



BUPL



FOA



Dansk Sygeplejeråd 

SOCIALPÆDAGOGERNE

hkcf HÆRENS KONSTABEL-
OG KORPORALFORENING

BLIK&RØR
ARBEJDERFORBUNDET

MALERFORBUNDET

**TL TEKNISK
LANDSFORBUND**

**KØST OG
ERNÆRINGS
FORBUNDET**
SUNDHED ER EN RET

**R Radiograf
Rådet**


Dansk Socialrådgiverforening



**DANSK
EL-FORBUND**

TILBUD FRA DIN FAGFORENING

1. halvår 2024



SØNDERJYLLAND



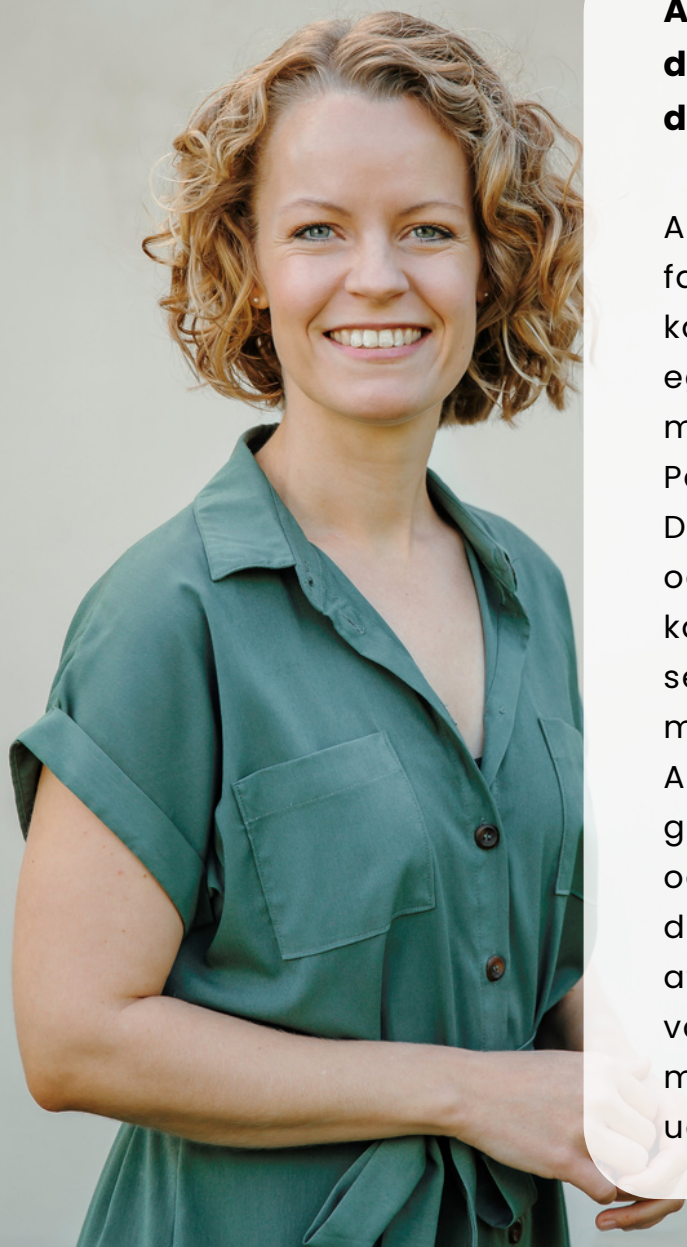
Vi ønsker at forkæle dig og dine kolleger med gode oplevelser. Din fagforening er en del af et stort fagligt fællesskab, der hedder Fagbevægelsens Hovedorganisation, som ønsker at give dig de bedste betingelser i dit arbejdsliv.

Vi forhandler løn for dig, og vi hjælper dig og din arbejdsplads, når I har brug for det.

Få mest muligt ud af dit medlemskab hos din fagforening. FH Sønderjylland har tilrettelagt attraktive tilbud på forskellige spændende og underholdende arrangementer.

Vi præsenterer et bredt udvalg af spændende aktiviteter, der er skræddersyet til at hjælpe dig med at udvikle dig både personligt og fagligt.

JANUAR 2024



AI og kunstig intelligens – hvad det vedkommer dig, og hvordan du kan bruge det i din hverdag

Alle taler om det. Alle nævner, hvor fantastisk det er, og hvor farligt det kan være. Men hvad handler det egentlig om? Er AI kun for IT og marketingfolk?

På dette foredrag med Anita Dalsgaard giver hun dig en jordnær og enkel indflyvning til, hvordan du kan bruge AI i din hverdag – også selvom du ikke arbejder med IT eller marketing.

Anita har gjort det til sin livsmission at gøre det komplicerede enkelt at forstå og jordnært at tage i brug. Hun er derfor den perfekte foredragsholder til at hjælpe os med at gøre brugen af værktøjer som ChatGPT og Midjourney mere tilgængelig og relevant for dig uanset dit job og din titel.

