

Studieprogram

2023



För alla medlemmar inom Seko Väst

I samarbete med:



<u>Hej Seko medlem</u>	3
<u>Information om ungdomsutbildning för dig under 30 år</u>	4
<u>Om Facket</u>	5
<u>Om Samhället</u>	6
<u>Om Rasism</u>	7
<u>Om Feminism</u>	8
<u>Information om medlemsutbildning</u>	9
<u>Facklig Introduktion</u>	10
<u>Medlemsutbildning</u>	11-12
<u>Medlemsutbildning steg 2</u>	13
<u>Medlem i facket pension 55 +</u>	14-15
<u>Min pension</u>	16
<u>Med livet som insats</u>	17
<u>Jämställdhet för medlemmar</u>	18
<u>Läs för mig pappa!</u>	19
<u>Läs</u>	20
<u>El Chocko</u>	21
<u>Ordets makt</u>	21
<u>Stress och Vila</u>	22
<u>Schysst efter jobbet</u>	22
<u>Sociala medier och källkritik</u>	23
<u>Konsumenträtt och privatekonomi</u>	23
<u>Hela livet – Hela människan</u>	24
<u>På en död planet finns inga jobb</u>	25
<u>Gud har 99 namn</u>	25
<u>På tal om det som inte syns</u>	26
<u>Påverka din framtid 25+</u>	26
<u>Studera på din hemort</u>	27

Hej!

Välkommen till studiegemenskapen i Seko Region Väst.

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

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

Bläddra gärna igenom programmet och ta för dig av vårt utbud av utbildningar.

Kursansökan hittar du på www.seko.se.

Hittar du någon kurs du gärna vill gå, fyll i blanketten och lämna till din fackliga företrädare.

Genom att ansöka till utbildningar godkänner deltagaren att deltagarens uppgifter, som namn, kontaktuppgifter samt eventuella kostönskemål, kan lämnas ut till våra externa samarbetspartners, såsom hotell/konferensanläggningar, resebolag, restauranger/catering. Anledningen är för att vi ska kunna erbjuda deltagaren utbildningen/konferensen samt vid behov boka resor, kost och logi i samband med kursdeltagandet.

Studiekommittén
Seko Väst

Ungdomsutbildning för dig under 30 år

Ungdomsutbildning är för dig under 30 år. När du anmäler dig till en utbildning är det viktigt att du samtidigt tar ledigt från jobbet så att du kan vara med på utbildningen.

Om du av någon anledning inte kan komma till utbildningen måste du meddela detta. Ibland finns det kompisar som står på reservplats och vill vara med.

Om du inte avbokar dig från utbildningen får din klubb en avbokningskostnad.

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

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

På internatutbildningarna ingår även logikostnaden.

Du tar ledigt från arbetet enligt studieledighetslagen med helt löneavdrag.

Ledigheten är semesterlönegrundande. Du får ett skattefritt stipendium från Seko, på 125 kronor per timme som ersättning för den förlorade arbetsförtjänsten.

Alla utbildningar är alkohol- och drogfria.

Vi ersätter resan mellan hemort och utbildningsstället med det billigaste färd sättet.

Ersättning för egen bil är 18,50 kr/ mil (skattefritt belopp), men **då gäller samåkning**.

OBS! Går utbildningen på externat är det allmänna kommunikationer som gäller.

Om Facket

Arrangör: LO-Distriktet Västsverige

Medlemmar och ickemedlemmar är välkomna att söka den här utbildningen.

Om Facket är en i raden av tvärfackliga utbildningar i LO:s utbildningspaket för ungdomar under 30 år.

En utbildning 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	8-9	Göteborg	Externat	3 feb
Mars	23-24	Skövde	Externat	17 feb
Mars	30-31	Göteborg	Externat	24 feb
Maj	29-30	Göteborg	Externat	28 april
Oktober	5-6	Göteborg	Externat	5 sept
Oktober	12-13	Skövde	Externat	12 sept
Oktober	19-20	Göteborg	Externat	19 sept

Om Samhället

Arrangör: LO-Distriktet Västsverige

Om Samhället är en i raden av tvärfackliga utbildningar i LO:s utbildningspaket för ungdomar under 30 år. En utbildning 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

Förkunskaper

Medlemsutbildning/ Om Facket eller motsvarande kunskaper.

