



IFMETALL

Örebro län

Studiekatalog 5/2026

Studiekatalog

Hej på er!

Välkommen till vår nya studiekatalog. vi hoppas ni kommer gilla den nya designen och har ni synpunkter om förbättringar på innehåll mm så skicka mail till hakan@ifmetall.se

Under 2026 ska vi:

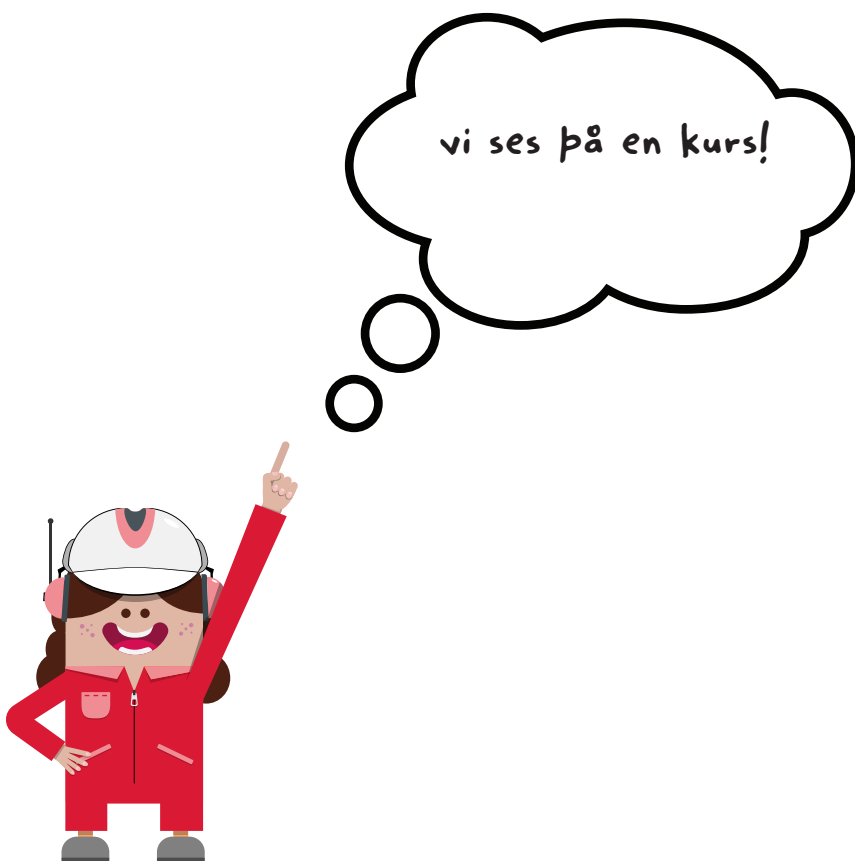
Fortsätta vårt studie uppsökeri och finnas tillgängliga för våra studieorganisatörer och på företag utan klubb.

Det nya kalendariet är genomarbetat för att passa allt fler skiftgång och olika arbetstider. Vi har planerat in två studieorganisatörs konferenser, en digitalt och en fysisk. Vi har även en handledarträff lokalt inbokad vid släpp av kalendariet-2027.

Vi jobbar för att uppfylla våra mål från vårt förbund och LO, en del i planeringen är att hitta och få fler som går medlems utbildningar.

En viktig del är att vi måste bli fler aktiva handledare och förtroendevalda samt att stärka de befintliga som vi har.

- fortsätta att utveckla studierna i vår avdelning efter vilka behov som finns.
- genomföra funktions utbildningar ihop med våra grann avdelningar.
- Digitala studier finns kvar som komplement och behov finns.
- Samarbetet med ABF fortsätter så fler kan gå tvärfackliga utbildningar



Skanna QR-koden för
att komma till vår
webbplats



Innehåll

Alla våra kurser 2026 _____	4
Kursplatser _____	12

Utbildningar för medlemmar 14

Facklig introduktion _____	14
Om facket (Tidigare Medlem i facket) _____	15
Om samhället (Medlem i facket 2) _____	16
Om rasism _____	16
Medlem 30+ _____	17
Medlem 55+ _____	18
Jämställdhetsutbildning (Om feminism) _____	19

Utbildningar för förtroendevalda. 21

Vald på jobbet _____	21
Agera _____	22
Kollektivavtalet _____	23
Organisera och rekrytera _____	23
Lagar i arbetslivet. _____	24
Förhandlarutbildning, lokal _____	24
Jämställdhetsutbildning för förtroendevalda. _	25
Ordförandeutbildning _____	26
Valberedningsutbildning _____	26
Sekreterare _____	27
Kassör och Revisorutbildning _____	28

Arbetsmiljöutbildningar. 30

Bättre arbetsmiljö (BAM) _____	30
Arbetsmiljö i praktiken _____	31
Systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM) _____	31

Organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA ____	32
Vidareutbildning för skyddsombud _____	33

Konferenser 2026. 34

Ordförande/Studieorganisatör/ Avdelningsombudskonferens _____	34
Kvinnlig skyddsombudsträff _____	34

Alla våra kurser 2026

I detta kursprogram hittar du IF Metalls kurser och konferenser för 2026.

