

IFMETALL
Stockholms län

STUDIE - KATALOG 2025

Det fackliga löftet

Vi lovar och försäkrar
att aldrig någonsin
under några omständigheter
arbeta på sämre villkor eller till lägre lön
än det vi nu lovar varandra.

Vi lovar varandra detta
i den djupa insikten om att
om vi alla håller detta löfte
så måste arbetsgivaren
uppfylla våra krav!

(Ur boken Löftet av Ingemar Göransson och Anna Holmgren)

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

AGERA	15
Arbetsmiljö och hälsa för medlemmar	12
Arbetsmiljö i praktiken	29
Avtalet för medlemmar	12
Bättre arbetsmiljöutbildning (BAM)	27
Förhandlarutbildning	17
Försäkringsinformatörsutbildning	31
Försäkringsutbildning för förtroendevalda	17
Försäkringsutbildning för medlemmar	12
Informationsträff för avdelningsombud/Skyddsombud	14
Insikter	30
Intresserad av fler utbildningar	32
Jämställdhet och Härskarteknik	26
Kassörsutbildning ABF	20
Kollektivavtalet	16
Kursplatser	5
Lagar i arbetslivet	16
Ledighetsansökan och anmälan till arbetsmiljöutbildning	34
Ledighetsansökan och anmälan till fackliga studier	33
LO's Maktutbildning	30
Om Facket	7-8
Om Feminism	11
Om Rasism	10
Om Samhället	9
Ordförandeutbildning ABF	19
Organisera och Rekrytera	18
Pensionsutbildning för medlemmar och förtroendevalda	18
Representantskapsutbildning	26
Revisorsutbildning	21
Praktisk information	4
Psykosocial arbetsmiljö	28
Sekreterarutbildning ABF	22
Studieorganisatörsutbildning Grund ABF	23
Studieorganisatörsutbildning Vidare ABF	24
Utbildningsstege för förtroendevalda	13
Utbildningsstege för medlemmar	6
Valberedningsutbildning	25
Vi arbetar med studier i IF Metall Stockholms Län	26
Välkommen till ett nytt studieår	3

KURSVERKSAMHET 2025

UTBILDNINGAR FÖR MEDLEMMAR UTAN FACKLIGA UPPDRAG

Arbetsmiljö och hälsa för medlemmar	12
Avtalet för medlemmar	12
Försäkringsutbildning för medlemmar	12
Om Facket	7-8
Om Feminism	11
Om Rasism	10
Om Samhället	9

UTBILDNINGAR FÖR FÖRTROENDEVALDA MEDLEMMAR

AGERA	15
Förhandlarutbildning	17
Försäkringsinformatör	31
Försäkringsutbildning	17
Informationsträff för avdelningsombud	14
Insikter	30
Jämställdhet och Härskarteknik	26
Kassörsutbildning	20
Kollektivavtalet	16
Lagar i arbetslivet	16
LO's Maktutbildning	30
Ordförandeutbildning ABF	19
Organisera och rekrytera	18
Pensionsutbildning för medlemmar och förtroendevalda	18
Revisionsutbildning	26
Representantskapsutbildning	21
Sekreterarutbildning ABF	22
Studieorganisatörsutbildning grund ABF	23
Studieorganisatörsutbildning vidare ABF	24
Valberedningsutbildning	25

ARBETSMILJÖUTBILDNINGAR

Arbetsmiljö i praktiken	29
Bättre arbetsmiljöutbildning (BAM)	27
Psykosocial Arbetsmiljö	28

INFORMATION

Intresserad av fler utbildningar	32
Kursplatser	5
Ledighetsansökan och anmälan till arbetsmiljöutbildning	34
Ledighetsansökan och anmälan till fackliga studier	33
Praktisk information	4
Utbildningsstege för förtroendevalda	13
Utbildningsstege för medlemmar	6
Vi arbetar med studier i IF Metall Stockholms Län	26
Välkommen till ett nytt studieår	3

Välkomna till IF Metalls studier 2025

När vi lämnar 2024 kan vi se en ökning av utbildningar både gällande medlemsutbildningar och på förtroendevalds utbildningarna.

Under 2025 kommer vi att utöka antalet AGERA till 5st det tillkommer även en Arbetsmiljöutbildning som heter Arbetsmiljö i praktiken.

Medlems utbildningarna byter namn under 2025.

Medlem i Facket heter nu Om Facket och Medlem i facket 2 heter Om samhället.

Dessutom tillkommer det två utbildningar Om Rasism samt Om Feminism

Studiegruppen på avdelningen vill tacka våra handledare för ett jättebra jobb under 2024 samt ett fortsatt bra samarbete under 2025.

Praktisk information

Om sista anmälningssdag och vikten av att anmäla återbud i tid vid frånvaro
Sista ansökningsdatum som står i kursprogrammet gäller datum då ansökningarna ska vara avdelningen tillhanda.

Tänk på att många söker och alla kanske inte får plats, därför är det viktigt att du meddelar förhinder i god tid, annars används medlemsavgifterna till onödiga avbokningskostnader.

Vi rekommenderar att ledigheten söks i samband med att du skickar in kursanmälan.

Reglemente vid utbildningar

För att kunna få ersättning för resa till och från kursplatsen är det allmänna färdmedel som gäller, dvs. buss, T-bana, pendeltåg.

Endast vid speciella fall, kan du få ersättning för resa med egen bil. Detta ska först godkännas av ansvarig på avdelningen.

Ledigt och kursanmälan för fackliga studier

Du har som medlem/förtroendevald rätt till ledighet för studier, oavsett vilken anställningsform och anställningstid du har och enligt semesterlagen är facklig utbildning semesterlönegrundande.

Sök ledigt för facklig utbildning samtidigt som du anmäler dig till kursen. (se reglerna i Studieleighetslagen). Blanketten hittar du i vår studiekatalog. Du kan också anmäla dig till vår Postbox studier.avd15@ifmetall.se

Om du blir antagen till kursen, får du hem ett bekräftelsebrev ca en månad innan kursstart. Kontakta din studieansvariga eller avdelningen vid frågor.

Blir du nekad ledighet ta kontakt med den som är studieansvarig på din arbetsplats eller avdelningen.