Fakta:

Pris: GRATIS

Tirsdag d. 30. januar 2024

Foredrag kl. 17.30 – 20.00

Sted: Sønderborg Hus

Tilmeldingsfrist: 23. januar 2024

Tilmelding: **TILMELD DIG HER**

FEBRUAR 2024



Kokkeskole Aabenraa, Tønder, Haderslev og Sønderborg i uge 7

Et familiearrangement på vores lokale FGU- skoler i det sønderjyske.

Børn over 8 år kan deltage fra kl. 11.00, hvor de er med til at tilberede og servere et lækkert måltid mad med årstidens grønsager. Børnene får en masse viden om arbejdet i et køkken, herunder hvordan man planlægger og samarbejder samt viden om råvarer, hygiejne, tilberedning og servering.

Forældre og bedsteforældre kan tilmelde sig spisning kl. 17.00.

TILMELD DIG HER
TILMELD DIG HER
TILMELD DIG HER
TILMELD DIG HER

Fakta:

Pris 150,- pr. barn. og
pr. spisende voksen.

Mandag 12/2: Aabenraa, Østergade 58, Rødekro
Tirsdag 13/2: Sønderborg, Solglimt 4
Onsdag 14/2: Haderslev, Norgesvej 51z
Torsdag 15/2: Tønder, Pioner Alle 4

FEBRUAR 2024



Foredrag om sundhed

Vi er startet på et nyt år, og nogle sætter sig hvert år nytårsfortsæt, der kun holder i kort tid. Berit Zoëga kommer med alt andet end en kur.

I stedet fortæller hun om: Hvordan undgår vi at gå sukkerkolde? Hvad kan vi selv – og sammen – gøre for at få en god energi, der varer hele dagen? Hvordan smitter vi hinanden med en god energi og undgår at blive smittet af en dårlig energi?

Helbredsmæssige sidegevinster ved hjernepauser og fornuftige kost- og motionsvaner.

Fakta:

Pris: GRATIS

Dato: 27. februar 2024

Tidspunkt: 17.30–20.00

Sted: Haderslev Idrætscenter

Tilmeldingsfrist: 20. februar 2024

Tilmelding: [TILMELD DIG HER](#)

MARTS2024

Foredrag om Kommunikation

Mik Ellegaard Bechmann arbejder som mentalcoach, underviser og foredragsholder.

Humoristisk og tankevækkende foredrag om, hvorfor det er så nemt at kommunikere, men så svært at kommunikere godt.

Gode pointer og sjove eksempler på hvordan vi mennesker kan lande i misforståelser, antagelser og konfliktoptrapning.

Mik vil komme med praksisnære værktøjer, der kan bruges både i arbejdslivet og privatlivet.

Fakta:

Pris: GRATIS

Dato: 13. marts 2024

Tidspunkt: 17.30-20.00

Sted: Sønderjyllandshallen

Tilmeldingsfrist: 6. marts 2024

Tilmelding: [TILMELD DIG HER](#)



APRIL 2024

Foredrag om Psedoarbejde

Dennis Nørmark har sammen med Anders Fogh Jensen skrevet bogen "Psedoarbejde- hvordan fik vi travlt med at lave ingenting".

Foredraget rummer både tørre facts og humor med målet om, at vi alle reflektere over måden, vi arbejder på i dag. Det kan være tilfældige arbejdsgange, bureaukrati, mødekultur og nye udviklingstiltag.

Dennis Nørmark gør op med den gamle måde at tænke arbejde på, og kommer med bud på, hvad vi hver især kan gøre som arbejdstager, leder og hvad vi kan gøre som samfund.



Fakta:

Pris: 150 kr. og 50 kr. for FH-medlemmer (du skal være medlem af en fagforening under FH)

Dato: 17. april 2024

Tidspunkt: 19.00-21.00

Sted: Sønderjyllandshallen

Tilmeldingsfrist: 10. april 2024

Tilmelding:

[TILMELD DIG HER](#)

MAJ 2024

1. maj

Foredrag og debatarrangementer.

Tjek din fagforeningsaktiviteter

JUNI 2024

Grillaften og EU-debat

Der er Europa-parlamentsvalg d. 9. juni 2024. Er du i tvivl om, hvor du skal sætte din stemme til det kommende valg?

Sammen med kokken Rune, som til dagligt arbejder på FGU, laver vi sammen et godt måltid mad over grillen.

Efter maden vil der være debatarrangement, som kan gøre os alle klogere på EU.

TILMELD DIG HER

TILMELD DIG HER

TILMELD DIG HER

TILMELD DIG HER

Fakta:

Pris: 100 kr.

Tidspunkt: 17.00-20.00

Onsdag d. 29. maj: Haderslev, Norgesvej 51z

Torsdag d. 30. maj: Aabenraa, Østergade 58, Rødekro

Onsdag d. 5. juni: Tønder, Pioner Alle 4

Torsdag d. 6. juni: Sønderborg, Solglimt 4

Tilmeldingsfrist: 20. maj 2024