



Tvärfackliga utbildningar 2025



Innehållsförteckning

Utbildningar för medlemmar	4
Förtroendemannautbildningar	8
Arbetsmiljöutbildningar	10
BAM - Repetitionsutbildning	11
LO:s Skolinformatörsutbildning	13
Försäkringsutbildning	14
LO fackutbildningar	15
Ekonomi tvärfackliga kurser 2025	16
Bra att veta vid anmälan till kurs hos ABF	18
Fakta om tvärfackliga utbildningar	19

Kontaktuppgifter till respektive ABF avdelning

ABF Västernorrland

Östra Långgatan 17, 852 36 Sundsvall
010-2804480

Frågor och intresseanmälan:

Inger Eriksson 060-64 10 66
inger.eriksson@abf.se

Ulrike Schwinn 0611-204 67
ulrike.schwinn@abf.se

ABF Jämtland/Härjedalen

Midgårdsgatan 8, 831 45 Östersund
063-57 00 00 info.jh@abf.se

Frågor och intresseanmälan:

Eva Malm 063-57 00 05
eva.malm@abf.se

Tvärfackliga utbildningar!

Utbildningar för medlemmar

OM FACKET (fd. Medlem i facket 1)

Målgrupp: Alla medlemmar. **Förkunskaper:** Inga

Innehåll:

Fackföreningen är en demokratisk medlemsorganisation och under kursen förklaras hur facket är uppbyggt samt hur medlemmar kan påverka både inom facket men också på arbetsplatsen. En mycket viktig del i kursen handlar om hur och varför den svenska fackföreningsrörelsen en gång i tiden startades, och varför de fortfarande finns kvar.

Kursen tar upp lagar och avtal som påverkar allas vår arbetsdag, som t.ex. Arbetsmiljölagen, Arbetstidslagen och Lagen om anställningsskydd. En av kursen viktigaste delar är den om kollektivavtal och varför det är av så vital betydelse för arbetet. Vilka rättigheter och skyldigheter har vi? Lägg till detta det erfarenhetsutbyte som uppstår när medlemmar från olika LO-förbund möts.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
7-9 januari	Kramfors	ABF V-norrl.	20 dec.
10-12 feb	Sundsvall	ABF V-norrl.	10 jan.
17-19 feb.	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	17 jan
25-27 feb.	Sundsvall	ABF V-norrl.	25 jan.
Denna utbildning riktar sig till medlemmar under 30 år.			
19-21 mars	Hammarstrand	ABF J/H	19 feb.
24-26 mars	Sundsvall	ABF V-norrl.	24 feb.
31/3-2/4	Kramfors	ABF V-norrl.	28 feb.
7-9 april	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	7 mars
14-16 april	Östersund	ABF J/H	14 mars
12-14 maj	Östersund	ABF J/H	12 april
*17-19 juni	Sundsvall	ABF V-norrl.	17 maj
*Denna utbildning riktar sig till medlemmar i SSU.			
8-10 sept.	Sundsvall	ABF V-norrl.	8 aug.
9-11 sept.	Östersund	ABF J/H	9 aug.
Denna utbildning riktar sig till medlemmar under 30 år.			
15-17 sept.	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	15 aug.
29/9-1/10	Kramfors	ABF V-norrl.	29 aug.
13-15 okt.	Östersund	ABF J/H	13 sept.
20-22 okt.	Sundsvall	ABF V-norrl.	20 sept.
1-3 dec.	Östersund	ABF J/H	1 nov.

Kurslängd:

24 timmar
(3 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Utbildningar för medlemmar

OM SAMHÄLLET (fd. Medlem i facket 2)

Målgrupp: Alla medlemmar

Förkunskaper: Om facket

Innehåll:

Kursen handlar om att tänka fackligt kring makt, intressen och samverkan. Vi påverkas av våra arbeten men också av allt annat som händer runt omkring oss. Politiska beslut kan både ge oss frihet eller begränsa oss, beroende av vem som styr politiken. LO-medlemmarnas erfarenheter och politiska mål måste vara formgivande för morgondagens samhälle, som präglas av rättvisa och jämlikhet.