Ersättningar vid fackliga kurser

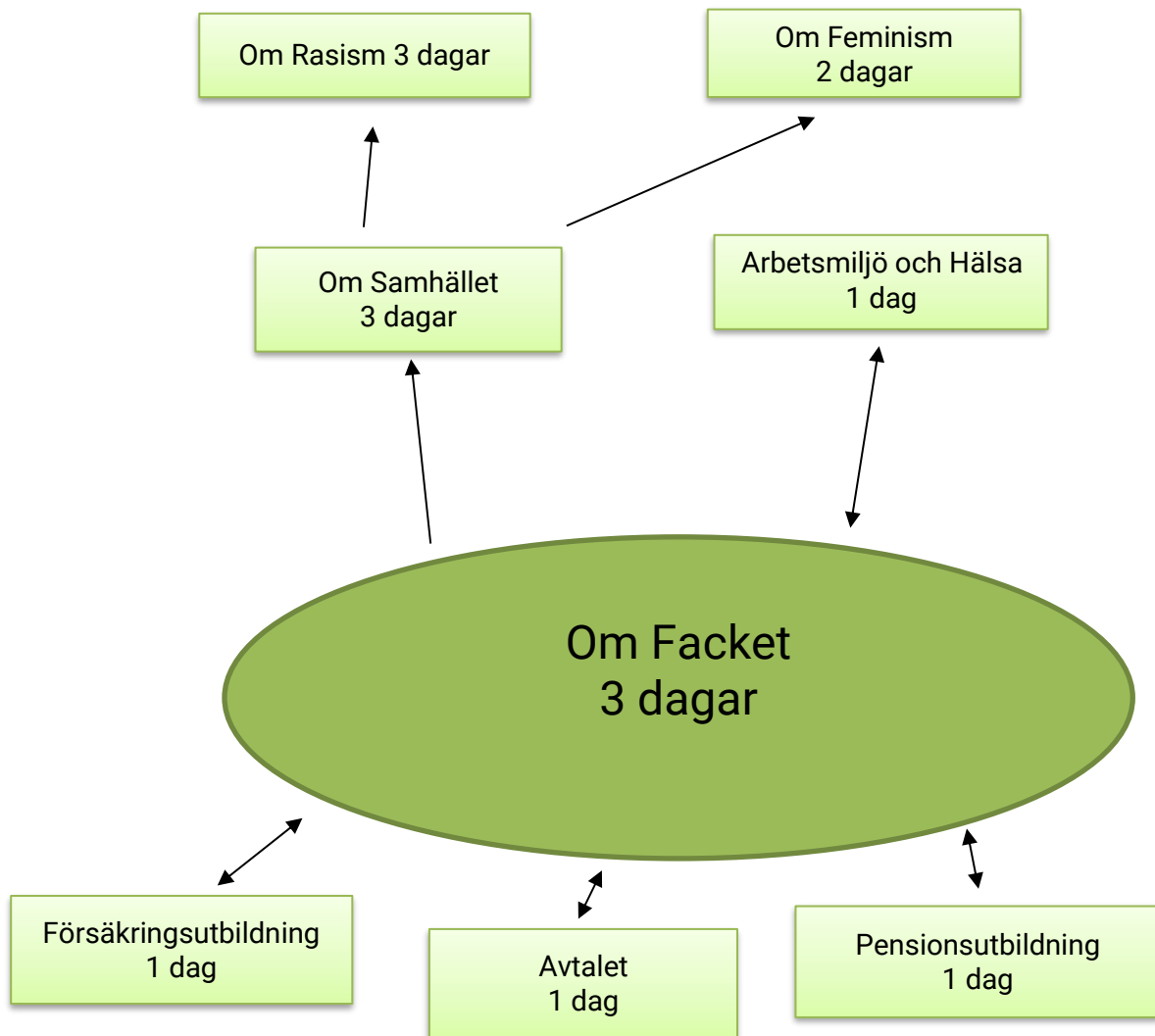
Information om ersättning för varje specifik kurs, hittar du under "Ledighet/ersättning" vid varje kurstillfälle.

OBS Om det finns matallergier eller särskilda behov, meddela det till oss så snabbt som möjligt. Det finns hjälpmedel att tillgå för de med nedsatt hörsel.

Kursplatser

IF Metall Stockholms län Kurslokal Glasfibergatan 10 Älvsjö Pendeltåg Älvsjöstation	ABF Södertälje-Nykvarn Nedre Torekällgatan 7, Södertälje Pendeltåg Östertälje station sedan buss till Södertälje centrum
Skåvsjöholm Konferens Skåvsjöholmsvägen 80 Åkersberga	Långholmens Folkhögskola Löfströms allé 7 172 66 Sundbyberg Tvärbana Bällsta Bro
Runö Folkhögskola Näsvägen 100 Åkersberga	Lustikulla Konferens & Event Liljeholmsvägen 18 Liljeholmen Pendeltåg Årstaberg Tvärbana Liljeholmen

Utbildning för medlemmar som saknar förtroendeuppdrag



Alla medlemmar har rätt till facklig grundutbildning. Det handlar om att stärka medlemmarnas fackliga medvetenhet och uppmuntra dem att använda sina demokratiska rättigheter i den fackliga organisationen, på arbetsplatsen och samhället.

Stipendium betalas ut per utbildningsdag för 2025 gäller beloppet 1 072/dag eller 134 kronor per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

OM FACKET 3 dagar (Tidigare Medlem i facket)

Alla medlemmar har rätt till en facklig grundutbildning. Stora delar av våra liv utspelar sig på arbetsplatsen, en plats där vi har både rättigheter och skyldigheter. Det handlar om lön och villkor, men också om demokrati och inflytande. Ytterst handlar det om makt och människovärde.

Kursen tar upp lagar och avtal som påverkar vår arbetsdag. Det kan handla om exempelvis Arbetstidslagen, Arbetstidslagen eller Lagen om anställningsskydd. Men det kanske viktigaste under kursen är att titta på det som faktiskt påverkar våra löner och villkor, Kollektivavtalet.

Fackföreningsrörelsen är en demokratisk medlemsorganisation och under kursen kommer du att lära hur facket är uppbyggt samt hur vi som medlemmar kan påverka både facket och arbetsplatsen.

Vi kommer också titta på hur svensk fackföreningsrörelse en gång i tiden startades. Till detta läggs alla nya människor du kommer att möta från ditt och andra LO-förbund.