Månad	Datum	Kursplats	Kurstyp	Till regionen senast
April	17-18	Göteborg	Externat	17 feb
Maj	4-5	Göteborg	Externat	31 mars
November	6-7	Göteborg	Externat	6 okt

Om Rasism

Arrangör: LO-Distriktet Västsverige

Om Rasism är en i raden av tvärfackliga utbildningar i LO:s utbildningspaket för ungdomar under 30 år.

Om Rasism är en temautbildning. Kursens övergripande mål är att ge dig som deltagare en grundläggande förståelse för varför antirasism är en kärnfacklig fråga samt fackföreningsrörelsens människosyn i kontrast med rasism och fascism

Förkunskaper

Medlemsutbildning/ Om Facket eller motsvarande kunskaper.

Månad	Datum	Kursplats	Kurstyp	Till regionen senast
Juni	7-9	Göteborg	Externat	5 maj
November/ December	30-31/11-1/12	Göteborg	Externat	29 okt

Om Feminism

Arrangör: LO-Distriktet Västsverige

Om Feminism är en i raden av tvärfackliga utbildningar i LO:s utbildningspaket för ungdomar under 30 år. En utbildning 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?

Förkunskaper

Om Facket och Om Samhället eller motsvarande kunskaper.

Månad	Datum	Kursplats	Kurstyp	Till regionen senast
Maj	16-17	Göteborg	Externat	14 april
November	23-24	Göteborg	Externat	23 okt

Information om medlemsutbildning

För alla medlemmar som **inte har förtroendeuppdrag** inom Seko.
När du anmäler dig till utbildning så söker du ledigt från jobbet.

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

Utbildningen går i regel en dag i veckan.

Du tar ledigt enligt studieleddighetslagen med helt löneavdrag. Seko betalar ut ett skattefritt stipendium till dem som genomgår introduktionsutbildning eller medlemsutbildning. Stipendiet är på 124 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 färd sättet. Ersättning för egen bil är 18,50 kronor per mil, skattefritt, men **då gäller samåkning.**

OBS! Går utbildning på externat är det allmänna kommunikationer som gäller.

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

Facklig Introduktion

Du, facket och kollektivavtalet

Arrangör: ABF

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).

Innehåll:

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

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Mars	9		Göteborg	Externat	10 feb
Mars	9		Borås	Externat	3 feb
Mars	10		Kungälv	Externat	20 jan
April	28		Mölnlycke	Externat	24 mars
Maj	12		Göteborg	Externat	24 mars
Maj	17		Göteborg	Externat	21 april
Oktober	11		Distans	Distans	8 sept
Oktober	20		Göteborg	Externat	1 sept
November	24		Möln dal	Externat	6 okt
December	9	Lätt svenska	Göteborg	Externat	20 okt

Medlemsutbildning

Arrangör: ABF

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

Utbildningen omfattar tre heldagar (24 timmar).

På ett enkelt sätt får du information om hur och varför fackföreningar bildades och varför facket behövs idag. Utbildningen är tvärfacklig.

Innehåll:

- 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	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Januari	18-20		Borås	Externat	16 dec
Januari/ Februari	30-31/1+1/2		Strömstad	Externat	9 dec
Februari	6-8		Göteborg	Externat	2 dec
Februari	6-8		Uddevalla/Trollhättan	Externat	2 dec
Februari	8-10		Borås	Externat	6 jan
Februari	20-22		Mölnadal	Externat	6 jan
Februari	22-24		Stenungsund	Externat	13 jan
Februari/ Mars	27-28/2 + 1/3		Distans	Distans	13 jan
Mars	1 + 8 + 15		Tidaholm	Externat	13 jan
Mars	6-8		Göteborg	Externat	20 jan
Mars	9 + 16 + 23		Skövde	Externat	20 jan
Mars	13 + 20 + 27		Borås	Externat	3 feb
Mars	14 - 16		Halmstad	Externat	3 feb
Mars	20-22		Mariestad	Externat	3 feb
Mars	27-29		Lidköping	Externat	10 feb
Mars	27-29	Arabiska	Göteborg	Externat	10 feb

