

METALSKOLEN JØRLUNDE



KURSUS- KATALOG 2025

Kurser for tillidsvalgte
og medlemmer af
Dansk Metal



INDHOLD

5	Du skal på kursus!
6	Velkommen!
9	Kurser for TR og AMR TR- og AMR-diagram
10	Grundkursus 1 TR
11	Grundkursus 1 AMR
12	Grundkursus 2 TR
13	Grundkursus 2 AMR
14	Grundkursus 3 TR
15	Grundkursus 3 AMR
16	Grundkursus 4 AMR og TR
18	Psykologi og samarbejde
19	Styrk din forhandling af lokalaftale
21	100% organisering
22	Rørprislistekursus
23	Knæk et regnskab
25	Klubkassererkursus
26	Temakursus for tillidsvalgte i kommuner og regioner
28	BrushUpKursus – offentlige overenskomster

29	OK/SU For TDC Net- og Nuuday-ansatte
30	Stressvejlederen 1
31	Stressvejlederen 2
32	Stressvejlederen 3
33	Stressvejlederen 4
35	Grundkursus for uddannelsesrepræsentanter
36	Metal Luftfart – for kabinepersonale og piloter
38	Politik og samfund
39	EU og international fagbevægelse
41	BrushUpKurser
42	Trivsel for alle
43	Konflikthåndtering
44	Klubben i centrum
45	Psykisk arbejdsmiljø for TR
48	Kemi i hverdagen
49	Opdatering af Industriens Overenskomst
50	Gennemslagskraft på SU – for privatansatte
51	Skiftehold
52	Kursusoversigt
56	Ungdomskurser
60	A/S Bestyrelsesuddannelse
62	MetalFerie



KONTAKT
METALSKOLEN
ELLER DIN
AFDELING, HVIS DU
HAR SPØRGSMÅL.

**VI GLÆDER OS
TIL AT SE DIG!**



**KARSTEN
HOLMSTRØM
NIELSEN**
UNDERVISER



**LENE
BOHOLM**
BIBLIOTEKAR/
UNDERVISER



**GUDMUNDUR
JONASSON**
UNDERVISER



**MAJBRIIT
FUERBO**
UNDERVISER



**FLEMMING
ANDERSEN**
UNDERVISER



DU SKAL PÅ KURSUS!

Det kræver en god portion viden at udfylde rollen som tillids- og arbejdsmiljørepræsentant. Og det kræver motivation løbende at gøre en forskel for kollegerne. Det får du på vores kurser på Metalskolen.

Har du gennemført grunduddannelsen, så kig på vores nye BrushUp-muligheder.

Har du gennemført grunduddannelsen, er der mange overbygnings-, tema- og BrushUpKurser, der kan styrke dig som tillidsvalgt.

Du er et naturligt samlingspunkt på din arbejdsplads som tillids- eller arbejdsmiljørepræsentant. Kollegerne stoler på dig og kommer til dig med spørgsmål om alt fra timeløn, tillæg, arbejdsskader, psykisk arbejdsmiljø og samarbejdsvanskeligheder til efter- eller videreuddannelse. Du forhandler jeres vilkår og lokalaftaler med arbejdsgiveren. Du er med til at sikre et ordentligt psykisk arbejdsmiljø og forebygge nedslidning.

Måske skal du hjælpe med at få samarbejdet på skinner igen. Måske står du over for at skulle organisere kolleger og forklare vigtigheden af, at I står sammen på arbejdspladsen – og hvilke konsekvenser det kan have, hvis I ikke gør det.

Vi ser det som en af vores fornemste opgaver at klæde dig godt og grundigt på til rollen. Men du får meget mere end uddannelse og kompetenceudvikling. Du får også et utroligt stærkt netværk med alle de andre tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter. I kommer til at dele viden og erfaring, og det giver dig et solidt fundament, som du kan bruge på din egen arbejdsplads.

Metalskolen danner en fantastisk ramme om at klæde dig på til rollen som tillidsvalgt, om styrkelse af dit netværk, og – ikke mindst – det stærke fællesskab, Dansk Metal repræsenterer.

Kort sagt: Læring, relationer og fællesskab. Vi glæder os til at se dig!

Morten Madsen
Direktør



SE MERE PÅ

[danskmetal.dk/
kurser](https://danskmetal.dk/kurser)

VELKOMMEN!

Dansk Metal tilbyder uddannelser og kurser til dig, der er tillidsvalgt eller overvejer at blive det.

I dette katalog finder du et overblik over de uddannelses- og kursustilbud, der er på programmet i 2025. Der er både grunduddannelser for tillidsrepræsentanter og arbejdsmiljørepræsentanter, overbygningskurser, politiske kurser, temakurser og BrushUpKurser.

GRUNDUDDANNELSEN

Dansk Metals grunduddannelse består af fire moduler for henholdsvis tillidsrepræsentanter og arbejdsmiljørepræsentanter. De tre første moduler afholdes opdelt for tillidsrepræsentanter og arbejdsmiljørepræsentanter, og det fjerde er fælles. På grunduddannelsen får du viden om rollen som tillidsvalgt, organisering af arbejdspladsen, forhandling, overenskomsten og arbejdsmiljøet.

På grunduddannelsen udvikler du dine faglige kompetencer og får gode relationer til tillidsvalgte fra hele landet, der er i samme situation som dig. Jeres fælles erfaringer kan blive en vigtig del af dit faglige fundament.

Du gennemgår også en personlig udvikling i løbet af grunduddannelsen. Du styrkes til at tage ordet, 'stå frem for en sag' og udfylde rollen 'som den første blandt ligemænd'. Og sidst, men ikke mindst, får du en klar fornemmelse af, at du,

som tillidsvalgt i Dansk Metal, er en del af et fællesskab, der sammen kan og vil gøre en forskel for medlemmerne, arbejdspladserne og samfundet!

MULIGHEDER EFTER GRUNDUDDANNELSEN

Metalskolen tilbyder en lang række overbygningskurser, politiske kurser, temakurser og BrushUpKurser. Du kan dygtiggøre dig yderligere indenfor områder, som fx forhandling, organisering, samarbejde og konflikthåndtering, psykisk arbejdsmiljø m.m. På overbygningskurserne får du udover ny viden mulighed for at sparre med underviserne og andre tillidsvalgte om de konkrete udfordringer, der skal løses på din arbejdsplads.

Du skal som hovedregel have gennemført grunduddannelsen for at deltage på overbygningskurserne og politiske kurser.

UNDERVISNINGSFORMEN

Undervisningen på Metalskolen veksler mellem klasseundervisning, gruppearbejde og forskellige typer af dialogaktiviteter. Underviserne har en solid praktisk erfaring og faglig viden om de emner, de underviser i. I undervisningen lægger vi stor vægt på at inddrage de udfordringer, du kommer med fra din arbejdsplads. Der kan også komme gæsteundervisere med et friskt input og kendskab til de helt aktuelle faglige sager og udfordringer.

TVÆRGÅENDE AKTIVITETER

"... Altså ... noget af det bedste ved at være på Metalskolen er at høre fra de andre tillidsvalgte, hvordan det foregår på deres arbejdsplads".

Det er et udsagn, vi ofte hører. Derfor er der fokus på, at du får mulighed for at danne netværk og dele erfaringer med andre tillidsvalgte, ikke bare på det enkelte kursus, men også på tværs af alle kurser.

Det sker fx ved Walk & Talks, hvor aktuelle forhold drøftes, MetalDialog, hvor faglige eksperter fra Dansk Metal præsenterer en relevant faglig/politisk problemstilling og lægger op til dialog, eller Organiseringstimen, hvor værdien af medlemskab af fagforeningen er i fokus.

BRUSHUPKURSER

Er du færdig med Grunduddannelsen, eller trænger du til et frisk fagligt pust, så skal du vælge et BrushUpKursus.

BrushUpKurserne er kortere kurser, der muliggør, at du kan nå at tage 2 kurser på en uge og på den måde få indblik og nye værktøjer inden for to områder. Du kan også nøjes med blot at tage det ene af kurserne.

Ugen opdeles sådan:

- ▶ Kursus 1 :
Mandag formiddag til onsdag kl. 12.00
- ▶ Kursus 2:
Onsdag efter frokost til fredag kl. 11.30.

TVÆRGÅENDE AKTIVITETER

Aktiv fritid: Her er der rig mulighed for at være aktiv i fritiden. Du finder bl.a. svømmehal med sauna, bodybikes, træningslokale, cykel og mountainbikes – eller hvad med en løbe- eller gåtur omkring Buresø.

Webinarer: Hvis du endnu ikke har været på Metalskolen, er der mulighed for at deltage online i et intromøde, hvor du kan høre mere om, hvordan kurserne foregår, og hvad du kan få ud af at deltage på vores kurser.