Målgrupp

Medlemmar/Icke medlemmar

Ledighet/Ersättning:

Sök ledigt senast två veckor före kursstart enligt studieledighetslagen. Du ersätts med ett skattefritt stipendium om 134 kronor per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700 kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

10-12 februari	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 7 januari
17-19 februari	ABF Södertälje	Ansök senast 14 januari
24-26 februari	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 21 januari
10-12 mars	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 8 februari
17-19 mars	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 11 februari
31 mars-2 april	Långholmens Folkhögskola	Ansök senast 25 februari
7-9 april	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 3 mars
14-16 april	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 10 mars
28-30 april	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 17 mars
5-7 maj	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 1 april
12-14 maj	ABF Södertälje	Ansök senast 7 april
19-21 maj	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 14 april
26-28 maj	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 22 april

Kursdatum och plats

	OM FACKET	
25-27 augusti	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 24 juli
1-3 september	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 1 augusti
8-10 september	ABF Södertälje	Ansök senast 4 augusti
15-17 september	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 11 augusti
22-24 september	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 18 augusti
29 september - 1 oktober	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 26 augusti
13-15 oktober	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 9 september
20-22 oktober	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 16 september
27-29 oktober	Långholmens folkhögskolan	Ansök senast 23 september
17-19 november	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 14 oktober
24-26 november	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 21 oktober
1-3 december	ABF Södertälje	Ansök senast 28 november
8-10 december	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 4 november

OM SAMHÄLLET 3 dagar (tidigare Medlem i facket 2)

Har du gått Om facket eller Medlem i facket och har ett intresse för samhälle och politik? Funderar du över den orättvisa värld vi lever i och undrar om det måste vara så? Vill du bygga ett gott samhälle där det råder jämlikhet och respekt för människovärdet, i så fall är denna utbildning just för dig!

Om samhället 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 på vem som styr politiken.

LO-medlemmarnas erfarenheter och politiska mål måste vara formgivande för morgondagens samhälle, präglad av rättvisa och jämlikhet. Kursen handlar om grundläggande förståelse för den svenska modellen, politiska ideologier ur ett fackligt perspektiv och de demokratiska värn vi historiskt har byggt upp. Kursens mål är att ge en politisk röst åt dig själv och kamraterna på arbetsplatsen för att ytterst påverka samhällsutvecklingen.

Förkunskaper:

Grundläggande medlemsutbildning

Ledighet/Ersättning:

Sök ledigt senast två veckor före kursstart enligt studieledighetslagen, du ersätts med ett skattefritt stipendium om 134 kronor per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

Kursdatum och plats

3–5 mars	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 28 januari
24–26 mars	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 18 februari
31 mars-2 april	ABF Södertälje	Ansök senast 25 februari
12-14 maj	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 8 april
2-4 juni	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 29 maj
8-10 september	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 5 augusti
6-8 oktober	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 2 september
10-12 november	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 7 oktober
24-26 november	ABF Södertälje	Ansök senast 21 oktober
1-3 december	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 28 november

OM RASISM 3 dagar

Hur kommer det sig att vårt svenska samhälle blir mer och mer polariserat? Trots att vi lever i ett av världens mest upplysta länder har vi svårt att prata om rasism och främlingsfientlighet. Varför? Vad betyder egentligen uttrycket "Att stå upp för alla människors lika rätt och värde"?

Vad är rasism och hur uppstår den? Det är en av frågorna som kommer att besvaras under denna utbildning.

Vi kommer att 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 i, och sina egna möjligheter till att vara en motkraft.

Vad kan vi som facklig organisation, och du som enskild medlem, göra för att motverka en mer utbredd rasism. Hur beter vi oss på våra arbetsplatser och i vårt samhälle? Hur beter du dig?

Vi reder ut vilka krafter och känslor som vanligtvis ligger bakom ett förtryck av andra människor och hittar strategier för att motverka dessa.

Förkunskaper:

Om Facket och Om Samhället eller motsvarande utbildning/kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Sök ledigt senast två veckor före kursstart enligt studieleighetslagen, du ersätts med ett skattefritt stipendium om 134 kronor per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700 kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

Kursdatum och plats

8-10 december	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 8 november
---------------	--------------------------	-------------------------

OM FEMINISM 2 dagar

Är du intresserad av att veta mer om vad feminism är och varför facket jobbar med denna fråga är detta utbildningen för dig!

Vad är facklig feminism? För många är feminism ett skrämmande och främmande ord, här får du tillfälle att inse varför vi alla borde vara feminister. Fackliga feminister.

Här får du möjlighet att fördjupa din 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 ligger bakom förslagen.

Du kanske vill vara en del av förändringen, bli förbannad, få fler perspektiv eller helt enkelt känna dig mindre ensam i en mansdominerad bransch. Den fackliga feminismen är här för att stanna och vi behöver bli fler som förstå varför och som är villiga att agera.

Förkunskap:

Om Facket och Om Samhället eller motsvarande utbildning/kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Sök ledigt senast två veckor före kursstart enligt studieleighetslagen, du ersätts med ett skattefritt stipendium om 134 kr per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700 kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

Kursdatum och plats

17-18 november	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 15 oktober
----------------	--------------------------	-------------------------

AVTALET FÖR MEDLEMMAR

Grundläggande om reglerna i arbetslivet. Vi går igenom kollektivavtalet på arbetsplatsen, och hur din fackliga organisation kan verka på din arbetsplats genom förhandlingar. Vi går också igenom hur du som medlem kan vara med och påverka kollektivavtalet.

Ledighet/Ersättning:

Sök ledigt senast två veckor före kursstart enligt studieledighetslagen, du ersätts med ett skattefritt stipendium om 134 kronor per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700 kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

Kursdatum och plats

4 juni	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 5 maj
--------	--------------------------	--------------------

FÖRSÄKRINGSUTBILDNING FÖR MEDLEMMAR

Utbildningen vänder sig till dig som är intresserade av försäkringar.

Vi kommer att gå igenom det sociala skyddsnätet när det gäller socialförsäkringssystemet och försäkringarna som finns i kollektivavtalet och medlemskapet.

Du kommer även att få gå genom ditt försäkringsskydd.

Efter utbildningen kommer du att ha fått utökade kunskaper om det system som finns för att skydda oss när vi inte kan arbeta och hur det finansieras.