Kursen ger också deltagarna en grundläggande förståelse för den svenska modellen, politiska ideologier ur ett fackligt perspektiv och de skydd (värn) mot angrepp som historiskt byggts upp. Målet med kursen är att ge en politisk röst åt deltagarna och deras arbetskamrater för att ytterst påverka samhällsutvecklingen. Alla fackliga frågor kan göras politiska och vice versa.

Kurslängd:

24 timmar (3 heldagar)

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
18-20 mars	Sundsvall	ABF V-norr.	18 feb.
Denna utbildning riktar sig till medlemmar under 30 år.			
21-23 maj	Östersund	ABF J/H	21 april
2-4 juni	Sundsvall	ABF V-norr.	2 maj
9-11 juni	Örnsködsvik	ABF V-norr.	9 maj
3-5 nov.	Östersund	ABF J/H	3 okt.
10-12 nov.	Sundsvall	ABF V-norr.	10 okt.
17-19 nov.	Örnsködsvik	ABF V-norr.	17 okt.

Utbildningar för medlemmar

OM FEMINISM

Målgrupp: Alla medlemmar.

Förkunskaper: *Om facket och Om samhället*

Innehåll:

Här får deltagaren möjlighet att fördjupa sin kunskap om feminism och förstå hur klasskamp och jämställdhet hänger ihop. Hur kontrollen över tiden, makten och pengarna skapar olika strukturer på jobbet, i hemmet och i samhället och hur vi kan arbeta för att förändra dessa. Vi tittar på orsaken till att olika politiska reformer och förslag bidrar till ökad eller minskad jämställdhet samt vilka syften som ligger bakom förslagen.

Deltagarna ska kunna bli en del av förändringen, bli förbannade eller upprörda, få fler perspektiv eller helt enkelt känna sig mindre ensamma i en mansdominerad bransch. Den fackliga feminismen är här för att stanna och att det finns ett stort behov av att bli fler som förstår varför och som är villiga att agera.

Kurslängd:

16 timmar
(2 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
15-16 april	Sundsvall	ABF v-norrl.	15 mars
5-6 nov.	Östersund	ABF J/H	5 okt

Utbildningar för medlemmar

OM RASISM

Målgrupp: Alla medlemmar.

Förkunskaper: *Om facket* och *Om samhället*

Innehåll:

Det här är en kurs där vi diskuterar främlingsfientlighet, politiken bakom och allas rätt att vara olika. Utbildningen syftar till att ge deltagaren en grundläggande förståelse för varför antirasism är en facklig kärnfråga samt fackets människosyn i kontrast till rasism och fascism.

Vad är rasism och hur uppstår den? Det är bara en av frågorna som kommer besvaras under kursen. Vi kommer titta på politiska strömningar i Sverige och i världen, men även på oss själva som grupp och som individer. Det är väldigt enkelt att peka på andra utan att själv reflektera över sin egen roll, och sina egna möjligheter till att vara en motkraft. Vad kan vi som facklig organisation, och deltagaren som enskild medlem, göra för att motverka en mer utbredd rasism? Hur betar vi oss på våra arbetsplatser och i vårt samhälle? Vi reder ut vilka krafter och känslor som vanligtvis ligger bakom ett förtryck av andra människor och hittar strategier för att motverka dessa.

Kurslängd:

24 timmar
(3 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
13-15 maj	Sundsvall	ABF V-norrl.	13 april
25-27 nov.	Östersund	ABF J/H	25 okt.

Förtroendemannautbildningar

VALD PÅ JOBBET - Grundläggande förtroendemannautbildning

Målgrupp:

Förtroendevalda.

Innehåll:

Är MEDLEM nyligen vald till ett förtroendeuppdrag i facket? Då är den här grundkursen något för denne, som bland annat ger: En grund om innebörden av att vara förtroendevald och hur man sköter sitt fackliga uppdrag. Rollen och delaktigheten i det fackliga arbetet på arbetsplatsen; Inspiration till arbete för ett rättvisare samhälle; Rättigheter och skyldigheter enligt lagar och avtal. Vilka frågor är de viktigaste på arbetsplatsen?