Metaldialog: Faglige eksperter fra Dansk Metal præsenterer en relevant faglig/politisk problemstilling og lægger op til dialog med deltagerne. Hensigten er, at både deltagere og oplægsholder får udbytte med hjem.

BrushUpKurser

BRUG EN HALV UGE PÅ 1 KURSUS
ELLER EN HEL UGE PÅ 2

Mandag kl. 10.15 – onsdag kl. 12.00
Vælg fx 1 af disse kurser:

PSYKISK ARBEJDSMILJØ FOR TR

KEMI I HVERDAGEN

FROKOST
ONSDAG

Onsdag kl. 13.00 – fredag kl. 11.30
Vælg fx 1 af disse kurser:

KLUBBEN I CENTRUM

KONFLIKTHÅNDTERING

LÆRING

RELATIONER

FÆLLESSKAB



KURSUS-STEDET

Alle kurser afvikles på Metalskolen Jørlunde.

Her er 135 enkeltværelser med eget bad/toilet. Desuden finder du en lang række faciliteter fx tv, billard, tennisbane, petanque, svømmehal, sauna og træningscenter.



KURSER FOR TR OG AMR

GRUNDUDDANNELSEN	
Grundkursus 1, TR ▼	Grundkursus 1, AMR ▼
Grundkursus 2, TR ▼	Grundkursus 2, AMR ▼
Grundkursus 3, TR ▼	Grundkursus 3, AMR ▼
Grundkursus 4, TR & AMR ▼ ▼	
OVERBYGNINGS- KURSER	POLITISKE KURSER
Psykologi og samarbejde	Politik og samfund
Styrk din forhandling af lokalaftale	EU og international fagbevægelse
TEMAKURSER	
Se forudsætningskravet under det enkelte kursus	
100% Organisering Rørpriseltekursus Knæk et regnskab Klubkassererkursus Temakursus for tillidsvalgte i kommuner og regioner BrushUpKursus – offentlig overenskomst OK/SU – for TDC Net- og Nuuday-ansatte Stressvejlederen 1 Stressvejlederen 2 Stressvejlederen 3 Stressvejlederen 4 Grundkursus for uddannelsesrepræsentanter Metal Luftfart – for kabinepersonale og piloter	

BRUSHUPKURSER

Trivsel for alle
 Konflikthåndtering
 Klubben i centrum
 Psykisk arbejdsmiljø for TR
 Kemi i hverdagen
 Opdatering af Industriens
 Overenskomst
 Gennemslagskraft på SU
 – for privatansatte
 Skiftehold

KURSUS- INDHOLD

Forståelse af tillidsrepræsentantens (TR's) opgaver

Hvilke ansvar og rettigheder har TR?

Samarbejdet med arbejdsgiveren

Overenskomst-forståelse

Faglig organisering på din arbejdsplads

Den Danske Model

Dansk Metals indsats.

KURSUSPERIODE

13.01-17.01

03.02-07.02

03.03-07.03

07.04-11.04

05.05-09.05

19.05-23.05

25.08-29.08

08.09-12.09

27.10-31.10

10.11-14.11

08.12-12.12

FORUDSÆTNING

Tillidsrepræsentant, klubbestyrelsesmedlemmer og andre fagligt interesserede.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen Jørlunde: Med overnatning.

GRUNKURSUS 1 TR

Tillidsrepræsentantens opgaver

Du får en grundig introduktion til tillidsrepræsentantens rolle.

Igenennem gruppearbejdet med cases får du præciseret, hvad dit ansvar er, og hvilke rettigheder og opgaver du har som tillidsrepræsentant.

På kurset lærer du at bruge overenskomsten som et redskab til at replace løsninger på arbejdspladsen.

Vi sætter fokus på organisering på din arbejdsplads, hvordan alle dine kolleger bliver medlemmer, og hvordan de fastholdes i Dansk Metal.

Du får kendskab til den danske model, fagforeningers og arbejdsgivers samarbejde samt Dansk Metals betydning for bedre løn- og arbejdsvilkår.

Under kurset får du indsigt i, hvad din lokalafdeling af Dansk Metal kan gøre for dig og dine kolleger.

KURSUS- INDHOLD

Arbejdsmiljørepræsentantens
rolle, ansvar, pligter og opgaver

AMR og arbejdsmiljø-
organisationen

Arbejdsskader

Arbejdsmiljø og det fagretslige
system

Hvad er den danske
arbejdsmarkedsmodel, og
hvad betyder denne for
arbejdsmiljøet.

KURSUSPERIODE

13.01-17.01

24.02-28.02

24.03-28.03

05.05-09.05

18.08-22.08

08.09-12.09

06.10-10.10

24.11-28.11

FORUDSÆTNING

Nyvalgte arbejdsmiljø-
repræsentanter og andre med
interesse for grundlæggende
arbejdsmiljø.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

GRUNDKURSUS 1 AMR

Arbejdsmiljø- repræsentantens opgaver

Dette kursus handler om arbejdsmiljø-
repræsentantens opgaver og rolle. Kurset
giver dig en grundig introduktion til, hvad det
vil sige at være arbejdsmiljørepræsentant, og
hvad din rolle er som rådgiver.

På kurset får du overblik over arbejdsmiljø-
området, herunder gældende arbejdsmiljø-
lovgivning, og hvor du replaceer relevante
oplysninger på Arbejdstilsynets og Dansk
Metals hjemmesider.

Du får inspiration til at sætte arbejdsmiljø
på dagsordenen og i strukturerede rammer.
Vi ser på de muligheder, du har som
arbejdsmiljørepræsentant, og hvordan du får
kolleger og ledelsen til at fokusere mere på
arbejdsmiljøet i din virksomhed.

Kurset giver også en introduktion til
den danske arbejdsmarkedsmodel, hvor
organiseringen indgår som en forudsætning
for et godt arbejdsmiljø. Derudover berøres
de grundlæggende regler i overenskomsten
om valg og samarbejde.

Repræsentanter fra Miljø- og
Socialsekretariatet holder oplæg om
arbejdsskadesager, samt hvilke redskaber
Dansk Metal kan hjælpe arbejdsmiljø-
repræsentanten med, såsom hvad det
fagretslige system er.

KURSUS- INDHOLD

Overenskomstens muligheder i
en lokalforhandling
Forhandlingsteknik
Forhandlingsforløb
Forhandling af lokalaftaler
Det fagretslige system.

KURSUSPERIODE

13.01-17.01
03.02-07.02
24.02-28.02
24.03-28.03
19.05-23.05
18.08-22.08
08.09-12.09
27.10-31.10
10.11-14.11
08.12-12.12

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 1 TR.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

GRUNKURSUS 2 TR

TR som forhandler

Kursets hovedtema er forhandling og forhandlingsteknik. Der vil blive afviklet et rollespil omhandlende lokale lønforhandlinger, hvor deltagerne tildeles de forskellige roller.

På kurset arbejder vi med forhandlingsteknik, fra forberedelse over forhandling til forhandlingsresultat.

Dette vil give dig redskaber til at kunne gennemføre en lønforhandling i virksomheden.

Kurset vil samtidig styrke dig i det faglige arbejde, organisering og fastholdelse af dine kolleger på arbejdspladsen.

Du vil møde en repræsentant fra forhandlingssekretariatet, der vil gennemgå Dansk Metals arbejde med overenskomsterne.

**KURSUS-
INDHOLD**

Støj
Forebyggelse
Tunge løft, træk og skub
(ergonomi)
Kemisk risikovurdering
Ventilation
Rundering
APV.

KURSUSPERIODE

27.01-31.01
03.03-07.03
07.04-11.04
25.08-29.08
06.10-10.10
27.10-31.10
24.11-28.11

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 1 AMR.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

GRUNDKURSUS 2 AMR

Forebyggelse af det fysiske arbejdsmiljø

På kurset lærer du om, hvordan det opleves at blive ældre. Vi arbejder med det fysiske arbejdsmiljø, og hvad forskningen og lovgivningen påpeger, vi kan og skal gøre indenfor dette område.

Du får inspiration til, hvordan du sammen med dine kolleger og ledelse får sat forebyggelse i arbejdsmiljøet på dagsordenen. Du får også gode ideer til, hvordan I i praksis kan forbedre det fysiske arbejdsmiljø.

Kurset bidrager desuden med konkret viden om, hvordan du kan kortlægge arbejdsmiljøet, og du får metoder til at udføre runderinger samt viden om arbejdspladsvurderingens muligheder og et dybdegående kendskab til hvile- og fridøgnreglerne.

Alt dette for at du som AMR optimerer din viden indenfor det fysiske arbejdsmiljø, og så krydrer vi ugen med at træne forhandling af arbejdsmiljøet.

På dette kursus kommer Arbejdstilsynet (AT) forbi med et indspark til, hvad og hvordan et møde med AT kan foregå.

KURSUS- INDHOLD

Udarbejdelse og indgåelse af
lokalaftaler

Uddannelses-muligheder

1-til-1-samtaler

Informationsteknik

Modtagelse af nye kolleger.