Ledighet/Ersättning:

Sök ledigt senast två veckor före kursstart enligt studieledighetslagen, du ersätts med ett skattefritt stipendium om 134 kronor per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700 kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

Kursdatum och plats:

12 juni	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 12 maj
---------	--------------------------	---------------------

ARBETSMILJÖ OCH HÄLSA FÖR MEDLEMMAR

Denna utbildning vänder sig till dig som medlem och önskar mer kunskaper om arbetsmiljöarbetet/arbetsmiljö. Under kursen behandlar vi den anställdes skyldigheter och rättigheter, aktörernas roller och SAMVERKAN

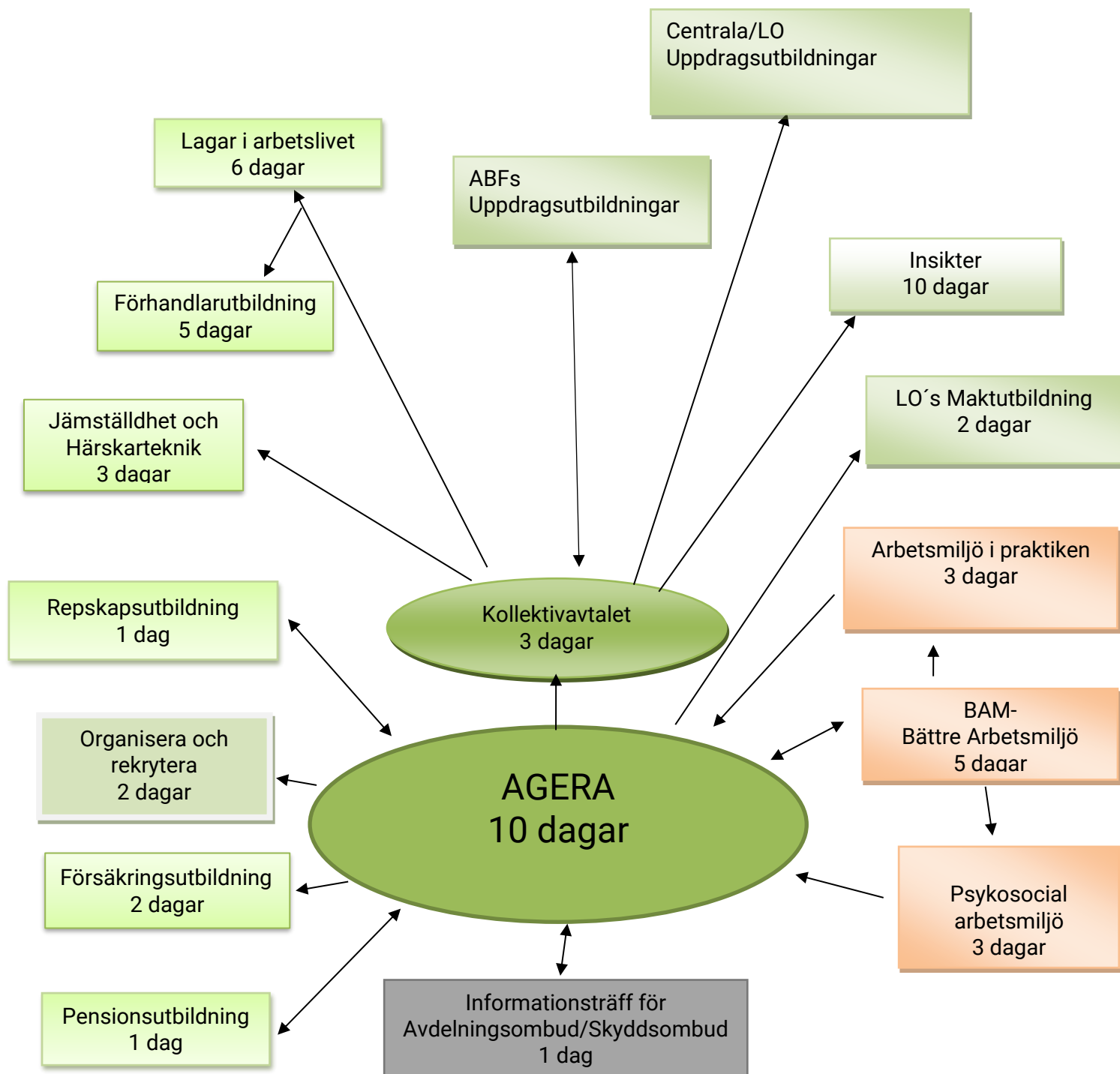
Ledighet/Ersättning:

Sök ledigt senast två veckor före kursstart enligt studieledighetslagen, du ersätts med ett skattefritt stipendium om 134 kronor per timme. Avdelningen tar förlorad förtjänst för medlemmar som tjänar över 28 700 kr för löner under 28 700 täcker stipendiet

Kursdatum och plats

9 oktober	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 9 september
-----------	--------------------------	--------------------------

Utbildning för förtroendevalda



AGERA och Kollektivavtalet är grunden i studiesystemet. Utöver det finns en rad utbildningar för att du ska kunna utvecklas i ditt uppdrag.

INFORMATIONSTRÄFF FÖR AVDELNINGSOMBUD/SKYDDSOMBUD

Dessa träffar är tänkta att fungera som ett stöd för dig i ditt uppdrag.

Vi tar upp aktuella ämnen. I form av föreläsning och samtidigt får ni tid att lyfta era frågor och funderingar.

Målgrupp:

Målgruppen för kursen är avdelningsombud/Skyddsombud på små företag utan klubb.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Kursdatum och plats:

27-28 maj	Viking Line	Ansök senast 14 april
-----------	-------------	-----------------------

AGERA 10 DAGAR

Under den här utbildningen kommer vi beröra många olika områden och gå olika djup ner i dem. Områden som kommer beröras är.

- Arbetarrörelsens historia - vår historia säger oss allt om varför vi är där vi är idag,
- IF Metalls grundläggande värderingar
- Medlemspåverkan, och ledarskap – möjligheten och vikten av att vara med och påverka, samt att inspirera andra till att ta på sig uppdrag. Rollen som ledare i en medlemstyrd organisation och hur företräder jag medlemmarna på bästa sätt.
- Hållbart arbete - förstå vikten av ett helhetsperspektiv på frågor som rör arbetsmiljö, jämställdhet och förhandling.
- Lagar och avtal – veta hur lagar och avtal kompletterar varandra och hur det hänger ihop med den svenska modellen.
- Förhandling och lokala avtal - vilka frågor kan man förhandla om. Förstå vikten av att höra med medlemmarna om vad det är de vill.
- IF Metalls organisation – förstå hur IF Metall är en demokratisk och medlemstyrd organisation.
- Organisering – för att IF Metall ska fortsätta vara en stark organisation är det avgörande att vi bygger organisationen så att vi blir många medlemmar. På så vis kan vi tillsammans skapa den bästa möjliga villkoren i arbetslivet och i samhället.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6. Dag 4, 5, 6, 7 Facket ersätter med förlorad arbetsförtjänst. För dag 1, 2, 3, 8, 9, 10 ledigt med bibehållna anställningsförmåner enligt FML § 7 (lön från arbetsgivaren).