Mars	27-29	Engelska	Distans	Distans	10 feb
April	17-19	Arabiska	Distans	Distans	3 mars
April	17-19		Göteborg	Externat	3 mars
April/ Maj	18 + 25/4 + 2/5		Falköping	Externat	3 mars
April	19-21		Distans	Distans	17 mars
Arpil	24-26		Uddevalla/Trollhättan	Externat	10 mars
Maj	2-4		Kungälv	Externat	17 mars
Maj	2-4		Skövde	Externat	17 mars
Maj	8-10		Borås	Externat	31 mars
Maj	8-10		Falkenberg	Externat	31 mars
Maj	22-24		Lilla Brattön	Internat	6 april
Maj	22-24	Lätt svenska	Göteborg	Externat	6 april
Maj	29-31		Distans	Distans	14 april
September	11-13		Skövde	Externat	22 juni
September	20-22		Stenungsund	Externat	22 juni
September	25-27		Distans	Distans	22 juni
September	25-27		Göteborg	Externat	22 juni
September	26-28		Borås	Externat	26 aug
Oktober	2-4		Åmål	Externat	18 aug
Oktober	4+13+20		Göteborg	Externat	18 aug
Oktober	9-11		Mölnadal	Externat	25 aug
Oktober	9-11	Engelska	Göteborg	Externat	25 aug
Oktober	10-12	Arabiska	Skövde	Externat	25 aug
Oktober	13 + 19 + 26		Borås	Externat	8 sept
Oktober	18-20		Uddevalla/Trollhättan	Externat	1 sept
Oktober	23-25		Mariestad	Externat	8 sept
Oktober	23-25		Falkenberg	Externat	8 sept
November	1 + 8 + 15		Tidaholm	Externat	15 sept
November	1 + 8 + 15		Falköping	Externat	15 sept
November	6-8		Distans	Distans	15 sept
November	7 + 14 + 21		Skövde	Externat	15 sept
November	13-15		Göteborg	Externat	22 sept
November	13-15	Engelska	Mölnadal	Externat	22 sept
November	15-17		Distans	Distans	6 okt
November	20-22		Kungälv	Externat	6 okt
November	27-29		Uddevalla/Trollhättan	Externat	13 okt
December	4-6		Göteborg	Externat	20 okt
December	4-6		Borås	Externat	27 okt
December	4-6		Halmstad	Externat	27 okt

Medlemsutbildning steg 2

Arrangör: ABF

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	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Mars	13-15		Skövde	Externat	27 jan
Mars	13-15		Göteborg	Externat	27 jan
Maj	2-4		Uddevalla/ Trollhättan	Externat	17 mars
Maj	15-17		Falkenberg	Externat	31 mars
Maj	17 + 24 + 31		Tidaholm	Externat	31 mars
Maj	17 + 24 + 31		Falköping	Externat	31 mars
Maj	24-26		Borås	Externat	14 april
Juni	12-14		Göteborg	Externat	28 april
September	4-6		Göteborg	Externat	9 juni
Oktober	12-13+16		Uddevalla/ Trollhättan	Externat	25 aug
Oktober	16-18		Göteborg	Externat	1 sept
November	6-8		Lidköping	Externat	15 sept
November	13-15		Falkenberg	Externat	22 sept
November	15-17		Skövde	Externat	22 sept
November	20-22		Mariestad	Externat	6 okt
November	21-23		Borås	Externat	13 okt
November	27-29		Göteborg	Externat	13 okt

Medlem i facket pension 55 +

Arrangör: ABF

En medlemsutbildning för dig som är på väg att lämna arbetslivet. Vad har jag för rättigheter som äldre arbetstagare. Hur stor blir min pension?