KURSUSPERIODE

27.01-31.01

10.03-14.03

07.04-11.04

19.05-23.05

25.08-29.08

22.09-26.09

06.10-10.10

10.11-14.11

24.11-28.11

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 2 TR.

Valgt som tillidsrepræsentant/
afdelingsbestyrelsesmedlem.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

GRUNKURSUS 3 TR

Organisering og lokalaftaler

Igennem gruppearbejdet med cases får du præciseret vigtigheden af indgåelsen af lokalaftaler.

På kurset arbejder vi med udarbejdelsen af lokalaftaler, fra forberedelse over opbygning til fortolkning.

Dette vil give dig værktøjer til at kunne indgå lokalaftaler i virksomheden til fordel for dig og dine kolleger.

Kurset vil samtidig styrke dig i det faglige arbejde og samtalen med nuværende og nye kolleger. Hvordan du involverer dine kolleger i det faglige arbejde og skaber fællesskab på arbejdspladsen.

En repræsentant fra Dansk Metals Uddannelsessekretariat vil sætte dig ind i, hvordan overenskomsten kan bruges til uddannelse, fra erhvervsuddannelse til videregående uddannelse.

KURSUS- INDHOLD

Hvordan arbejdes
der struktureret med
arbejdsmiljøet?

Hvad dækker begrebet psykisk
arbejdsmiljø over?

Hvad er konsekvenserne ved
dårligt arbejdsmiljø?

Hvilke regler/aftaler gælder
inden for det psykisk
arbejdsmiljø?

Forebyggelsesprincipperne for
det psykiske arbejdsmiljø

Hvad er den svære samtale og
træning i denne?

KURSUSPERIODE

27.01-31.01

10.03-14.03

19.05-23.05

25.08-29.08

22.09-26.09

27.10-31.10

08.12-12.12

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 2
AMR samt valgt arbejdsmiljø-
repræsentant.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

GRUNKURSUS 3 AMR

Psykisk arbejdsmiljø og den svære samtale

På kurset sætter vi fokus på vigtigheden af at systematisere arbejdsmiljøarbejdet med udgangspunkt i lovgivningen om det psykiske arbejdsmiljø. Når arbejdsmiljøopgaverne systematiseres, giver det arbejdsmiljøorganisationen de bedste forudsætninger for at iværksætte forebyggende initiativer.

Du får indsigt, viden og redskaber til at blive endnu bedre som arbejdsmiljørepræsentant, og du får indblik i konsekvenserne, når det psykiske arbejdsmiljø ikke er optimalt. Vi træner også den svære samtale, og hvad du kan gøre, når den form for samtale skal tages.

KURSUS- INDHOLD

Kommunikation
Argumentation
Dit kropssprog
Spørgeteknik
Samarbejdet mellem de tillids-
valgte
Organisering
Tillidsvalgt for alle
Den faglige og politiske
situation.

KURSUSPERIODE

13.01-17.01
03.02-07.02
24.02-28.02
10.03-14.03
07.04-11.04
05.05-09.05
18.08-22.08
22.09-26.09
06.10-10.10
10.11-14.11
08.12-12.12

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 3 TR
eller Grundkursus 3 AMR.
Valgt tillidsrepræsentant,
arbejds miljørepræsentant eller
Klubbestyrelsesmedlem.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

GRUNKURSUS 4 AMR OG TR

Gennemslagskraft i dit tillidshverv

Den personlige gennemslagskraft er en vigtig del af din rolle som tillidsvalgt, når der i hverdagen skal kommunikeres med kolleger og ledelse.

Derfor er det DIG, der er i fokus på denne fjerde og sidste del af grunduddannelsen for tillidsvalgte.

Du vil via praktiske øvelser arbejde med troværdighed, klare budskaber, spørgeteknik og ikke mindst dit kropssprog.

Vi arbejder med samarbejdet mellem tillidsvalgte og hvordan du bidrager til større trivsel på arbejdspladsen i hverdagen.

Trådene samles fra de forrige kurser, så du afsluttende har overblik over, hvad der skal til for at organisere medlemmerne på din arbejdsplads og varetage dine kollegers interesser.

I løbet af ugen vil en repræsentant fra Dansk Metals daglige ledelse opdatere dig på den faglige og politiske situation.



KURSUS- INDHOLD

Personlighedstyper
Samarbejds- og
kommunikationsformer
Udvikling af samarbejdskulturen
Mediation, en
kommunikationsform – en
metode til konflikthåndtering.

KURSUSPERIODE

24.03-28.03
18.08-22.08

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 4
eller Psykisk arbejdsmiljø.
Valgt tillidsrepræsentant,
arbejdsmiljørepræsentant
eller bestyrelsesmedlem.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

PSYKOLOGI OG SAMARBEJDE

Du ved det allerede. Det er ikke nok at kende det faktuelle om overenskomsten eller arbejdsmiljøloven. Som tillidsvalgt skal man også vide noget om, hvad det er, der sker imellem mennesker. Alt dette for at styrke dine evner til at kunne samarbejde og kommunikere for at opnå gode resultater.

På dette kursus sætter vi fokus på, hvad der skal til for at skabe et godt samarbejdsklima. Det handler både om din gennemslagskraft, din tillid til dig selv og til din rolle som tillidsvalgt.

Vi undersøger et udpluk af forskellige kommunikationsformer og personlighedsprofiler, der findes på en arbejdsplads, og du får indsigt og redskaber til, hvordan du bedst kan håndtere disse forskelligheder.

Kurset giver dig en øget indsigt i de forskellige psykologiske elementer, der kan være på spil på din arbejdsplads. Du lærer at afkode dem og anvende dem målrettet i dit samarbejde med ledelsen og kolleger.

Inden kurset vil du modtage en e-mail med et link til et skema, som du skal udfylde, inden vi mødes på Metalskolen Jørlunde.

KURSUS- INDHOLD

Formulering af lokalaftaler
Forhandlingens forberedelse
Informationssøgning
Forstå årsregnskab/årsrapport
Forhandlingsteknikker
Praktiske øvelser.

KURSUSPERIODE

24.03-28.03
24.11-28.11

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 4.
Samt valgt som tillidsrepræsentant/
arbejdsmiljørepræsentant
eller bestyrelsesmedlem.
Ønsker du at deltage på kurset
igen, skal du fremsende en
moteret ansøgning.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

STYRK DIN FORHANDLING AF LOKALAFTALE

Tidligere: Forhandling
af lokalaftaler

Gennem en blanding af teori, gruppearbejde og træning får du konkrete redskaber til at forhandle lokalaftaler på din virksomhed til gavn for dine kolleger.

Kurset sætter fokus på værdien af forberedelserne inden selve forhandlingen og fremskaffelse af dokumentation, der sikrer det bedste mulige forhandlingsresultat.

Der er mange teorier om forhandlingskunst. Kurset tager udgangspunkt i Harvards teori om forhandling. Hvordan du bruger forhandlingsteorien i praksis, får du forståelsen for på kurset.

Kurset sætter dig i stand til at forbedre forhandlingerne af lokalaftaler med udgangspunkt i de ønsker og behov, der er blandt dine kolleger.

Årsregnskabet/årsrapporten er et vigtigt dokument i forberedelsen af forhandlingen om en lokalaftale, men kan være lidt besværlig at forstå. Derfor får du en introduktion til forståelse af det årsregnskab/ den årsrapport, som jeres virksomhed aflægger.

Udover praktiske øvelser vil du også få indsigt i de psykologiske spil, der foregår rundt om forhandlingsbordet. På kurset kommer du til at arbejde med en eller flere lokalaftaler, du ønsker at indgå på din arbejdsplads.



HVAD SIGER KURSISTERNE?

"Alle på Metalskolen gør et fantastisk arbejde for kursisterne. Det er en fornøjelse at komme på Metalskolen."

"Det var et helt fantastisk sted. Sødt personale og lækker mad."

"Et skønt og moderne kursuscenter med fantastiske faciliteter – både under og efter undervisningen."

"Hele opholdet var yderst tilfredsstillende – alle, jeg talte med, var hjælpsomme og imødekommende."

"Rigtigt dejligt og virkeligt velholdt kursuscenter med forrygende mad og stort serviceniveau fra hele personalet."

KURSUS- INDHOLD

Redskaber til at involvere kollegerne i det faglige arbejde

Redskaber til at synliggøre de resultater, I allerede har opnået

Teknikker til at sætte relationerne til kollegerne i system

Hjælp til at kortlægge din arbejdsplads

Konkrete bud på tiltag, der kan styrke jeres sammenhold.

KURSUSPERIODE

Kurset oprettes lokalt efter ønske fra Dansk Metals lokalafdelinger.

FORUDSÆTNING

Udpeget af den lokale afdeling.
Valgt tillidsrepræsentant,
arbejds miljørepræsentant
eller bestyrelsesmedlem.