Den viktigaste beståndsdel i facket är Medlemmen. Som finns på arbetsplatsen, ser och hör om vad som händer där och tillsammans med sina fackliga kamrater kan förändra mycket. Då kursen är tvärfacklig kommer deltagarna få insikt om både skillnader och likheter mellan de olika LO-förbunden, ett mycket viktigt kunskaps- och erfarenhets utbyte.

Kurslängd:

24 timmar
(3 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
10-12 mars	Sundsvall	ABF V-norrl.	10 feb.
17-19 mars	Östersund	ABF J/H	17 feb.
14-16 april	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	14 mars
19-21 maj	Sundsvall	ABF V-norrl.	19 april
22-24 sept.	Östersund	ABF J/H	22 aug.
6-8 okt.	Sundsvall	ABF V-norrl.	6 sept.
3-5 nov.	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	3 okt.
17-19 nov.	Östersund	ABF J/H	17 okt.
24-26 nov.	Sundsvall	ABF V-norrl.	24 okt.

Förtroendemannautbildningar

LO:s MAKTUTBILDNING

Målgrupp: Förtroendevalda.

Förkunskaper: Vald på jobbet eller motsvarande.

Innehåll:

Kursen är en påbyggnadsutbildning för förtroendevalda på arbetsplatser, och dess syfte är att stärka de förtroendevalda i sitt uppdrag med fokus gällande frågor rörande organisering och samhälle/politik. Det är en levande och flexibel utbildning där varje tillfälle präglas och formas av de människor som deltar. Det är deltagarnas erfarenheter, kunskaper och behov som till stor del styr hur utbildningen utformas.

Kursen innehåller bland annat:

- Varför den svenska modellen är så viktig.
- Samtalsteknik – våga ta ett samtal.
- Relationen mellan facklig organisering och samhällsutveckling.
- Ökat inflytande på arbetsplatsen.
- Motsättningar mellan arbete och kapital.
- Nödvändigheten av samarbete och solidaritet.

Kurslängd:

16 timmar
(2 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmäl till	Sista anm.
3-4 april	Östersund	ABF J/H	3 mars
28-29 april	Sundsvall	ABF V-norr.	28 mars
12-13 maj	Örnsköldsvik	ABF V-norr.	12 april
29-30 sept.	Östersund	ABF J/H	29 aug.
17-18 nov.	Sundsvall	ABF V-norr.	17 okt.
1-2 dec.	Örnsköldsvik	ABF V-norr.	1 nov.
11-12 dec.	Östersund	ABF J/H	11 nov.

Arbetsmiljöutbildningar

Bättre arbetsmiljöarbete, BAM

Målgrupp:

Skyddsombud, ordförande och förhandlare på klubb eller sektion.

Förkunskaper: *OM Facket* och *Vald på Jobbet* eller liknande.

Innehåll:

Detta är en grundutbildning för skyddsombuden på våra arbetsplatser. Kursen går igenom vilka lagar och förordningar vi har som verktyg i vårt uppdrag att bevaka, förbättra och försvara vår arbetsmiljö. Kursen välkomnar även arbetsledare/chef att gå den tillsammans med skyddsombud.

Arbetsmiljöarbete är en ständigt pågående utvecklingsprocess som kombinerar en mångfald av aspekter på arbetsplatsen – fysiska, organisatoriska och sociala. Att skapa en god arbetsmiljö handlar inte bara om att följa lagar, det handlar även om att nå kvalitet och effektivitet. Arbetsmiljöarbetets syfte är att förebygga ohälsa och olycksfall samt att främja en god arbetsmiljö. Detta ska göras genom att ALLA på arbetsplatsen medverkar i arbetet.