Kursdatum och plats:

10–12 feb+ 3–6 mars+ 24–26 mars	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 10 januari
24-26 feb+10-13 mars + 14-16 april	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 24 januari
7-9 april+22-25 april +5-7 maj	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 7 mars
1–3 sep+ 15-18 sep+29 sep-1 okt	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 2 augusti
3-5 nov+17-20 nov+1-3 dec	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 6 september
9-11 feb+ 2-5 mars+ 23-25 mars 2026	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 10 januari 2026

KOLLEKTIVAVTALET 3 dagar

Skillnader mellan olika avtal, skillnad mellan avtal och lag, hur ett avtal kommer till. Du får även lära dig att hitta i avtalet. Rätts-och intressetvister, olika avtal på arbetsmarknaden och processen bakom ett riksavtal.

Förkunskaper:

AGERA eller motsvarande kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med bibehållna anställningsförmåner enligt FML § 7 och får lön från arbetsgivaren som om du skulle ha jobbat.

Kursdatum och plats:

5–7 februari	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 5 januari
9–11 juni	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 6 maj
25–27 augusti	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 25 juli
27–29 oktober	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 26 september
26–28 januari 2026	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 22 december 2025

LAGAR I ARBETSLIVET 3 + 3 dagar

Vi går igenom arbetsrätt och den lagstiftning som råder på arbetsmarknaden. Hur kommer lagarna till? Vilka är lagstiftarnas intentioner med de olika lagarna? Genomgång av Medbestämmandelagen, Lagen om Anställningsskydd, Studieleighetslagen, Diskrimineringslagen, Förtroendemannalagen samt kopplingen mellan Arbetsmiljölagen och Medbestämmandelagen.

Förkunskaper:

AGERA och Kollektivavtalet eller motsvarande kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med bibehållna anställningsförmåner enligt FML § 7 och får lön från arbetsgivaren som om du skulle ha jobbat.

Kursdatum och plats:

17–19 mars + 31 mars-2 april	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 17 februari
12–14 maj + 26–28 maj	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 11 april
24–26 september + 6–8 oktober	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 25 augusti
24–26 november + 8–10 december	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 24 oktober
2–4 februari + 23–25 februari 2026	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 2 januari 2026

FÖRHANDLARUTBILDNING 5 dagar

Utbildningen vänder sig till dig som är förhandlare på din arbetsplats. Du behöver inte vara en van förhandlare då denna kurs är en grundutbildning. Under kursen kommer du att få gå igenom lagstiftningen och prova på praktiskt förhandlingsspel. OBS! Utbildningen är 5 dagar i följd.

Förkunskaper:

AGERA och kollektivavtalet samt Lagar i arbetslivet eller motsvarande kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med bibehållna anställningsförmåner enligt FML § 7 och får lön från arbetsgivaren, som du skulle ha jobbat.

Kursdatum och plats:

17-21 februari	IF Metall Stockholm län	Ansök senast 16 januari
15–19 december	IF Metall Stockholm län	Ansök senast 14 november
16–20 februari 2026	IF Metall Stockholm län	Ansök senast 16 januari 2026

FÖRSÄKRINGSUTBILDNING 2 dagar

Utbildningens övergripande syfte är att ge deltagarna översiktlig kunskap om dagens social-/avtalsförsäkringar för att stödja arbetsplatsernas försäkringsarbete. Deltagarna ska efter utbildningen få verktyg att både hjälpa medlemmar och påverka IF Metall och samhällsutvecklingen.

Målgrupp

Målgruppen för kursen är i första hand försäkringsinformatör, skyddsombud. Men är öppen för alla som är fackligt förtroendevalda.

Förkunskaper:

AGERA och kollektivavtalet eller motsvarande kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Kursdatum och plats:

13-14 November	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 13 oktober
----------------	--------------------------	-------------------------

PENSIONSUTBILDNING

Målgrupp: Medlemmar och förtroendevalda under 55

Vi kommer att gå igenom pensionssystemets samtliga delar, hur fungerar de olika delarna och varför sjunker pensionerna, kollektivavtalets betydelse för pensionen, hur kan man påverka sin pension, hur fungerar riktålder och hur ser höjda åldersgränser för uttag av pension ut för olika årskullar?

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst

Kursdatum och plats:

22 maj	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 22 april
--------	--------------------------	-----------------------

ORGANISERA OCH REKRYTERA 2 dagar

Att deltagarna känner sig trygga med och tror på argumenten för medlemskapet.

- Att väcka intresset hos deltagarna för ett fortsatt engagemang i organiserande arbetssätt i sina uppdrag.
- Att deltagarna har fått fler verktyg för att verka agerande på arbetsplatserna.

Förkunskaper:

AGERA och Kollektivavtalet eller motsvarande kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst

Kursdatum och plats:

13-14 oktober	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 15 september
---------------	--------------------------	---------------------------

ORDFÖRANDEUTBILDNING 2 dagar

Att vara ordförande i en förening eller klubb är att vara ledare. Inte bara på själva styrelsemötena utan även för hela verksamheten. Ansvaret är stort och kan ibland kännas väldigt tungt. Den här kursen är till för dig som just blivit vald till ordförande och som vill veta mer om din nya roll.

Som ordförande är ditt primära ansvar att leda styrelsen, vara sammankallande till

möten och äga huvudansvaret för styrelsens arbete utifrån den verksamhet som medlemmarna gemensamt bestämt att ni i föreningen ska syssla med. Samtidigt som du är en del av ett sammanhang du behöver förhålla dig till.