VARIGHED

2 x 2 dage.

Kurset er uden overnatning.

100% ORGANISERING

Kurset giver dig redskaber til at skabe fællesskab og gode relationer til dine kolleger. Det styrker jeres sammenhold på arbejdspladsen og jeres mulighed for indflydelse.

Organisering handler ikke kun om at have mange medlemmer eller en høj organiseringsgrad. Det handler også om fællesskabet på arbejdspladsen.

Ved at skabe et stærkt sammenhold og stå sammen kan I hjælpe hinanden til at få mest mulig indflydelse på jeres arbejdsliv og vilkår.

KURSUS- INDHOLD

Brug af Rørprislisten
Forhandlingsteknik
Fagretlige regler.

KURSUSPERIODE

27.01-31.01
24.11-28.11

FORUDSÆTNING

Rørsmed eller anden relevant
uddannelse, rørlægger og/
eller VVS-energitekniker.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

RØRPRISLISTE- KURSUS

Kurset henvender sig til rørsmede og
rørleggere, der beskæftiger sig med
VVS-arbejde, fjernvarme, ledningsarbejde,
naturgas og industribyggeri.

Du lærer at bruge Rørprislisten og dens
almindelige bestemmelser, så du får
nemmere ved at oprette og styrke akkorder.
Desuden bliver der undervist i den særlige
forhandlingsteknik inden for overenskomst-
området og de fagretlige regler.

Kurset henvender sig specielt til rørsmede i
Dansk Metal og rørleggere/VVS-montører i
Blik og Rør.

Særligt fokus på: Oprettelse af et
akkordforhold, håndtering af kopisedler,
proces om uoverensstemmelser,
gennemgang af online opmålerprogram, lav
dine egne regnskaber.

KURSUS- INDHOLD

Principperne for bogføring
Nøgletal
Revisionspåtegning
Årsberetning
Regnskabsanalyse
Dokumentation til
lønforhandlinger
Selskabsformer
Medarbejdervalg til bestyrelsen.

KURSUSPERIODE

24.02-28.02
08.09-12.09

FORUDSÆTNING

Valgt tillidsrepræsentant.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

KNÆK ET REGNSKAB

Når du har gennemført kurset, vil du som tillidsrepræsentant kunne bruge virksomhedens budgetter, regnskaber og ledelsesberetning i dit TR-arbejde.

På kurset bliver du introduceret til virksomhedernes årsrapport og økonomistyring.

Du lærer at analysere et årsregnskab, hvad de forskellige begreber som dækningsgrad og soliditetsgrad betyder, og hvad du skal være opmærksom på.

Du får indblik i forskellige selskabsformer og betydningen af at benytte retten til at vælge medlemmer til A/S-bestyrelsen.



KURSUS- INDHOLD

Regnskabsføring
Dobbeltbogholderi
Opstilling af regnskab
Lovgivning.

KURSUSPERIODE

20.10-23.10

FORUDSÆTNING

Valgt klubkasserer.

VARIGHED

4 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

KLUBKASSERER- KURSUS

På dette kursus bliver du fortrolig med kassererens arbejdsopgaver samt de grundlæggende principper i bogføring og lovgivningen omkring skat og bogføring.

Kurset gennemgår regnskabsføring, herunder det dobbelte bogholderis principper, afstemninger og opstilling af årsregnskab.

**KURSUS-
INDHOLD**

Kommunale overenskomster
Regionale overenskomster.

KURSUSPERIODE

30.04-02.05
22.10-24.10

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgte eller suppleanter for disse i kommuner og regioner.
Kurset er et supplement til Dansk Metals grundkurser.

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

TEMAKURSUS FOR TILLIDSVALGTE I KOMMUNER OG REGIONER

Temaet på kurset planlægges ud fra de tilmeldte og kan være alt fra lønforhandling til lokalaftaler.

Vi gennemgår emner ud fra eksisterende aftaler og overenskomster indenfor KL og RLTN's område. Der er god mulighed for at udveksle erfaringer med andre tillidsvalgte.

Kurset er åbent for alle tillidsvalgte håndværkere inden for de kommunale og regionale overenskomster for håndværkere og IT.



KURSUS- INDHOLD

Kommunale overenskomster
Regionale overenskomster
Statens overenskomster.

KURSUSPERIODE

11.06-13.06

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgte eller suppleanter for disse i kommuner, regioner og stat. Kurset er et supplement til Dansk Metals grundkurser.

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen Jørlunde: Med overnatning.

BRUSHUPKURSUS – OFFENTLIGE OVERENSTKOMSTER

Her har du mulighed for at blive opdateret om det nyeste indenfor det offentlige overenskomstområde.

Der er fælles velkomst, og derefter vil der være oplæg målrettet hver af de tre områder og fælles. Der er god mulighed for at udveksle erfaringer med andre tillidsvalgte og dele de gode historier.

Kurset er åbent for alle tillidsvalgte håndværkere inden for de kommunale, regionale og statslige overenskomster for håndværkere og IT.

KURSUS- INDHOLD

TDC-overenskomsten
Samarbejdsudvalget
Arbejdsretslige begreber
Informationssøgning
Forhandling.

KURSUSPERIODE

25.08-29.08

FORUDSÆTNING

Der er ingen adgangskrav,
men du skal være ansat hos
TDC Net eller Nuuday.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

OK/SU

For TDC Net- og Nuuday-ansatte

Kurset tager udgangspunkt i dine
hverdagserfaringer og din arbejdssituation og
udvikler dig i forhold til dit TR-arbejde.

Vi arbejder ud fra dine egne erfaringer
med overenskomsten og dit arbejde i SU.
SU-aftalen og overenskomsten gennemgås
grundigt, og alle deltagere får gennem
SU-spil kendskab til at arbejde med
samarbejdsaftalen.

Kurset giver dig indblik i den faglige
historik – fra telekommunikationsforbund
til CO-industri. Du bliver bekendt med de
arbejdsretlige begreber og forretningsgange
samt overenskomstens opbygning, så du kan
anvende den i hverdagen.

Du lærer også, hvor du kan søge viden, og
du bliver fortrolig med samarbejdsaftalen,
og hvordan du kan bruge den i dit daglige
SU-arbejde. Sidst, men ikke mindst, får du
indsigt i forhandlingens faser og psykologi.

KURSUS- INDHOLD

Faktuel viden om stress
Stress og mangfoldighed
Personlige værktøjer
Mentaltræning
Rollen som stressvejleder.

KURSUSPERIODE

10.03-12.03

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgte i Dansk Metal, der har fokus på arbejdspladsen.

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen Jørlunde: Med overnatning.

STRESSVEJLEDEREN 1

Fra stress til trivsel gennem samspil

På dette modul starter Stressvejlederuddannelsen, der er en uddannelse på 3 moduler af 3 dage. Over 300 tillidsvalgte har tidligere gennemført uddannelsen.

Som stressvejleder på din arbejdsplads bliver du rollemodel for dine kolleger. Derfor har vi på dette modul fokus på dig og samspillet med dine kolleger.

Du får faglig velfunderet viden om, hvad stress er, hvordan kroppen reagerer og hvilke faktorer, der udløser stress. Derudover får du konkrete og effektive værktøjer med hjem, som du kan benytte i din hverdag – privat og på jobbet.

Kurset tager udgangspunkt i erfaringer fra din dagligdag, og vi fokuserer på at alle skal opleve sig respekteret og velkommen på arbejdspladsen. Vi sætter fokus på værdier, holdninger og forventninger til et job med trivsel, samarbejde og sundhed i fokus!

Undervisningen veksler mellem teori og praktiske øvelser. Der lægges stor vægt på erfaringsudveksling, og uddannelsen afholdes i en glad, afslappet og tillidsfuld atmosfære.

KURSUS- INDHOLD

Samspillet mellem TR og AMR
Problemløsning for alle
Psykologien bag forandringer
Stress og tænkning
Mobning
Mindfulness og
nærværstræning.

KURSUSPERIODE

12.05-14.05

FORUDSÆTNING

Deltagelse på Stressvejlederen 1

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

STRESSVEJLEDEREN 2

Fællesskab i forandring

På Stressvejlederens modul II har vi hele kurset igennem fokus på dig, dine kolleger og arbejdspladsen. Hverdagen er for mange præget af ustandselige forandringer, og det kan være en udfordring af få arbejds- og familieliv til at hænge sammen – ikke mindst som tillidsvalgt.

Kurset starter med, at vi deler oplevelser og erfaringer fra sidst, du var på Stressvejlederuddannelsen.

På kurset lægges flere værktøjer i værktøjskassen, så du er klar med konkrete handlinger, hvis du eller kollegerne oplever stress, højt sygefravær eller mistrivsel.

Vi mennesker er forskellige og tilgår livets udfordringer på forskellig vis, og på kurset får du en problemløsningsmodel du kan bruge til alle du møder på din arbejdsplads uanset jeres forskelligheder.