Kurslängd:

40 timmar (3+2 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
10-12/3 & 10-11/4	Östersund	ABF J/H	10 feb.
17-19/3 & 14-15/4	Sundsvall	ABF V-norrl.	17 feb.
24-26/3 & 24-25/4	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	24 feb.
5-7/5 & 9-10/6	Östersund	ABF J/H	5 april
8-10/9 & 6-7/10	Östersund	ABF J/H	8 aug.
15-17/9 & 13-14/10	Sundsvall	ABF V-norrl.	15 aug.
22-24/9 & 20-21/10	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	22 aug.
5-7/11 & 9-10/12	Östersund	ABF J/H	5 okt.

BAM - Repetitionsutbildning

Målgrupp:

Skyddsombud, arbetsledare och chefer som gått BAM (grundutbildning) för 5 år sedan, eller mer.

Förkunskaper:

Tidigare godkänd BAM.

Innehåll:

Utbildningen är dels en repetition av BAM och dels en kunskaps- påfyllning, innan deltagare tar steget och ska gå SAM (Systematiskt Arbetsmiljöarbete). Det hinner hända mycket inom arbetsmiljö på 5 år. En mycket viktig del i denna kurs är Arbetsmiljöverkets nya system för arbetsmiljöföreskrifterna (AFS), som från den 1/1-25 kommer vara 15 stycken till antalet i stället för 64. Detta nya system behöver skyddsombuden hjälp med att sortera upp.

Kurslängd:

16 timmar (2 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

BAM - repetitionsutbildning.			
28-29 april	Östersund	ABF J/H	28 mars
27-28 okt.	Sundsvall	ABF V-norrl.	27 sept.

Arbetsmiljöutbildningar

Systematiskt arbetsmiljöarbete, SAM

Målgrupp:

Skyddsombud, Arbetsledare och chefer.

Förkunskaper:

Tidigare godkänd BAM.

Innehåll:

Det här är en utbildning som tar vid där BAM avslutade. Kursen handlar om att arbeta systematiskt med arbetsmiljö på arbetsplatsen. Arbetsledare/chefer är i synnerhet varmt välkomna att delta i kursen. Samverkan och delaktighet är de bärande idéer som arbetsmiljöarbetet grundas på. Genom ett systematiskt arbete i samverkan mellan arbetsgivaren och tagarna och deras fackliga organisationer kan verksamheten utvecklas och en god arbetsmiljö uppnås.

En förutsättning är att alla ges möjlighet att bidra med idéer och att utifrån egna kunskaper och erfarenheter medverka till att skapa en bra arbetsplats.

Systematiskt arbetsmiljöarbete består till mycket stor del av verktygen:

- Riskbedöma - Åtgärda – Kontrollera - Undersöka.

Kurslängd:

16 timmar

(2 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
26-27 maj	Sundsvall	ABF V-norrl.	26 april
2-3 juni	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	2 maj
16-17 juni	Östersund	ABF J/H.	16 maj
20-21 nov.	Östersund	ABF J/H	20 okt.
24-25 nov.	Örnsköldsvik	ABF V-norrl.	24 okt.
1-2 dec.	Sundsvall	ABF V-norrl.	1 nov.

LO:s Skolinformatörsutbildning

Målgrupp:

Fackligt aktiva medlemmar med uppdraget.

Förkunskaper:

OM Facket och *OM Samhället*.

Innehåll:

Uppdraget som skolinformatör innebär att besöka skolor och informera om det fackliga medlemskapet och dess värde. Det är ett viktigt uppdrag där vi söker dig som tycker om att möta unga människor och på ett pedagogiskt och tydligt sätt förklara vad den fackliga rörelsen står för.

Under dagarna går vi igenom informationsmaterialet samt diskuterar och övar på presentationer. Retorik och pedagogik är ett genomgående tema i kursens alla delar. I samband med utbildningen gör också LO-distriktet en plan för ditt framtida uppdrag.

Kurslängd:

24 timmar
(3 heldagar).

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
30/9-2/10	Sundsvall	ABF V-norrl.	29/8
Skolinformatörsträff (för alla skolinformatörer)			
11/6	Sundsvall	ABF V-norrl.	9/5

Försäkringsutbildning

Medlemsförsäkringar:

LO-distrikten och Folksam bjuder in till en gemensam utbildning.

