

Studieprogram

2018



För alla medlemmar inom Seko Väst

I samarbete med:



<u>Hej Seko medlem</u>	3
<u>Information om ungdomskurser för dig under 30 år</u>	4
<u>Om Facket</u>	5
<u>Om Samhället</u>	6
<u>Om Främlingsfientlighet</u>	7
<u>Om försäkringar</u>	8
<u>Om Feminism</u>	9
<u>Information om medlemsutbildning</u>	10
<u>Facklig Introduktion</u>	11-12
<u>Medlemsutbildning</u>	13-14
<u>Vår Trygghet</u>	15
<u>Vem vinner valet och vad händer då?</u>	15
<u>Facklig/politisk</u>	16
<u>Ta ställning, säg ifrån!</u>	17
<u>Medlem i facket pension 55 +</u>	18-19
<u>Påverka din framtid 25+</u>	20
<u>Med livet som insats</u>	21
<u>Jämställdhet för medlemmar</u>	22
<u>Läs för mig pappa!</u>	23
<u>Läs</u>	24
<u>Blivande Förälder</u>	24
<u>Hur påverkar jag den lokala politiken</u>	25
<u>Konsumenträtt och privatekonomi</u>	25
<u>Kost och motion</u>	26
<u>Ordets makt</u>	26
<u>Påverka din arbetsmiljö</u>	27
<u>Min Pension</u>	27
<u>Schysst efter jobbet</u>	28
<u>Sociala medier</u>	29
<u>Stress och Vila</u>	29
<u>Vilket samhälle vill vi ha</u>	30
<u>Studera på din hemort</u>	31

Hej Seko-medlem!

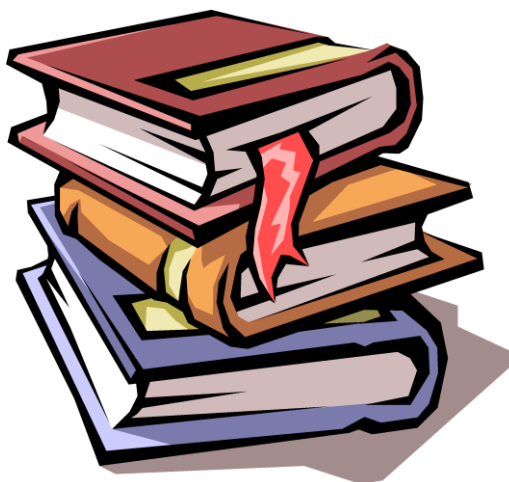
Du är välkommen till studiegemenskapen i Seko Väst.

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 studiecirkelar.

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 läses 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 färd sättet. 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 färdstättet. 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	Mölnadal	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	Mölnadal	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

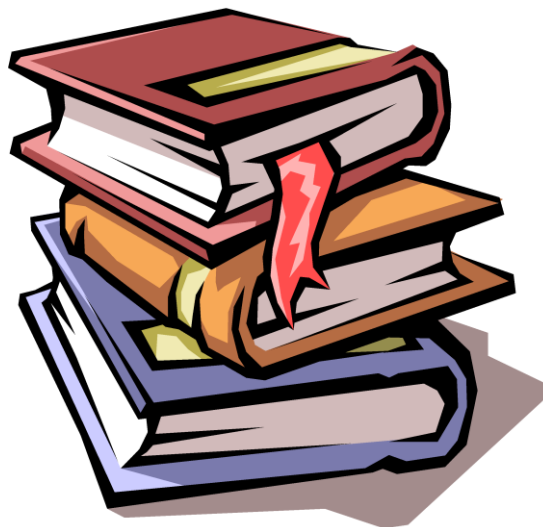
Vad har man för nytta av facket och varför ska just Du vara med?

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 försäkringskydd 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	Möndal	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	Vänernborg	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	Möndal	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	Mölnadal	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	Mölnadal	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	Mölnadal	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	Mölnadal	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

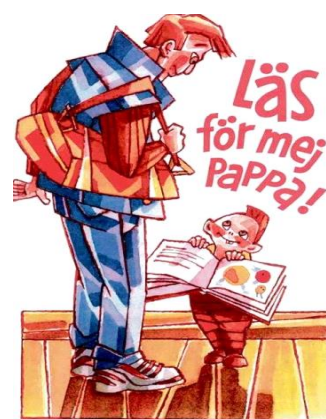
Beskrivning:

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
- Könsoverskridande 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 friskvårdskonsulent 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 trade) 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:

- Hur kan 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 studiecirkel och vi hänvisar dig till ABF:s studieprogram. Du går in på 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 hobbycirkel.

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

<input type="checkbox"/> Jag har behov av barnpassning. Barnets ålder ____ och namn _____

Tidigare utbildningar

<input type="checkbox"/> GFU	<input type="checkbox"/> ARG	<input type="checkbox"/> Insikter	<input type="checkbox"/> Bättre arbetsmiljö	<input type="checkbox"/> Skyddsombudsutbildning
------------------------------	------------------------------	-----------------------------------	---	---

övriga kurser/uppdrag

Övriga kurser
Fackligt uppdrag
Sökandens underskrift

underskrift

Regionnummer	<input type="checkbox"/> Rekommenderar	<input type="checkbox"/> 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