Under denna kurs kommer du att få lära dig hur du gör detta på bästa sätt. Du kommer att få fördjupa dig i mötesteknik och i olika ledarskapsstilar. Du får handfasta tips och råd kring hur du kan använda din roll som ordförande för att nå utveckling och förbättring av föreningens verksamhet. Och du lär dig att leda dina styrelsemöten på ett effektivt och bra sätt.

Förkunskaper:

AGERA och kollektivavtalet eller motsvarande kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst

Kursdatum och plats:

28-30 april	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 25 mars
-------------	--------------------------	----------------------

KASSÖRSUTBILDNING 2 dagar

Utbildningen riktar sig till kassören på klubben. Under utbildningen diskuterar vi de arbetsuppgifter och det ansvar som uppdraget medför. Deltagaren får kunskap som krävs för uppdraget.

De flesta vet nog att kassörens uppgift är att hålla koll på pengarna. Men hur gör man

det? Den här utbildningen är för dig som blivit vald till kassör och vill veta mer om

din roll, ditt ansvar och dina skyldigheter. Om du funderar på hur man gör en budget eller bokslut så är detta utbildningen för dig.

För som kassör har du ett stort ansvar gentemot dina medlemmar att se till så allt går rätt och riktigt till. Man kan säga att kassören förvaltar föreningens ekonomiska

tillgångar och har ansvar för att kontinuerligt informera om den ekonomiska situationen i föreningen.

Den här kursen ger dig grundläggande kunskaper i bokföring och ekonomisk planering. Men ditt uppdrag som kassör innebär även att du är ledamot av styrelsen och ansvarar tillsammans med de andra ledamöterna för organisationen och verksamheten. Du behöver sätta dig in i verksamhetens aktuella frågor, delta på styrelsemöten och fatta beslut.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Kursdatum och plats:

2-4 juni	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 30 april
----------	--------------------------	-----------------------

REVISORSUTBILDNING

Revisorerna i en förening brukar kallas för medlemmarnas vakthundar. Det är ett förtroendeuppdrag som innebär att du ska granska styrelsens arbete så att allt går rätt och riktigt till. Är du vald till revisor, men känner dig osäker vad uppdraget innebär, är detta kursen för dig.

En revisor har en viktig roll att spela i en förening. De är hen som ska kontrollera att styrelsen gör det jobb de är satta att göra, att verksamhetsplanering och budget följs. Fokus ligger naturligt på de olika ekonomiska transaktionerna, men även övrig verksamhet ska granskas av dig som revisor. Det innebär att du fortlöpande måste kontrollera styrelsens ekonomiska rapporter, bokföring och verifikationer och hur dessa förhåller sig till budgeten.

Men hur gör man det? Hur hittar man rutiner för insyn? Och vad gör jag om jag

upptäcker felaktigheter? Den här kursen ger dig svar på alla frågor och kunskapen att på ett bra sätt utföra ditt uppdrag. Att vara medlemmarnas vakthund.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Kursdatum och plats:

20 november	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 20 oktober
-------------	--------------------------	-------------------------

SEKRETERARUTBILDNING 2 dagar

Att vara sekreterare i en styrelse är ett jobb som framför allt handlar om kommunikation. Att förmedla och dokumentera det som sker i styrelsen och i föreningen. Men hur sköter man denna uppgift och vem är målgruppen för kommunikationen?

När en förening fungerar som bäst är det oftast när kommunikationen mellan styrelsen, revisorerna och medlemmarna fungerar. Det är oftast detta som är sekreterarens uppgift, att se till att styrelsens verksamhet och beslut är transparenta, enkla för utomstående att följa.

Men hur skriver man ett protokoll, en verksamhetsberättelse och hur gör man en

planering framåt som andra kan känna engagemang inför? Vilka rutiner behöver

finnas på plats och finns det andra uppgifter som också faller på sekreteraren?

Projektansökningar kanske?

Under denna kurs får du en bra grund att stå på så att du kan göra ett bra jobb som

sekreterare i din förening.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Kursdatum och plats:

12-14 maj	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 9 april
-----------	--------------------------	----------------------

STUDIEORGANISATÖR- GRUND 2 + 2 dagar

Studieorganisatörer som i huvudsak kommer att bedriva rekryterings- och planeringsarbete lokalt.

-Varför är utbildning viktigt?

- Rollen och uppgifterna som studieorganisatör
- Studieledighets- och Förtroendemannalagen
- Min organisation och studieorganisationen
- Planering
- Samtalsmetoder – att rekrytera till utbildning
- Vad är folkbildning
- Hur ser kursutbudet ut?

Förkunskaper:

Agera

Ledighet och ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Kursdatum och plats:

29-30 september + 9-10 november	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 27 augusti
---------------------------------	--------------------------	-------------------------

STUDIEORGANISATÖR- VIDAREUTBILDNING

Bildningens och studiernas betydelse för att nå organisationens mål, utveckla den fackliga verksamheten och demokratin

Hantera processen "Bildning i föreningen" Från att:

- Kartlägga och analysera bildningsbehov utifrån olika perspektiv.
- Utbud/Verksamhet
- Rekrytering/Anmälan
- Genomförande
- Följa upp och utvärdera.

Med andra ord behärska hela processen från a till ö.

Vilka grundförutsättningar och framgångsfaktorer är nödvändiga för att kunna driva och bedriva en lyckad studieverksamhet

Förkunskaper:

Agera samt Studieorganisatör - grund.

Ledighet och ersättning:

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av avdelningen.

Kursdatum och plats:

3-5 mars	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 3 februari
----------	--------------------------	-------------------------

VALBEREDNINGSGRANSUTBILDNING

Att vara vald till valberedare är att vara spindel i nätet för den framtida verksamheten i föreningen. Uppdraget kan tyckas enkelt men om du som valberedare ska göra ett ordentligt jobb så kommer du att få ta i.

Som valberedare bör du ha fullständig koll på var som händer i din förening. Hur

styrelsen arbetar, utvecklas och identifiera om det är någon kunskap eller erfarenhet som saknas för att den ska kunna genomföra det jobb de är satta att göra. Att återkommande under verksamhetsåret föra samtal med både styrelseledamöter och medlemmar om hur de tycker att föreningen fungerar är ett sätt att skaffa sig koll.

Men det finns olika sätt att arbeta. Målsättningen är såklart att föreningen ska ha valda företrädare som medlemmarna har förtroende för, som kan företräda dem på bästa sätt. Här får du reda på hur blir en bra valberedare, en garant för att föreningens verksamhet blir den bästa för medlemmarna.