Mobning er desværre fortsat en udfordring på mange arbejdspladser, og vi har derfor også fokus på dette i løbet af kurset.

Desuden ser vi nærmere på det psykiske arbejdsmiljø og samspillet mellem tillids- og arbejdsmiljørepræsentanten.

KURSUS- INDHOLD

Dig som Stressvejleder
Omgangstone og
grænseoverskridende adfærd
Søvn og stress
Indre stilhed og træning af
opmærksomhed
Skab mentalt fokus.

KURSUSPERIODE

11.08-13.08

FORUDSÆTNING

Deltagelse på
Stressvejlederen 1 og 2

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

STRESSVEJLEDEREN 3

Sammen gør vi en forskel

På dette sidste modul har vi fokus på din fremtidige rolle som stressvejleder og det, der skal til for at lykkedes med de gode intentioner. Vi bringer alle vores færdigheder i spil og op til evaluering.

Vi går helt tæt på de konkrete problematikker, der går igen hos mange mennesker i hverdagen på arbejdspladserne. Herunder omgangstone og grænseoverskridende adfærd.

Du bliver klædt på til at tage den gode samtale, så du kan være en god sparringspartner for både din kollega og ledelsen.

Søvnens betydning for menneskers trivsel og stress er helt afgørende og på kurset får vi besøg af en af landets største eksperter på området.

Vi afpudser de sidste personlige mentale værktøjer, så du kan stå som den stabile klippe, når der er blæst omkring dig.

KURSUS- INDHOLD

Fakta om stress
Dig som formidler
Feedbackværktøj
Mindmaps
Mit første oplæg! – Hvordan,
hvor og hvornår?

KURSUSPERIODE

08.12-10.12

FORUDSÆTNING

Uddannet Stressvejleder
– altså deltaget på
Stressvejlederen 1, 2 og 3

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

STRESSVEJLEDEREN 4

Formidling af 'Hvad er stress?'

Dette er en overbygning på Stressvejlederen, hvor du træner til at blive en kompetent formidler af fakta omkring stress. Du har som stressvejleder dyb indsigt i hvad stress er, hvordan kroppen reagerer, og hvilke faktorer, der udløser stress.

Efter kurset vil du være i stand til at viderebringe fakta omkring stress på fyraftens møder, klubarrangementer og til andre spændende arrangementer.

Du bliver godt klædt på til at stå på "scenen" og formidle dit budskab, hvilket du naturligvis kan gøre brug af i alle sammenhænge, hvor du kommunikerer med større grupper af mennesker.

Kurset afholdes i en åben og tillidsfuld atmosfære, hvor vi alle får mulighed for at prøve os selv af i uvante situationer.



KURSUS- INDHOLD

Hvordan får vi flere lærlinge og elever

Hvordan motiverer vi kolleger til efter- og videreuddannelse

Overblik over muligheder i overenskomsten

Overblik over muligheder i uddannelsessystemet

Samarbejde og sparring internt på virksomheden

Samarbejde med eksterne uddannelsesaktører.

KURSUSPERIODE

05.05-07.05

FORUDSÆTNING

Du er udpeget til uddannelsesrepræsentant

Du er medlem af uddannelsesudvalget på virksomheden.

Du er den lokalafdelingsrepræsentant, der skal sparre med de udpegede uddannelsesrepræsentanter.

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen Jørlunde: Med overnatning.

GRUNDKURSUS FOR UDDANNELSES- REPRÆSENTANTER

Dig, der er udpeget som uddannelsesrepræsentant på en af Metals overenskomster eller er på vej til at blive udpeget.

Når du har gennemført kurset, vil du have kendskab til reglerne for alle de uddannelsesmuligheder, som overenskomsten omhandler. Det er lige fra erhvervsuddannelserne over efteruddannelse til selvvalgt uddannelse og videreuddannelse.

Du kan sparre med virksomheden om at få dækket virksomhedens kompetencebehov og hjælpe dine kolleger med at få de bedste kompetencer til morgendagens job.

KURSUS- INDHOLD

Metal Luftfarts overenskomster
Arbejds miljøloven i luften
Informations søgning
Netværk og relationer

KURSUSPERIODE

22.04-24.04

FORUDSÆTNING

Ansæt som pilot eller
kabinepersonale.

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

METAL LUFTFART – FOR KABINEPERSONALE OG PILOTER

Kurset tager udgangspunkt i dine
hverdagserfaringer og din arbejdssituation
og udvikler dig i forhold til dit TR- og
AMR-arbejde.

Vi arbejder ud fra dine egne erfaringer med
overenskomsten og arbejdsmiljøloven.

Kurset giver dig indblik i den faglige historik
fra Metal Luftfart. Du bliver bekendt med de
arbejdsretlige begreber og forretningsgange
samt overenskomstens opbygning, så du kan
anvende den i hverdagen. Du lærer også,
hvor du kan søge viden, og du bliver fortrolig
med arbejdsmiljøloven, og hvordan du kan
bruge den i dit daglige arbejde.

Sidst, men ikke mindst, får du indsigt i
organisering og får skabt og vedligeholdt dit
faglige netværk.



KURSUS- INDHOLD

Overblik over de politiske partier

Indsigt i mediernes magt

Oplæg af Dansk Metals pressechef

Oplæg af Dansk Metals cheføkonom

Oplæg af forbundssekretæren fra Dansk Metals Uddannelsessekretariat

Studietur til Dansk Metals forbundshus og Christiansborg.

KURSUSPERIODE

03.02-07.02

06.10-10.10

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus 4. Valgt som tillidsrepræsentant/ arbejdsmiljørepræsentant eller medarbejdervalgt A/S-bestyrelsesmedlem.

VARIGHED

5 dage

Kursusperioder på Metalskolen Jørlunde: Med overnatning.

POLITIK OG SAMFUND

På dette kursus tager vi et kig ind i den politiske verden.

Vi sammenligner partierne og får et indblik i, hvad de mener om udvalgte emner. Hvad de skriver og ikke mindst, hvad de gør. Kan vi overhovedet kende forskel på dem, når det kommer til stykket?

De politiske beslutninger kommunalt, på Christiansborg og i EU har stor betydning for jeres kollegers arbejdsliv. Derfor er det et vigtigt indsatsområde for Dansk Metal.

På kurset får vi både besøg af og besøger Metals forbundssekretær og uddannelse, Metals cheføkonom, Metals EU-chef og Metals pressechef, der i dagligdagen arbejder med at sikre Metals indflydelse på de politiske beslutninger.

I løbet af kurset tager vi på besøg i Dansk Metals forbundshus, hvor vi møder repræsentanter og får en rundvisning. Vi besøger også Frederikssunds byrådsal, hvor borgmesteren vil fortælle om det kommunalpolitiske arbejde. Endelig besøger vi Folketinget, hvor et folketingsmedlem vi give en omvisning og fortælle om det politiske arbejde på Christiansborg.

KURSUS- INDHOLD

Mød nogle af de danske
Europaparlamentarikere.

Mød FH og DI, og hør om deres
arbejde i EU

Faglige internationale opgaver

Ophold i Bruxelles

Tur til Europa-Parlamentet

Tur til Europakommissionen.

KURSUSPERIODE

21.09-26.09

FORUDSÆTNING

Gennemført kurset
Politik og samfund.

Valgt tillidsrepræsentant,
arbejdsmiljørepræsentant
eller medarbejdervalgt A/S-
bestyrelsesmedlem.

VARIGHED

6 dage (søndag-fredag)

EU OG INTERNATIONAL FAGBEVÆGELSE

Kurset introducerer dig til EU-systemet og beslutningsprocesserne, og hvordan Dansk Metal agerer i forhold til EU.

Kurset afvikles henholdsvis på Metalskolen og i Bruxelles. Kurset starter med, at du får tilsendt lidt læsestof, så du er introduceret til EU, og hvordan EU-systemet er opbygget. Hvordan er beslutningsprocesserne, og hvordan forholder Dansk Metal sig til EU?

I Bruxelles vil du få indsigt i EU's aktuelle agenda.

Mandag morgen er der afgang til Bruxelles, hvor vi besøger EU-institutioner blandt andet parlamentet og kommissionen. Vi besøger også FH's og DI's kontor i Bruxelles.



UGER MED BRUSHUPKURSER

Uge 18

28. april-2. maj 2025

Uge 25

16.-18. juni 2025

Uge 43

20.-24. oktober 2025

BRUSHUPKURSER

BrushUpKurserne afholdes enten på Metalskolen eller online. De giver dig ny viden og inspiration til dit tillidshverv.

Kurser til dig, der

- ▶ er færdig med grunduddannelsen som tillidsvalgt og gerne vil lære nyt
- ▶ er i gang med grundkurserne eller måske endnu ikke er begyndt, men har lyst til at vide mere
- ▶ har lyst til et kursus, der varer 2½ dag eller gerne vil være på Metalskolen 5 dage
- ▶ gerne vil følge kurser, der afholdes online.

