lunch och fika serveras under dagen.

**Målgrupp:** Pappor, bonuspappor, farfar, morfar etc med barn i åldern 0-12 år.  
När du anmäler dig anger du barnets/barnens namn och ålder.

**Syftet med läs för mig pappa!** Är att få män inom LO-förbunden att läsa mer för sina barn. För många barn är pappor som läser den enda manliga förebilden som visar att berättelser, böcker och läsning också hör till männens värld. Det är viktigt att läsa för barn, för att stimulera deras egen läsning. Utvärderingar av Läs för mig pappa! visar att de som deltagit fortsätter att läsa för barnen och även att deras eget läsande ökar.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Mars | 22 | Göteborg | Externat | 180202 |
| Maj | 31 | Kungälv | Externat | 180413 |
| September | 20 | Göteborg | Externat | 180803 |

**Läs**

**Beskrivning:**

Förmågan att bruka orden och språket betyder allt mer i dagens samhälle. Att förstå vad andra säger och skriver är nödvändigt Att själv kunna ge ord åt sina tankar och känslor i tal och skrift är en färdighet som varje människa behöver för att försvara sina rättigheter på arbetsplatsen och i samhället. Därför behöver vi läsa mer. För egen del och för våra barn.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| April | 12 | Göteborg | Externat | 180223 |
| Oktober | 18 | Göteborg | Externat | 180831 |
| December | 6 | Kungälv | Externat | 181019 |

**Blivande Förälder**

Temadag

Kursen syftar till att öka kunskapen för vilka regler som gäller bland annat vid graviditet och föräldraledighet. Vad har du egentligen för rättigheter och skyldigheter?

**Kursinnehåll:**

* Diskriminering
* Föräldraledighet, Lagar och regler och vad är vad?
* Föräldrapenning/tillfällig föräldrapenning, vad är det för skillnad?
* Vad bör man tänka på innan barnet kommer?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Maj | 7 – 8 | Göteborg | Externat | 180323 |

**Hur påverkar jag den lokala politiken**

Temadag

Kurs som syftar till att ge deltagarna kunskap kring hur man påverkar i politiken.

**Kursinnehåll:**

* Hur gör man egentligen för att driva sina frågor?
* Hur ser den demokratiska processen ut och hur går det till när politiska beslut fattas?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| November | 1 | Göteborg | Externat | 180914 |

**Konsumenträtt och privatekonomi**

Temadag

Privatkonsumtion av varor tenderar att bli alltmer baserat på lån. Vilka problem kan förknippas med detta? Under dagen kommer vi att gå igenom;

**Kursinnehåll:**

* Budget och familjeekonomi
* Olika former av lån: kreditlån, sms-lån
* Handla på internet - nya metoder och risker
* Skuldsanering - ingen dans på rosor!

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Maj | 31 | Göteborg | Externat | 180413 |

**Kost och motion**

Temadag

En dag där en friskvårdkonsulent kommer att varva teori med praktik beträffande kost och träning.

**Kursinnehåll:**

* Du får veta vad som gäller vid träning och vad du bör äta för att må bra
* kort sagt en heldag med information om facket, nyttig mat och med exempel på fartfylld träning

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| April | 6 | Göteborg | Externat | 180216 |

**Ordets makt**

Temadag

De senaste åren har ordets makt ökat i betydelse. Partier som blir till PR-byråer och allt fokus riktas mot att vinna väljare. Ändå är den allmänna kunskapen om hur språket påverkar oss ganska liten.

**Kursinnehåll:**

* Den här utbildningen handlar om hur valet av ord och bilder påverkar den politiska dagordningen och styr över vad vi ser och inte ser samt hur vi tänker på det som diskuteras i samhällsdebatten

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| November | 8 | Göteborg | Externat | 180921 |

**Påverka din arbetsmiljö**

Temadag

Dagens huvudsyfte är att väcka intresse för arbetsmiljöfrågor och vikten av dessa.

**Kursinnehåll:**

* Hur kan vi stötta våra förtroendevalda?
* Vilka roller finns på arbetsplatsen och hur kan vi vara med och påverka vår arbetsmiljö?
* Vad är ergonomi och stress och hur påverkar det oss?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| September | 21 | Göteborg | Externat | 180608 |

**Min pension**

Temadag

Hur kommer ekonomin se ut efter arbetslivet. För att inte riskera att i slutet av ens dagar levs som fattig pensionär krävs att man är aktiv i pensionssystemet så tidigt som möjligt.

**Kursinnehåll:**

* Under dagen kommer vi att gå igenom hur pensionssystemet och regelverket är upplagt.
* Du får med tips och lite att fundera över

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Maj | 10 | Göteborg | Externat | 180323 |
| November | 15 | Göteborg | Externat | 180928 |

**Schysst efter jobbet**

Temadag

Dagen syftar till att öka deltagarnas kunskaper och intresse kring rättvis handel (Fair traid) och om hur arbetsvillkoren ser ut i andra delar av världen.