Förkunskaper:

AGERA.

Ledighet och ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst

Kursdatum och plats

22-23 september	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 25 augusti
-----------------	--------------------------	-------------------------

JÄMSTÄLLDHET OCH HÄRSKARTEKNIK

Utbildningen ger verktyg för att utveckla jämställdhetsarbetet inom den fackliga organisationen och på arbetsplatsen. Fokus ligger på lagen och hur den kan användas i samspel med andra lagar och skapande av en jämställdhetsplan.

Utbildningen syftar även till att medvetandegöra deltagarna om hur härskartekniker fungerar och har som mål att deltagarna ska kunna se när härskartekniker används och få verktyg att förebygga, motverka och hantera situationer där man blir utsatt för en härskarteknik.

Vi ser gärna att du tar reda på hur arbetsplatsen jobbar med jämställdhets- eller mångfaldsfrågor inför kursstart.

Förkunskap:

AGERA

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst

Kursdatum och plats:

10-12 mars	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 4 februari
1-3 december	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 28 oktober

REPRESENTANSKAPSUTBILDNING

Målet med utbildningen är att ge deltagarna kunskap om hur organisationen ser ut och vad uppdraget innebär. Vi kommer att kika på stadgarna, vad representativ demokrati innebär, samt hur man bäst förbereder sig för möte.

Målgrupp

Representantskapsledamöter och ersättare

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Kursdatum och plats:

28 april	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 28 mars
----------	--------------------------	----------------------

BAM - BÄTTRE ARBETSMILJÖ 3 + 2 dagar

Utbildningen vänder sig till dig som är skyddsombud, arbetsledare eller på annat sätt deltar i arbetsmiljöarbetet på arbetsplatsen. Arbetsmiljön är en av de viktigaste frågorna i framtiden. En bra arbetsmiljö ger ökad trivsel och lägre sjukfrånvaro. Du som är skyddsombud eller Arbetsledare har en viktig roll i arbetsmiljöarbetet på arbetsplatsen.

Syftet med kursen är att ge grundläggande kunskaper om samverkan i det lokala arbetsmiljöarbetet. Under kursens gång kommer vi att gå igenom bl. a skyddsombudets och chefens roll, arbetsmiljölagen och gällande regelverk, försäkringar, riskbedömningar, olycksfall och tillbud och systematiskt arbetsmiljöarbete.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med bibehållna anställningsförmåner enligt FML § 7 och får lön från arbetsgivaren, som du skulle ha jobbat. Kursen kostar 7 500 kr (exkl. moms) och detta skall arbetsgivaren stå för.

Sök ledigt på blanketten för arbetsmiljöutbildning.

Kursdatum och plats

20–22 januari+3–4 februari	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 20 december 2024
19-21 maj+2-3 juni	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 22 april
8-10 september+22.23 September	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 11 augusti
10-12 november+27-28 november	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 14 september

PSYKOSOCIAL ARBETSMILJÖ 3 dagar

Utbildningen vänder sig till dig som är skyddsombud.

Lär dig mer om hur du kan arbeta med psykosocial arbetsmiljö på din arbetsplats.

Innehåll

- Grundläggande kunskap om psykosocial arbetsmiljö.
- Inblick i hur man kan arbeta med konflikthantering.
- Inblick om skillnaden mellan bra och dålig kommunikation, exempelvis via kroppsspråk, härskartekniker
- osv.
- Organisatorisk och social arbetsmiljö (OSA).

Förkunskaper:

Bättre arbetsmiljö (BAM).

Ledighet och ersättning:

Du ska söka ledigt med bibehållna anställningsförmåner enligt FML § 7 och får lön från arbetsgivaren, som du skulle ha jobbat. Kursen kostar 6 000 kronor (plus moms).

Sök ledigt på blanketten för arbetsmiljöutbildning.

Kursdatum och plats

10-12 mars	Lustikulla Konferens & Event	Ansök senast 10 februari
9-11 juni	Lustikulla Konferens & Event	Ansök senast 9 maj
13-15 oktober	Lustikulla Konferens & Event	Ansök senast 12 september
1-3 december	Lustikulla Konferens & Event	Ansök senast 3 november

ARBETSMILJÖ I PRAKTIKEN 4 DAGAR

Målinriktat arbetsmiljöarbete och förståelse för rollen som skyddsombud och förtroendevald. Komma i gång att arbeta mer aktivt med arbetsmiljöfrågorna på din egen arbetsplats. IF Metalls syn på arbetsmiljöarbete och hållbart arbete.

Förkunskaper:

Bättre arbetsmiljö (BAM).

Ledighet och ersättning:

Du ska söka ledigt med bibehållna anställningsförmåner enligt FML § 7 och får lön från arbetsgivaren, som du skulle ha jobbat. Kursen kostar 6 000 kronor (plus moms).

Sök ledigt på blanketten för arbetsmiljöutbildning.

Kursdatum och plats

24-27 februari	Lustikulla Konferens & Event	Ansök senast 24 januari
23-26 juni	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 23 maj
18-21 augusti	IF Metall Stockholms län	Ansök senast 12 september
20-23 oktober	Lustikulla Konferens & Event	Ansök senast 20 september

LOs MAKTUTBILDNING 2dagar

Är du nyfiken på vad facket och politiken har gemensamt är detta utbildningen för dig. Här reder vi tillsammans ut hur vi kan göra verklighet av våra visioner och vem som äger makten till att förändra och förbättra för oss, på jobbet och i samhället i stort.

LOs Maktutbildning ger dig kunskap i hur vi organiserar oss fackligt för att stärka vår makt på den egna arbetsplatsen men även hur vi kan påverka politiska beslut för en önskad samhällsutveckling.

Under två dagar fokuserar vi på makten. På arbetsplatsen och i samhället. Hur ser den ut, hur fungerar den och vem äger den? Varför är den viktig för oss inom facket? Hur ser vägen till ökad makt ut? Vi går igenom hur maktbalansen i samhället ser ut, vilka som äger makten över vilka beslut och vi tar reda på hur vi får fackliga frågor att bli viktiga för samhället i stort. Allt för att vi ska fortsätta vara en relevant och pådrivande kraft för ett bättre samhälle för våra medlemmar.