Flere af kurserne arbejder med psykisk arbejdsmiljø, andre tager udgangspunkt i overenskomstens regler samt aktuelle emner. Ens for alle kurser er, at de giver dig værktøjerne til at skabe gode løn- og arbejdsforhold i hverdagen.

Du vil kunne vælge kurser med aktuelle emner.

KURSUS- INDHOLD

Redskaber til at håndtere
mangfoldighed på
arbejdspladsen
Mangfoldighed som strategi.

KURSUSPERIODE

30.04-02.05

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgt

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

TRIVSEL FOR ALLE

BrushUpKursus

Som tillidsvalgt har du en afgørende rolle, når det handler om trivsel på arbejdspladsen og fastholdelse af medlemmer. Og fordi vi alle er forskellige, er der en stor styrke i at tænke mangfoldighed ind i sit tillidshverv, så alle føler sig hørt og engageret.

Kuret giver dig praktiske redskabet til at håndterer mangfoldighed på arbejdspladsen, sikrer alles trivsel og fastholde medlemmer.

Du får værktøjer til, hvordan du kan bruge mangfoldighed som en strategi til at styrke dit tillidshverv i hverdagen,

Vi arbejder meget konkret med din egen arbejdsplads, og går i dybden med, hvordan redskaberne kan bruges i lige netop dit job.

KURSUS- INDHOLD

Du får værktøjer til at forstå og løse konflikter.

KURSUSPERIODE

30.04-02.05

22.10-24.10

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgt

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

KONFLIKT- HÅNDTERING

BrushUpKursus

Vælg dette kursus, hvis du oplever konfliktsituationer på din arbejdsplads, det kan både være mellem kolleger og med ledelsen.

På kurset vil du blive forsynet med værktøjer til at forstå, møde og løse konflikter.

Du vil også få indsigt i, hvordan konflikter op- og nedtrappes.

Du vil opnå større forståelse for konfliktsituationer og få værdifuld viden om, hvordan du løser konflikten, så du er godt forberedt, når situationen opstår.

Vi træner også det 'at tale godt sammen' for at forbedre trivslen på arbejdspladsen.

KURSUS- INDHOLD

Etablering af klub
Genaktivering af klub
Relationsskabelse
Styrkelse af fagligt arbejde og
faglige vilkår.

KURSUSPERIODE

30.04-02.05

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgt

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

KLUBBEN I CENTRUM

BrushUpKursus

Du som tillidsvalgt oplever, at det kan være en udfordring at klare det faglige arbejde på arbejdspladsen, og du mangler nogen at sparre med.

Det er her hvor en faglig klub kommer til sin magt.

Kurset henvender sig til dig/jer som gerne vil starte eller genaktiverer den faglige klub på arbejdspladsen.

For det første er I flere om det faglige arbejde på arbejdspladsen. For det andet er en faglig klub kollegaernes lokale fagforening på arbejdspladsen. For det tredje skaber klubben synlighed i forhold til det faglige arbejde, fællesskab og ikke mindst sammenholdet blandt kollegerne på arbejdspladsen.

Dansk Metal kan rent statistisk se, at de arbejdspladser, som har en faglig klub, har bedre løn- og arbejdsvilkår end dem, som ikke har en faglig klub.

KURSUS- INDHOLD

Du får viden om eksempelvis stress, mobning og arbejdsrelateret udbrændthed
Du får værktøjer til at måle det psykiske arbejdsmiljø.

KURSUSPERIODE

28.04-30.04
20.10-22.10

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgt

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

PSYKISK ARBEJDSMILJØ FOR TR

BrushUpKursus

Kurset fokuserer på de forhold, der påvirker det enkelte menneskes trivsel i såvel positiv som negativ retning. Vi arbejder med forskellige metoder til at kortlægge det psykiske arbejdsmiljø – herunder metoder til at gennemføre arbejdspladsvurdering (APV) ud fra blandet andet IGLOmodellen.

Du får viden om de mange forhold som for eksempel mobning, stress og arbejdsrelateret udbrændthed, der indgår i begrebet psykisk arbejdsmiljø.

Du vil få konkrete værktøjer til at måle det psykiske arbejdsmiljø og få indsigt i sammenhængen mellem mistrivsel, sygdom og dårlig økonomi/produktivitet.





KURSUS- INDHOLD

Du får bedre kendskab til den kemiske risikovurdering

Du får bedre kendskab til lovgivningen på området.

KURSUSPERIODE

28.04-30.04

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgt

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

KEMI I HVERDAGEN

BrushUpKursus

Kemi er svært at undgå i virksomhederne, specielt på industrivirksomhederne. Derfor er der nu lavet et særligt kursus omkring kemi i hverdagen.

Dette kursus er for alle som gerne vil grave et spadestik dybere, for at få et bedre og dybere kendskab til den kemiske risikovurdering og lovgivningen på området.

Hvad er det man skal passe på? Hvordan får man et sikkert arbejdsmiljø? Hvad skal man være opmærksom på, når der er kemi i hverdagen?

KURSUS- INDHOLD

Bliv opdateret på de nye vilkår,
der følger med OK25.

KURSUSPERIODE

16.06-18.06

22.10-24.10

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgt

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

OPDATERING AF INDUSTRIENS OVERENSKOMST

BrushUpKursus

Du er tillidsrepræsentant på det private arbejdsmarked, og du vil gerne have en opdatering på de ændringer der er kommet ved overenskomstforhandlingerne i 2025.

Hvis du er omfattet af en anden overenskomst kan du sende info om hvilken overenskomst du arbejder på, og hvilke udfordringer du gerne vil have vi kommer ind på.

KURSUS- INDHOLD

Du bliver klogere på, hvordan et samarbejdsudvalg skal fungere i praksis.

KURSUSPERIODE

20.10-22.10

FORUDSÆTNING

Gennemført Grundkursus
1 for TR eller AMR

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

GENNEMSLAGS- KRAFT PÅ SU – FOR PRIVATANSATTE

BrushUpKursus

Når virksomhederne er i udvikling, er det vigtigt at vide hvilken betydning det har for blandt andet beskæftigelses- og produktionsforholdene. Dette foregår via samarbejde i samarbejdsudvalget, som har til opgave at udvikle samarbejdet overalt i virksomheden.

Kurset sætter derfor fokus på, hvorfor og hvordan et samarbejdsudvalg skal fungere i praksis, hvilket regelsæt man er underlagt og ikke mindst hvad din rolle og ansvar er, så du får den bedste forudsætning for at arbejde i et samarbejdsudvalg.

Vælg dette kursus hvis: Du er privatansat – Du er valgt arbejdsmiljørepræsentant eller tillidsrepræsentant – Du arbejder eller skal til at arbejde i et samarbejdsudvalg – Du har gennemgået Grundkursus 1 for TR eller AMR.

KURSUS- INDHOLD

Baggrunden for brugen af skiftehold

Regler for skifteholdsarbejde

Planlægning af skifteholdsarbejde.

KURSUSPERIODE

16.06-18.06

FORUDSÆTNING

Tillidsvalgt

VARIGHED

3 dage

Kursusperioder på Metalskolen
Jørlunde: Med overnatning.

SKIFTEHOLD

BrushUpKursus

Du er tillidsvalgt for kollegaer som arbejder på skift i hverdagen – eller skal til det.

Skifteholdsarbejde er en af flere måder, som man kan tilrettelægge den udvidet driftstid på. Det grundlæggende regelsæt for "skifteholdsarbejde" er blandt andet defineret i overenskomsterne og kan være en kompliceret størrelse.