Vad ska jag göra efter min pension?

Utbildningen omfattar 3 heldagar och är tvärfacklig.

Innehåll:

- Försäkringar före och efter pensionen
- Lär dig beräkna din pension
- När ska du ta pension? 61-67 år?
- Livet som pensionär

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Februari	13-15		Göteborg	Externat	29 dec
Februari	13-15		Uddevalla	Externat	29 dec
Februari/ Mars	21 + 28/2 + 7/3		Skara	Externat	6 jan
Mars	6-8		Mölnadal	Externat	20 jan
Mars	7-9		Mölnlycke	Externat	20 jan
Mars	9 + 16 + 23		Lidköping	Externat	20 jan
Mars	15 + 22 + 29		Borås	Externat	3 feb
April	3-5		Göteborg	Externat	10 feb
April	4 + 13 + 20		Skövde	Externat	10 feb
April	12 + 19 + 26		Tidaholm	Externat	17 feb
April	24-26		Kungälv	Externat	10 mars
Maj	4 + 11 + 25		Mariestad	Externat	16 mars
Maj	8-10		Lilla Brattön	Internat	24 mars
Juni	12-14		Lilla Brattön	Internat	28 april

September	4-6		Lilla Brattön	Internat	9 juni
September	25-27		Lilla Brattön	Internat	22 juni
September/ Oktober	28/9 + 5+12/10		Lidköping	Externat	22 juni
Oktober	2-4		Göteborg	Externat	18 aug
Oktober	9 + 16 + 23		Borås	Externat	1 sept
Oktober	11 + 18 + 25		Tidaholm	Externat	25 aug
Oktober	17 + 24 + 31		Skara	Externat	8 sept
Oktober/ November	19 + 26/10 + 2/11		Skövde	Externat	8 sept
Oktober	25-27		Mölnlycke	Externat	15 sept
Oktober/ November	30/1-1/11		Mölndal	Externat	15 sept
November	2 + 9 + 16		Falköping	Externat	15 sept
November	6-8		Kungälv	Externat	22 sept
November	9 + 16 + 23		Mariestad	Externat	15 sept
November	16-17+ 20		Uddevalla/ Trollhättan	Externat	29 sept
November	20-22		Göteborg	Externat	6 okt
December	11-13		Mölndal	Externat	27 okt

2024

Februari	12-14		Göteborg	Externat	22 dec
Februari	15-16+19		Uddevalla/Trollhättan	Externat	22 dec
Mars	4-6		Mölndal	Externat	19 jan
Mars	4-6		Mölnlycke	Externat	19 jan

Min pension

Arrangör: ABF

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

Innehåll:

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

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Maj	11		Göteborg	Externat	24 mars
November	16		Göteborg	Externat	29 sept

Med livet som insats

Arrangör: ABF

Detta är en utbildning 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	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Februari/ Mars	28/2-2/3		Göteborg	Externat	17 jan
Oktober	9-11		Göteborg	Externat	25 aug
November	13-15		Göteborg	Externat	22 sept

Jämställdhet för medlemmar

Arrangör: ABF

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.

Innehåll:

- Könsoverskridande identitet
- Etnisk tillhörighet
- Trosuppfattning
- Funktionshinder
- Sexuell läggning
- Ålder

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Maj	15-17		Göteborg	Externat	31 mars
Oktober	23-25		Göteborg	Externat	8 sept

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	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Mars	23		Göteborg	Externat	3 feb
Maj	11		Kungälv	Externat	24 mars
September	21		Göteborg	Externat	22 juni

Läs!

Arrangör: ABF

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	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
April	20		Göteborg	Externat	3 mars
Oktober	19		Göteborg	Externat	1 sept
November	30		Kungälv	Externat	13 okt

Temadagar

El Chocko

Arrangör: ABF

27 årige Jonas åkte fast på en flygplats i Bolivia med nästan tre kilo kokain i väskorna. Hans första tid på det ökända fängelset El penal de San Pedro blev en kamp för livet. Men åren i fängelset blev också en vändpunkt i Jonas liv. En fängslande föreläsning om livet, kampen, drogmissbruk och vägen ut.