Förkunskap:

AGERA

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst

Kursdatum och plats:

20-21 februari	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 20 januari
24-25 april	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 24 mars
25-26 september	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 25 augusti
20-21 november	Långholmens folkhögskola	Ansök senast 20 oktober

INSIKTER

Kursen vänder sig till dig som är förtroendevald, oavsett vilket uppdrag du har. Idag ifrågasätts de fackliga värderingarna och grunderna av många. Ideologisk medvetenhet och politisk kunskap är inte längre lika självklara för medlemmarna i LO-förbunden. Samtidigt har arbetsgivarna flyttat fram sina positioner och osäkra anställningar och dåliga arbetsvillkor blir allt vanligare på arbetsmarknaden. Insikter har som övergripande mål att förmedla kärnan i den fackliga ideologin.

Kursen är en mycket levande och flexibel utbildning. Varje utbildning präglas och formas av de människor som deltar. Deras erfarenheter, kunskaper och behov styr till stor del hur utbildningen utformas. Kursen är intensiv och uppslukande.

Förkunskaper:

AGERA och kollektivavtalet eller motsvarande kunskaper.

Ledighet/Ersättning:

Du ska söka ledigt med löneavdrag enligt FML § 6 och får ersättning från facket med förlorad arbetsförtjänst.

Datum för insikter hittar du på <https://runoutbildning.se/los-kunskapssystem/>

FÖRSÄKRINGSINFORMATÖRSUTBILDNING

Som nybliven försäkringsinformatör kommer Avtalat att erbjuda dig en grundutbildning rörande de kollektivavtalade försäkringarna och Folksam kommer utbilda i medlemsförsäkringarna. Kursen är tvärfacklig. Information och kallelse till utbildningen skickas i ett separat brev direkt hem till dig, när du är registrerad som försäkringsinformatör.

Det är viktigt att du tar dig tid och går denna utbildning. När du har genomgått grundutbildningen, kommer du att varje år kallas till en endags vidareutbildning, där man går igenom nyheter och förändringar i våra försäkringar. Även detta arrangeras av Avtalat

Information om utbildningarna besvaras av Mats Johansson IF Metall Stockholms län
telefon 08-534 816 23 eller via e-post: mats.johansson@ifmetall.se

INTRESSERAD AV FLER UTBILDNINGAR?

LO's centrala utbildningspaket är mycket omfattande, så av utrymmesskäl har vi inte tagit med det i katalogen. Du kan gå in på <https://runoutbildning.se/los-kunskapssystem> angående Runös arbetsmiljöutbildningar hittar du på <https://runoutbildning.se/arbetsmiljoutbildning/> Vi lägger också upp länkarna till utbildningarna på vår hemsida. <https://www.ifmetall.se/om-oss/vara-avdelningar/stockholms-lan/studier/> Om du undrar över något, ta kontakt med din studieorganisatör eller ring till avdelningen.

VI ARBETAR MED STUDIER I IF METALL STOCKHOLMS LÄN

Om du har frågor när det gäller studierna i avdelningen ska du i första hand vända dig till din studieorganisatör på din arbetsplats. Om du inte har någon klubb kan du kontakta avdelningen så hjälper vi dig.

Anmälan och frågor runt det görs till

Birgitta Wahlberg
Telefon 08-534 816 13
e-post: birgitta.wahlberg@ifmetall.se

Bernt Johansson
Telefon 08-534 816 11
e-post: bernt.johansson@ifmetall.se

Ted Danell
Telefon 08.534 816 65
e-post: ted.danell@ifmetall.se

Afshin Majd
Telefon: 08-534 816 32
e-post: afshin.majd@ifmetall.se

Om ni har andra frågor och funderingar eller vill att avdelningens studieorganisatör ska komma ut till företaget och prata studier eller hjälpa till med utbildningsplaner. Hör av er till Bernt Johansson.

Studieorganisatör/ansvarig
Bernt Johansson
Telefon 08-534 816 11
bernt.johansson@ifmetall.se

Ledighetsansökan och anmälan till fackliga studier

Kursnamn:	Utbildnings datum:
Namn:	Personnummer:
Adress:	
Arbetsplats:	Telefon:
Uppdrag:	
E-post:	
Önskar logi:	Specialkost:
Närmaste chef:	Telefon:

Begärd ledighet:

☐ Facklig utbildning enligt Förtroendemannalagen § 6. (förlorad arbetsförtjänst ersätts från facket)
☐ Facklig utbildning enligt Förtroendemannalagen § 7. (ledigt med bibehållna anställningsförmåner, dvs. lön från arbetsgivaren)
☐ Facklig utbildning enligt Studieleighetslagen. (stipendier från facket, semesterlönegrundande frånvaro)
Företagets underskrift:
Namnförtydligande
Telefon

Ifylles av studieansvarig:

Klubbens yttrande:	
Bifall	☐
Avslag	☐
Avdelningens yttrande:	
Bifall	☐
Avslag	☐

Blanketten skickas till IF Metall Stockholm län, Box 90202, 120 23 Stockholm.
Ta gärna en egen kopia!

Ledighetsansökan och anmälan till arbetsmiljö-utbildningar

Kursnamn:	Kursdatum:
Namn:	Personnummer:
Adress:	
Arbetsplats:	Telefon:
Uppdrag:	Specialkost:
E-post:	
Närmaste chef:	Telefon:

För arbetsmiljöutbildningar debiteras arbetsgivaren en kursavgift (se nedan).
Betald ledighet gäller enligt Arbetsmiljölagen 6 Kap § 5 och Förtroendemannalagen § 7.

Hoppar man av kursen två veckor innan kursstart, debiteras arbetsgivaren halv kursavgift och en vecka innan, debiteras hel kursavgiften.

Prislista

Bättre Arbetsmiljö- BAM	7 500 kr (exkl moms)
Arbetsmiljö i praktiken	6 000 kr (exkl moms)
Psykosocial arbetsmiljö (<i>organisatorisk & social arbetsmiljö</i>)	6 000 kr (exkl moms)

Intyg för arbetsmiljöstudier

Arbetsgivaren godkänner ovanstående utbildning samt betalning.

Fullständig fakturaadress: *	
Mailadress för PDF-faktura:	
Er referens på fakturan eller ordernummer: *	
Organisationsnummer: *	Datum:
Underskrift: *	
Namnförtydligande: *	Telefon: *

Obligatoriskt uppgifter: *

Blanketten skickas till IF Metall Stockholm, Box 90202, 120 23 Stockholm.
Tag gärna en egen kopia.