**Kursinnehåll:**

* Vad är egentligen rättvis handel?
* Kan man lita på alla märkningar och vad betyder dem?
* Hur ser arbetarnas villkor ut i andra länder och varför engagerar sig fackföreningarna i dessa frågor och på vilket sätt gör dem det?
* Hur påverkar mina egna val i vardagen att andra kan få bättre villkor och bättre livskvalitet?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Mars | 20 | Borås | Externat | 180209 |
| Oktober | 5 | Göteborg | Externat | 180608 |
| November | 11 | Borås | Externat | 181012 |

**Sociala medier**

Temadag

De senaste åren har sociala medier expanderat på internet. Det har blivit en populär kommunikationsform. Många användare väljer att dela med sig av kunskaper och information i form av länkar, bilder, filmklipp och presentationer.

**Kursinnehåll:**

* Vi kommer under dagen prata om det positiva men även det negativa med användningen av sociala medier.
* Vilken roll har sociala medier som opinionsverktyg?
* Kan man uttrycka sig hur som helst och vara anonym?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| September | 27 | Göteborg | Externat | 180608 |

**Stress och Vila**

Temadag

Under dagen får deltagarna facklig information kring frågor som rör stress på våra arbetsplatser och även hur stress påverkar oss i vår alltmer stressiga vardag.

**Kursinnehåll:**

* Hurkan vi varva ner och hur viktigt är det egentligen är för oss med vila?
* Dagen innehåller även ett pass med yoga och avslappning.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| Oktober | 25 | Göteborg | Externat | 180907 |