KURSUS- OVERSIGT

GRUNKURSUS G1-TR

Kursus nr.	Uge	Periode
1010 25 03 01	3	13.01-17.01
1010 25 06 02	6	03.02-07.02
1010 25 10 03	10	03.03-07.03
1010 25 15 04	15	07.04-11.04
1010 25 19 05	19	05.05-09.05
1010 25 21 06	21	19.05-23.05
1010 25 35 07	35	25.08-29.08
1010 25 37 08	37	08.09-12.09
1010 25 44 09	44	27.10-31.10
1010 25 46 10	46	10.11-14.11
1010 25 50 11	50	08.12-12.12

GRUNKURSUS G2-TR

Kursus nr.	Uge	Periode
1020 25 03 01	3	13.01-17.01
1020 25 06 02	6	03.02-07.02
1020 25 09 03	9	24.02-28.02
1020 25 13 04	13	24.03-28.03
1020 25 21 05	21	19.05-23.05
1020 25 34 06	34	18.08-22.08
1020 25 37 07	37	08.09-12.09
1020 25 44 08	44	27.10-31.10
1020 25 46 09	46	10.11-14.11
1020 25 50 10	50	08.12-12.12

GRUNKURSUS G1-AMR

Kursus nr.	Uge	Periode
1011 25 03 01	3	13.01-17.01
1011 25 09 02	9	24.02-28.02
1011 25 13 03	13	24.03-28.03
1011 25 19 04	19	05.05-09.05
1011 25 34 05	34	18.08-22.08
1011 25 37 06	37	08.09-12.09
1011 25 41 07	41	06.10-10.10
1011 25 48 08	48	24.11-28.11

GRUNKURSUS G2-AMR

Kursus nr.	Uge	Periode
1021 25 05 01	5	27.01-31.01
1021 25 10 02	10	03.03-07.03
1021 25 15 03	15	07.04-11.04
1021 25 35 04	35	25.08-29.08
1021 25 41 05	41	06.10-10.10
1021 25 44 06	44	27.10-31.10
1021 25 48 07	48	24.11-28.11

GRUNKURSUS G3-TR

Kursus nr.	Uge	Periode
1030 25 05 01	5	27.01-31.01
1030 25 11 02	11	10.03-14.03
1030 25 15 03	15	07.04-11.04
1030 25 21 04	21	19.05-23.05
1030 25 35 05	35	25.08-29.08
1030 25 39 06	39	22.09-26.09
1030 25 41 07	41	06.10-10.10
1030 25 46 08	46	10.11-14.11
1030 25 48 09	48	24.11-28.11

GRUNKURSUS G3-AMR

Kursus nr.	Uge	Periode
1031 25 05 01	5	27.01-31.01
1031 25 11 02	11	10.03-14.03
1031 25 21 03	21	19.05-23.05
1031 25 35 04	35	25.08-29.08
1031 25 39 05	39	22.09-26.09
1031 25 44 06	44	27.10-31.10
1031 25 50 07	50	08.12-12.12

PÅ GENSYN

Metalskolen
Jørlunde

metalskolen@danskmetal.dk

Slagslundevej 13
3550 Slangerup

Telefon 4739 0100

GRUNKURSUS-G4

Kursus nr.	Uge	Periode
1040 25 03 01	3	13.01-17.01
1040 25 06 02	6	03.02-07.02
1040 25 09 03	9	24.02-28.02
1040 25 11 04	11	10.03-14.03
1040 25 15 05	15	07.04-11.04
1040 25 19 06	19	05.05-09.05
1040 25 34 07	34	18.08-22.08
1040 25 39 08	39	22.09-26.09
1040 25 41 09	41	06.10-10.10
1040 25 46 10	46	10.11-14.11
1040 25 50 11	50	08.12-12.12

PSYKOLOGI OG SAMARBEJDE

Kursus nr.	Uge	Periode
2107 25 13 01	13	24.03-28.03
2107 25 34 02	34	18.08-22.08

STYRK DIN FORHANDLING AF LOKALAFTALE

Kursus nr.	Uge	Periode
2110 25 13 01	13	24.03-28.03
2110 25 48 02	48	24.11-28.11

100% ORGANISERING

Kurset oprettes lokalt efter ønske fra
Dansk Metals lokalafdelinger.

- Grunduddannelse
- Overbygningskurser
- Temakurser
- Politiske kurser
- Brushupkurser

RØRPRISLISTEKURSUS

Kursus nr.	Uge	Periode
1924 25 05 01	5	27.01-31.01
1924 25 48 02	48	24.11-28.11

KNÆK ET REGNSKAB

Kursus nr.	Uge	Periode
1940 25 09 01	9	24.02-28.02
1940 25 37 02	37	08.09-12.09

KLUBKASSERERKURSUS

Kursus nr.	Uge	Periode
1948 25 43 01	43	20.10-23.10

TEMAKURSUS FOR TILLIDSVALGTE I KOMMUNER OG REGIONER

Kursus nr.	Uge	Periode
1004 25 18 01	18	30.04-02.05
1004 25 43 02	43	22.10-24.10

BRUSHUPKURSUS OFFENTLIGE OVERENSKOMSTER

Kursus nr.	Uge	Periode
1005 25 24 01	24	11.06-13.06

OK/SU FOR TDC NET- OG NUUDAY-ANSATTE

Kursus nr.	Uge	Periode
2061 25 35 01	35	25.08-29.08

STRESSVEJLEDEREN 1

Kursus nr.	Uge	Periode
6001 25 11 01	11	10.03-12.03

STRESSVEJLEDEREN 2

Kursus nr.	Uge	Periode
6002 25 20 02	20	12.05-14.05

STRESSVEJLEDEREN 3

Kursus nr.	Uge	Periode
6003 25 33 03	33	11.08-13.08

STRESSVEJLEDEREN 4

Kursus nr.	Uge	Periode
6004 25 50 04	50	08.12-10.12

GRUNDKURSUS FOR UDDANNELSES- REPRÆSENTANTER

Kursus nr.	Uge	Periode
1007 25 19 01	19	05.05-07.05

METAL LUFTFART – FOR KABINEPERSONALE OG PILOTER

Kursus nr.	Uge	Periode
1006 25 17 01	17	22.04-24.04

POLITIK OG SAMFUND

Kursus nr.	Uge	Periode
4600 25 06 01	6	03.02-07.02
4600 25 41 02	41	06.10-10.10

EU OG INTERNATIONAL FAGBEVÆGELSE

Kursus nr.	Uge	Periode
4610 25 39 01	39	21.09-26.09

TRIVSEL FOR ALLE

Kursus nr.	Uge	Periode
6010 25 18 01	18	30.04-02.05

KONFLIKTHÅNDTERING

Kursus nr.	Uge	Periode
3102 25 18 01	18	30.04-02.05
3102 25 43 02	43	22.10-24.10

KLUBBEN I CENTRUM

Kursus nr.	Uge	Periode
3103 25 18 01	18	30.04-02.05

PSYKISK ARBEJDSMILJØ FOR TR

Kursus nr.	Uge	Periode
3121 25 18 01	18	28.04-30.04
3121 25 43 02	43	20.10-22.10

OPDATERING AF INDUSTRIENS OVERENSKOMST

Kursus nr.	Uge	Periode
3105 25 25 01	25	16.06-18.06
3105 25 43 02	43	22.10-24.10

KEMI I HVERDAGEN

Kursus nr.	Uge	Periode
3122 25 18 01	18	28.04-30.04

GENNEMSLAGSKRAFT PÅ SU – FOR PRIVATANSATTE

Kursus nr.	Uge	Periode
3120 25 43 01	43	20.10-22.10

SKIFTEHOLD

Kursus nr.	Uge	Periode
3119 25 25 01	25	16.06-18.06

- Grunduddannelse
- Overbygningskurser
- Temakurser
- Politiske kurser
- Brushupkurser

TILMELD DIG PÅ
danskmetal.dk/kurser

UNGDOMSKURSER

TILMELDING OG INFO

Ungdomskurserne er for Dansk Metals medlemmer under uddannelse samt nyudlærte inden for to år. Udover konkret og brugbar viden får du også et stærkt netværk. Et netværk, som du kan have gavn af i hele din karriere.

Transport til Metalskolen

Spørg din lokale Metalafdeling om udlæg for tog eller bus, hvis du ikke selv kan lægge ud. Har du mere end 4 timers rejsetid med offentlig transport til Københavns Hovedbanegård, kan du rejse med fly på de ordinære ruter. Flybilletten **skal** bestilles gennem din afdeling. Bemærk dog, at du i så fald ikke vil kunne modtage refusion for transportudgifter mellem din hjemadresse og lufthavnen.

Du får betalt transporten

Du får refunderet transportudgifter, som svarer til en standard DSB-returbillet, uanset om du rejser med tog, bus eller kører selv. Vi sætter beløbet ind på din NemKonto efter kurset – husk dokumentation.

Find din Metalafdeling på danskmetal.dk/finddinafdeling

Dansk Metal dækker ikke løntab forbundet med deltagelse i et weekendkursus.

ANKOMST OG AFGANG IFM. WEEKENDKURSER

Du kan tjekke ind fredage fra kl. 20.00. Alle weekendkurserne begynder fredage kl. 21.00 med fælles velkomst og natmad på Metalskolen. Afrejse sker om søndagen efter frokost. Der er et begrænset antal pladser, og tilmelding foregår efter først-til-mølle-princippet.

FÆLLESTRANSPORT TIL METALSKOLEN

Der er mulighed for fællestransport op til Metalskolen og retur igen om søndagen efter frokost.

UNGDOMS-KONSULENTERNE

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte ungdomskonsulenterne på ungdom@danskmetal.dk

METAL UNGDOM UGEKURSUS

HVORNÅR?

17.-21. februar 2025

10.-14. november 2025

Metal Ungdom afholder et kursus, hvor vi i en hel uge kombinerer spændende faglige emner med sociale aktiviteter. Vi dykker ned i temaer som taleteknik, arbejdsmiljø, forhandlingsteknik, projektledelse, overenskomster og meget mere.