Målgrupp:

Nyvalda försäkringsinformatörer oavsett avtalsområde.

Innehåll:

Målet med utbildningen är att försäkringsinformatören utifrån sitt uppdrag får mer kunskap om medlemsförsäkringar för att kunna informera sina arbetskamrater samt kunna hjälpa dem att anmäla skador. Syftet med utbildningen är att bygga på med fakta om medlemsförsäkringar och stärka försäkringsinformatören i sitt uppdrag.

Material: Varje anmäld försäkringsinformatör ska inför utbildningen hämta ett informationsblad på Folksams hemsida, www.folksam.se. Informationsbladet hittar du under ditt Förbund/Servicesida för förtroendevalda/Broschyrer/Informationsblad för medlemsförsäkringar.

Kurslängd:

8 timmar.

Ekonomi:

Se sidan 16.

Datum	Ort	Anmälan till	Sista anm.
6/5	Digital	ABF V-norrl.	6/4
25/11	Digital	ABF V-norrl.	6/10

LO-facken i Kommunerna

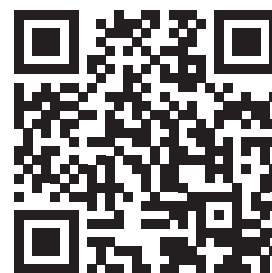
Bli en del av LO-facken i kommunen du med!

- LO-facken i Berg
- LO-facken i Bräcke
- LO-facken i Härjedalen
- LO-facken i Härnösand
- LO-facken i Kramfors
- LO-facken i Krokom
- LO-facken i Ragunda
- LO-facken i Sollefteå
- LO-facken i Strömsund
- LO-facken i Sundsvall
- LO-facken i Timrå
- LO-facken i Ånge
- LO-facken i Åre
- LO-facken i Örnsköldsvik
- LO-facken i Östersund



I varje kommun finns det ett LO-fack, för att kunna påverka och delta på lokalnivå i både aktiviteter och i politiska beslut. Det är du som bor i kommunen som vet och känner bäst till vad ni vill ha och behöver. Engagera dig du med!

Klicka på länken för intresseanmälan.
<https://forms.office.com/e/sQr4ZhdrMc>
Eller scanna QR-koden.



Intresseanmälan
LO-facken i kommunen

Introduktionsdag med LO-fackens ledamöter kommer att ske under vår och höst.

LO-distriktet i Mellersta Norrland
Östra Långgatan 13 B, 852 36 Sundsvall
060-61 44 44
lo-mellersta.norrland@lo.se
www.mellerstanorrland.lo.se

Frågor och intresseanmälan:
Christin Åhman, 070-214 45 73
christin.ahman@lo.se

Ekonomi tvärfackliga kurser 2025

TYP AV ERSÄTTNING - deltagare

VEM BETALAR?

	LO stipendium	LO utb.arvode	Förlorad arb.förtj.	Ordinarie lön	Ersättning	Resa	Boende	Kursavgift/deltagare	
OM facket	134 kr/tim				LO	Avd.	Avd.	3 400	Avd.
OM Samhället	134 kr/tim				LO	Avd.	Avd.	3 400	Avd.
OM Feminism			Ja		Avd.	Avd.	Avd.	1 000	Avd.
OM Rasism		198 kr/tim	Ja		LO	LO	LO	0	
Vald på jobbet				Ja	AG.	Avd.	Avd.	3 400	Avd.
LO Maktutb.			Ja		Avd.	Avd.	Avd.	1000	Avd.
BAM				Ja	AG	AG	AG	7 500	AG
SAM				Ja	AG	AG	AG	4 000	AG
BAM -repetition				Ja	AG	AG	AG	4 000	AG
Medl.försäkr.		198 kr/tim	Ja		LO	LO	LO	0	
Skolinformatör		198 kr/tim	Ja		LO	LO	LO	0	
LO fackens introduktion		198 kr/tim	Ja		LO	LO	LO	0	

1. Förlorad arbetsförtjänst när LO står som betalare.

Denna kan deltagare söka om den förlorade timlönen överstiger den som anges som utbildningsarvode (198 kr/tim före skatt, under 2025). Detta förfarande kräver två saker. För det första ett intyg från arbetsgivaren om där den förlorade inkomsten anges per dag eller timme. För det andra krävs att arbetsgivaren signerar ansökningsblanketten.