**Vilket samhälle vill vi ha**

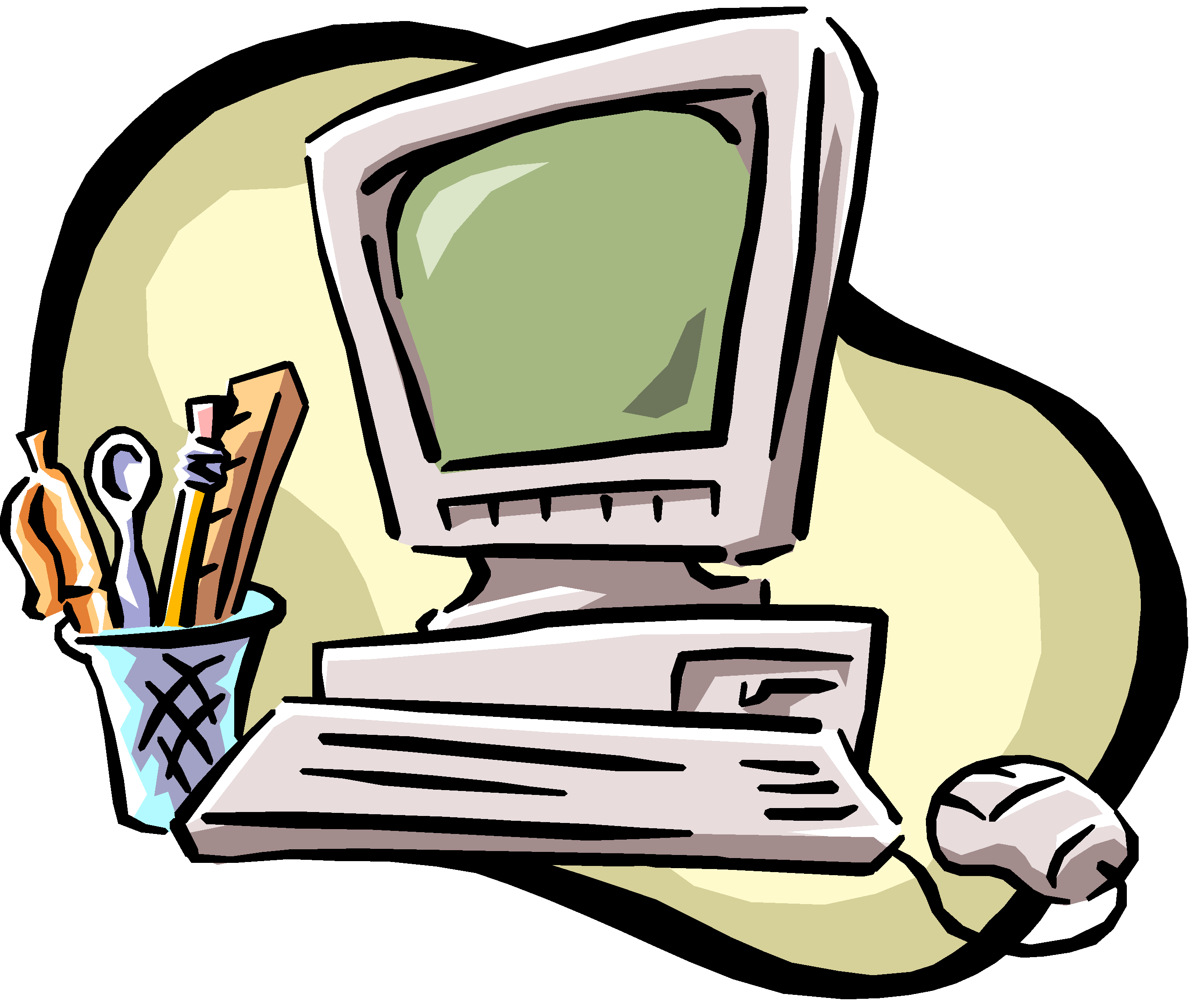
Temadag

Dagen kommer att ägnas bland annat åt att diskutera vilket samhälle det egentligen är vi vill ha och vad vi kan göra för att vara med och påverka hur allas vårt samhälle ser ut och fungerar.

**Kursinnehåll:**

* Ska vi sträva mot full sysselsättning eller acceptera arbetslöshet?
* Tvingas vi acceptera att lönenivåer sätts lokalt av enskilda arbetsgivare och att den svenska modellen avskaffas?
* Kan vi acceptera att man ska betala välfärdstjänster ur egen ficka?
* Ska vi öka jämlikheten i landet eller accepterar vi ökande klasskillnader?

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Månad** | **Datum** | **Kursplats** | **Kurstyp** | **Till regionen**  **senast** |
| November | 30 | Göteborg | Externat | 181012 |



**Studera på din hemort**

**Vill du gå en datacirkel på din hemort?**

Vi gör allt vad vi kan för att du skall kunna gå en cirkel i närheten av där du bor eller arbetar.

Det enda du behöver göra är att lämna in en cirkelanmälan till din klubb/sektion om tid och plats.

Du kan även som medlem gå andra utbildningar på hemorten t.ex. språk, kärn- eller samhällsämnen.

Vi har ett gott samarbete med ABF och så fort de har tillräckligt många deltagare för att starta en cirkel blir du kallad.

ABF har ett brett utbud av studiecirklar och vi hänvisar dig till ABF:s studieprogram. Du går in på [**www.abf.se**](http://www.abf.se/) och klickar dig vidare till din lokala ABF-avdelning.

**Ta kontakt med den studieansvarige i din klubb/sektion för mer information.**

**Praktiskt**

Glöm inte att anmälan ska gå via den studieansvarige i din klubb/sektion. Var uppmärksam på sista anmälningsdag.

**Ledighet**

Du ska naturligtvis ta ledigt från arbetet enligt studieledighetslagen.

Ansök om ledighet hos din arbetsgivare senast två veckor före utbildningens start.

**Ekonomi**

Om du läser data, språk, kärn- eller samhällsämnen så subventionerar SEKO hel eller del av deltagaravgiften men ersätter inte materialkostnad.

SEKO Väst har ingen subvention när det gäller hobbycirklar.

SEKO Väst ersätter inte förlorad arbetsinkomst och reseersättning när du går en fritidscirkel.

Men hör med din klubb om dom har subvention för cirkelkostnad eller materialkostnad

**Lämna alltid din anmälan till din ansvarige studieansvarige**

**Seko Kursansökan**

|  |  |
| --- | --- |
| Kursdatum | Kursplats |

**Personuppgifter**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Personnummer | Efternamn | | Förnamn | |
| Telefon dagtid/mobil |  | |  | |
| E-post |  | |  | |
| Klubb |  | Region |  | Arbetsgivare |

**kursuppgifter**

|  |  |
| --- | --- |
| Jag har behov av barnpassning. Barnets ålder \_\_\_\_\_ | och namn \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| **Tidigare utbildningar** |  |
| GFU ARG Insikter | Bättre arbetsmiljö Skyddsombudsutbildning |

**övriga kurser/uppdrag**

|  |
| --- |
| Övriga kurser |
| Fackligt uppdrag |
| Sökandens underskrift |

**underskrift**

|  |  |
| --- | --- |
| Regionnummer | Rekommenderar Rekommenderar ej |
| Motivering |  |
| Datum | Underskrift klubb styrelseledamot |
| Telefon | Namnförtydligande |
| Datum | Underskrift region |
| Telefon | Namnförtydligande |

**Prioritering (siffra)**

|  |  |
| --- | --- |
| Klubb/sektion | Region |



**Studiekommittén**

**SEKO Väst**

**Fjärde Långgatan 48**

**413 27 Göteborg**

**Telefonnummer**

**031 - 42 94 23**

**E – post**

**studier.vast@seko.se**