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
November	2		Göteborg	Externat	15 sept

Ordets makt

Arrangör: ABF

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.

Innehåll:

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

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
November	16		Göteborg	Externat	22 sept

Stress och Vila

Arrangör: ABF

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

Innehåll:

- 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	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Oktober	26		Göteborg	Externat	8 sept

Schysst efter jobbet

Arrangör: ABF

Dagen syftar till att öka deltagarnas kunskaper och intresse kring rättvis handel (Fairtrade) 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 de?
- Hur ser arbetarnas villkor ut i andra länder och varför engagerar sig fackföreningarna i dessa frågor och på vilket sätt görs det?
- Hur påverkar mina egna val i vardagen att andra kan få bättre villkor och bättre livskvalitet

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Oktober	5		Göteborg	Externat	18 aug

Sociala medier & källkritik

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.

Innehåll:

- 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	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
September	28		Göteborg	Externat	22 juni

Konsumenträtt & Privatekonomi

Text

Innehåll:

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Juni	1		Göteborg	Externat	14 april

Hela livet – Hela människan

Klimakteriet är en naturlig del av åldrandet. Det skiljer sig mycket mellan personer vilka symtom man får och hur det upplevs. En del känner knappt av det, andra påverkas mycket.

Vi erbjuder nu dig en två dagars utbildning där du kommer få möjlighet att få vända och vrida på vad det är som händer med dig och din kropp.

Kursen kommer att bygga på att ge dig som deltagare kunskap och verktyg som ska underlätta för dig som individ, anställd och familjemedlem.

Vi kommer jobba med förhållningssätt, lagar och experter som kommer och delar med sig av sina erfarenheter och vad samhället kan erbjuda i form av råd och stöd.

- Klimakteriets kännetecken – vad är klimakteriet
- Vad händer i kroppen- hur påverkas man
- Vad händer i arbetslivet - vad kan och ska arbetsgivaren göra
- Vad kan jag göra själv – tips och idéer
- Vad kan och ska vården erbjuda?

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Oktober	23-24		Mölnadal	Externat	8 sept

På en död planet finns inga jobb

Arrangör: ABF

Text

Innehåll:

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Mars	30		Göteborg	Externat	10 feb

Gud har 99 namn

Arrangör: ABF

Text

Innehåll:

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
April	13		Göteborg	Externat	24 feb

På tal om det som inte syns

Arrangör: ABF

Text

Innehåll:

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Maj	29-31		Göteborg	Externat	14 april

Påverka din framtid 25+

Arrangör: ABF

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

Innehåll:

Har du koll på pensionen?

Vad händer om du eller din partner skulle gå bort?

Eller om ni skulle flytta isär?

Månad	Datum	Notering	Utbildningsort	Typ	Till regionen senast
Februari	27		Borås	Externat	20 jan
Maj	16		Lidköping	Externat	31 mars
Maj	23		Skövde	Externat	6 april
Oktober	30		Borås	Externat	22 sept
December	4		Skövde	Externat	20 okt

Studera på din hemort

Vill du gå en studiecirkel på din hemort?

Du kan som medlem gå studiecirkel t.ex. data, språk, kärn- eller samhällsämnen. 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.

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 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 Väst hel eller del av deltagaravgiften, men ersätter inte materialkostnad.

Seko Väst har ingen subvention när det gäller hobbycirklar, tex akvarellmålning, snickeri, matlagning, dans.

Seko Väst ersätter inte förlorad arbetsinkomst och reseersättning.

Hör med din klubb om de har subvention för cirkelkostnad eller materialkostnad.

Lämna alltid din anmälan till din studieansvarige

Studiekommittén

**SEKO Väst
Fjärde Långgatan 48
413 27 Göteborg**

**E – post
studier.vast@seko.se**