2. Förlorad arbetsförtjänst när Avd. står som betalare.

Denna söker deltagare på särskild blankett (fysisk eller digital) från respektive avdelning.





ABF informerar!



Bra att veta vid anmälan till kurs hos ABF

Anmälan

Det är ALLTID respektive förbundsavdelnings studieansvarig som anmäler deltagare till kurs.

Bekräftelse av anmälan

Görs till anmälan avsändare inom max 2 dagar från det att anmäld deltagare skrivits in på kurs.

Avanmälan

Deltagaren är **själv ansvarig för att avanmälan** från kurs görs, inom den tidsram som står i kallelsen, till de där angivna kontaktuppgifterna.

Boende

När behovet finns, är det den anmälade förbunds-avdelningen som sköter bokning av detta.

Parkering

Information om detta är med i kallelsen.

Kost

Notera även kostavvikelser när anmälan görs. Finns även med i kallelsen till deltagaren.

Kursrapportering

Efter avslutad kurs meddelas förbundsavdelningens studieansvarig om vilka medlemmar som genomgått kursen eller som varit frånvarande, även orsak till frånvaro meddelas.

Inställd kurs

Rapporteras till förbundsavdelningens studieansvarige och deltagare, senast 2 veckor före kursstart. I samband med detta kommer även ett erbjudande om att flytta deltagare till ett senare kurstillfälle.

Studiematerial

Ingår i kursavgiften.

Digital kurs

Privat mailadress och dator med fast uppkoppling är ett krav. Ingen ska sitta på jobbet!

Olycksfallsförsäkring

Deltagare är försäkrad till och från samt under pågående kurs.

Personnummer

Läs mer om hur ABF hanterar personnummer. <https://www.abf.se/gdpr/>



Fakta om tvärfackliga utbildningar

Målet i den fackliga rörelsen har hela tiden handlat om att alla medlemmar måste bli medvetna om sina rättigheter och möjligheter att påverka både arbetsliv och samhället. Den självklara rätten att göra sin röst hörd, ha inflytande och erbjudas möjlighet till utveckling går via att få uppleva sitt egenvärde, självkänslan. För detta arbete krävs social och demokratisk utbildning med vår egen pedagogik - alltså HUR man gör för att få andra att vilja lära.

Folkbildningens mål har alltid varit och är, att ge människor värdighet. Folkbildningspedagogiken är att i gemenskap med varandra delta i den skapande process som det innebär att ständigt söka ny lärdom. Det handlar om att erövra kunskap och insikter med vars hjälp vi kan analysera oss själva och förstå omvärlden. Folkbildningens organisationer är viktiga för att såväl individen som samhället som helhet skulle klara stora förändringar, men de är också i grunden en avgörande del av den svenska demokratin.

Kort sagt - bildning på egna villkor och långt ifrån skolans traditionella katederundervisning som för många väcker minnen av utanförskap.

Ledighet

Ledighet ansöks hos arbetsgivaren snarast, dock senast 2 veckor före kursstart.

Studieledighetslagen gäller för alla arbetstagare, inga undantag. Det spelar heller ingen roll vilken typ av anställning eller anställningstid medlem har, lagen gäller alla. Ledighet utifrån denna lag (§3) söks till de grundläggande medlemsutbildningarna.

Förtroendevald, som också är anmäld som detta till arbetsgivaren, har rätt till ledighet enligt förtroendemannalagen. Om utbildningen handlar om att ge kunskaper för att utföra uppdraget i relation till arbetsplatsen och arbetsgivaren gäller ledighet med lön (§7), gör det inte det gäller ledighet utan lön (§6).

Skyddsombud har rätt till den ledighet som fordras för uppdraget. Vid sådan ledighet bibehåller skyddsombudet sina anställningsförmåner (arbetsmiljölagen 6 kap. 4-5 §§).