I Industriens Overenskomst § 12, stk. 1 står der, at lærlinge kan få fri uden løn i op til 1 uge for at deltage i ungdomskurser arrangeret af forbundene.

Metal Ungdom dækker derfor daglønstab, så du skal blot søge om fri uden løn hos din arbejdsgiver.

IVÆRKSÆTTER

HVORNÅR?

28. februar – 2. marts 2025

Går du rundt med en iværksætter i maven?

Kurset er både for dig, der er nysgerrig på emnet, men også for dig, der allerede har en plan og er godt på vej som selvstændig. Vi brainstormer på forretningsidéer og pitcher både idé og plan for hinanden. Du får redskaberne til at komme videre med dine drømme, selvom du ikke er en haj til hverken tal, jura eller forsikringer.

Kurset vil gøre dig skarpere på din forretningsplan og sikre, at du kommer et lille skridt tættere på drømmen om at være din egen chef.

GRAFISK DESIGN

HVORNÅR?

28. februar – 2. marts 2025

På dette kursus udforsker vi verdenen af grafisk design og SoMe.

Vi lærer dig teknikker til at skabe iøjnefaldende visuel kommunikation, og derudover får du en introduktion til SoMe, så du kan se, hvordan det kan integreres på sociale medieplatforme for maksimal effekt. Få hjælp til at lave en invitation, et program til et arrangement, et SoMe-opslag og lign. Kurset kombinerer teori med praktiske øvelser, så du får hands on-erfaring og konkrete redskaber med hjem.

Grib chancen for at udfolde din kreative side, og lad dine designs tale for sig selv!

KONFLIKTHÅNDTERING

HVORNÅR?

28. februar – 2. marts 2025

Konflikter kan ikke undgås.

De opstår på alle arbejdspladser og i hjemmet, og det kan blive et stressende element i din hverdag. Mange af os kunne være bedre til at identificere, nedtrappe og løse konflikter, hvilket er det, du vil få de grundlæggende redskaber til.

På dette kursus vil du også blive præsenteret for konflikttrappen og blive opmærksom på egen ageren i samspillet med andre.

ØKONOMI

HVORNÅR?

28. februar – 2. marts 2025

3.-5. oktober 2025

Vil du godt kunne være med, når snakken falder på lån, aktier og investering?

Føler du, at budgetter er skræmmende? Så er kurset her for dig. Vi gennemgår budgetter, forskellige typer af lån, skat og giver en introduktion til aktiemarkedet.

Dette kursus er en grundlæggende pakke, der vil give dig kontrol over din økonomiske situation og udforske dine muligheder.

BLIV ROLLEMODEL

HVORNÅR?

4.-6. april 2025

Vi har brug for flere som dig!

Bliv rollemodel for andre kvinder og kønsminoriteter, som i dag kun udgør en meget lille procentdel af lærlingene på Dansk Metals uddannelser.

På kurset får du blandt andet træning i kropssprog, hvordan du håndterer nervøsitet og holder en skarp tale. Weekenden byder på en blanding af oplæg, caseopgaver og fysiske øvelser, der giver dig mulighed for at inspirere andre kvinder og kønsminoriteter.

Kurset er for kvinder og kønsminoriteter i Dansk Metals fag.

3D-PRINT

HVORNÅR?

4.-6. april 2025

29.-31. august 2025

Fremtiden er printet. Danske virksomheder investerer mere og mere i 3D-printere for hurtigt at kunne printe fx reservedele og derved slippe for lageromkostninger og leveringstid.

Du vil blive introduceret til det mest fundamentale ved teknologien, mulighederne for benyttelse af 3D-printere i industrien og fremtidige tendenser. Kurset er skræddersyet til at give de nødvendige værktøjer til at forstå teknologien bag 3D-print og udnyttelse af mulighederne.

BLIV EN STÆRK FORHANDLER

HVORNÅR?

4.-6. april 2025

3.-5. oktober 2025

Vil du gerne forhandle bedre aftaler på virksomheden eller mere i lønposen?

Vil du gerne forhandle dig ud af opvasken derhjemme? På dette kursus får du redskaberne til at forberede og gennemføre forhandlinger for dig og andre på arbejdspladsen såvel som derhjemme. Vi lægger vægt på praktiske øvelser og på vigtigheden af at forberede sig inden selve forhandlingen.

Du får også indsigt i det psykologiske spil, der foregår rundt om forhandlingsbordet.

PROJEKTLEDELSE

HVORNÅR?

4.-6. april 2025

3.-5. oktober 2025

God projektledelse er evnen til at strukturere opgaver, fordele ansvar og planlægge effektivt.

Dette kursus vil give dig hands on-erfaring med netop dette. Du får konkrete tips og redskaber, som du kan bruge, hvis du skal være tovholder på din arbejdsplads, i din læringeklub eller i det lokale ungdomsudvalg. I løbet af weekenden brainstormer vi på projektidéer og fremlægger vores mål og projektplan for hinanden.

RETORIK

HVORNÅR?

29.-31. august 2025

Vil du være bedre til at tale for din sag, så folk omkring dig lytter til dine synspunkter?

Vil du gerne bruge sproget til at flytte andres holdninger? Så er dette grundkursus i retorik noget for dig. På kurset klæder vi dig på til at blive bedre til at argumentere, debattere og holde korte taler. Du lærer at lave de rappe replikker og slagkraftige argumenter, der giver stærke billeder på nethinden hos dem, der lytter til dig – og forhåbentlig bliver de overbevist

POLITIK FOR BEGYNDERE

HVORNÅR?

29.-31. august 2025

Træd ind i politikens verden med vores kursus "Politik for begyndere".

Dyk ned i forskellen mellem rød og blå politik, og opdag, hvordan politikerne og fagbevægelsen arbejder sammen for at påvirke forandring.

Få en bedre forståelse for forskellige politiske holdninger, og tag det første skridt mod at forstå politikens verden.

KOST OG TRÆNING

HVORNÅR?

29.-31. august 2025

På dette kursus sætter vi fokus på sundhed gennem kost og motion.

Bliv helt skarp på, hvad der skal på tallerkenen for at holde forbrændingen oppe, bygge muskler og give kroppen maksimal energi til dagen.

Vi dykker ned i teorien bag styrketræning og de rette øvelser for at forme kroppen, opnå resultater og undgå skader. Vi kombinerer både indendørs og udendørs træning af forskellig art, så vær klar til en blanding af teori og praktiske øvelser.

Uanset dit træningsniveau kommer du til at svede!

TEKNISK TEGNER

HVORNÅR?

3.-5. oktober 2025

Vi tager fat på anvendelsen af professionelle tegneværktøjer.

Vi udforsker de grundlæggende principper bag teknisk tegning og giver dig viden om, hvordan du formår at levere skarpe resultater. Uanset hvilket værktøj du støder på i hverdagen, så vil kurset ruste dig til at arbejde med høj præcision.

TILMELD DIG PÅ

danskmetal.dk/ungdomskursus

Der er et begrænset antal pladser, og tilmelding foregår efter først-til-mølle-princippet.

STED

Konventum
LO-skolen
Gl. Hellebækvej 70
3000 Helsingør
konventum.dk

KURSUS- INDHOLD

- ▶ Strategi
- ▶ Virksomhedsregnskab
- ▶ Selskabsledelse
- ▶ Ledelsesopgaver i bestyrelsesarbejdet
- ▶ Research og strategisk kommunikation

KURSUSPERIODE

Kursusnr.:

5030 25 00 01

Modul 1

24.-28. marts

Modul 2

12.-16. maj

Kursusnr.:

5030 25 00 02

Modul 1

15.-19. september

Modul 2

20.-24. oktober

A/S BESTYRELSES- UDDANNELSE

Basisuge 1 og 2

Kender du din rolle og dit ansvar som medarbejdervalgt bestyrelsesmedlem?

Som bestyrelsesmedlem er det vigtigt at deltage aktivt og udfordrende. Det gælder også for medarbejdervalgte.

Du har en særlig viden om den daglige drift, samarbejdet og systemerne i virksomheden, som er vigtig viden i bestyrelseslokalet.

Medarbejdervalgte bestyrelsesmedlemmer har samme opgaver, pligter og ansvar som de generalforsamlingsvalgte bestyrelsesmedlemmer. Det kræver, at du har et grundigt indblik i, hvad det kræver at sidde som medarbejdervalgt.

Uddannelsen henvender sig til alle medarbejder-valgte bestyrelsesmedlemmer i A/S- og ApS-bestyrelser.

FORUDSÆTNING

Valgt A/S-/ApS-bestyrelsesmedlem – ansøg via din lokale afdeling.

**TILMELD
DIG PÅ**

metalferie@
danskmetal.dk
eller 4739 0100



MetalFerie

HYGGE OG SJØV FOR HELE FAMILIEN





PÅ GENSYN

Metalskolen
Jørlunde

metalskolen@danskmetal.dk

Slagslundevej 13
3550 Slangerup
Telefon 4739 0100