Målgruppsförklaringar: FV = Förtroendevalda, MU = Medlem utan uppdrag, AM = Alla medlemmar, MU30 = medlem under 30 år, SO = Skyddsombud.

Datum	Kursnamn	Grupp	Kursplats	Sista anm	Sida
20/5 - 21/5	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-04-24	30
26/1 - 27/1	Jämställdhetsutbildning för förtroendevalda.	FV	Karlstad	25-12-19	25
3/2 - 5/2	Medlem 55+	MU	IF Metall avdelning 18	26-01-05	18
24/2 - 26/2	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-01-30	21
3/3	Om facket (Tidigare Medlem i facket) 1:1	AM	ABF Örebro	26-02-13	15
9/3	Om facket (Tidigare Medlem i facket) 1:2	AM	ABF Örebro	26-02-13	15
9/3 - 12/3	Agera	FV	IF Metall avdelning 18	26-02-09	22
9/3 - 10/3	Ordförande/Studieorganisatör/ Avdelningsombudskonferens	FV	Ånnaboda	26-02-06	34
9/3	Kvinnlig skyddsombudsträff	SO	Lindesberg	26-02-09	34
11/3	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-02-13	21
17/3	Om facket (Tidigare Medlem i facket) 1:3	AM	ABF Örebro	26-02-13	15
18/3	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-02-13	21
19/3 - 20/3	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-02-20	30
24/3 - 26/3	Om rasism	AM	ABF Örebro	26-02-27	16
25/3	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-02-13	21
30/3 - 1/4	Medlem 30+	AM	IF Metall avdelning 18	26-02-27	17
30/3 - 31/3	Arbetsmiljö i praktiken	SO, FV	Svalan i brunnsparcken	26-03-02	31
7/4 - 8/4	Jämställdhetsutbildning (Om feminism)	AM	ABF Örebro	26-03-13	19
7/4 - 8/4	Jämställdhetsutbildning för förtroendevalda.	FV	Örebro	26-03-13	25
7/4 - 8/4	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-02-20	30
13/4 - 15/4	Agera	FV	IF Metall avdelning 18	26-02-09	22
13/4 - 15/4	Kassör och Revisorutbildning	FV	Eskilstuna	26-03-13	28
13/4	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-02-20	30
14/4 - 16/4	Om facket (Tidigare Medlem i facket)	AM	v.16 ABF Örebro	26-03-13	15
20/4 - 22/4	Kollektivavtalet	FV, SO	IF Metall avdelning 18	26-03-20	23
20/4 - 21/4	Arbetsmiljö i praktiken	SO, FV	Svalan i brunnsparcken	26-03-02	31
21/4 - 23/4	Medlem 55+	MU	ABF Örebro	26-03-20	18
27/4 - 29/4	Om samhället (Medlem i facket 2)	AM	ABF Örebro	26-04-03	16
4/5 - 6/5	Lagar i arbetslivet.	FV	IF Metall avdelning 18	26-04-03	24
5/5 - 7/5	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-04-03	21
11/5 - 13/5	Om facket (Tidigare Medlem i facket)	AM	v.20 ABF Örebro	26-04-10	15
11/5 - 12/5	Sekreterare		Eskilstuna	26-04-10	27
18/5 - 20/5	Lagar i arbetslivet.	FV	IF Metall avdelning 18	26-04-03	24
25/5 - 27/5	Organisera och rekrytera	FV	IF Metall avdelning 18	26-04-24	23

Datum	Kursnamn	Grupp	Kursplats	Sista anm	Sida
25/5 - 26/5	Valberedningsutbildning		Västerås	26-04-24	26
1/6 - 2/6	Ordförandeutbildning	FV	IF Metall avdelning 18	26-04-30	26
9/6 - 11/6	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-04-24	30
15/6 - 17/6	Medlem 55+	MU	IF Metall avdelning 18	26-05-15	18
16/6 - 18/6	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-05-15	21
25/8 - 27/8	Vald på jobbet	FV	IF Metall avdelning 18	26-08-03	21
27/8 - 28/8	Jämställdhetsutbildning för förtroendevalda.	FV	Karlstad	26-08-10	25
2/9 - 3/9	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-08-07	30
8/9 - 10/9	Om facket (Tidigare Medlem i facket)	AM	v.37 ABF Örebro	26-08-07	15
15/9 - 16/9	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-08-07	30
21/9	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-08-07	30
22/9 - 24/9	Medlem 55+	MU	Lindesberg	26-08-21	18
28/9 - 1/10	Agera	FV	IF Metall avdelning 18	26-08-28	22
6/10 - 8/10	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-09-04	21
12/10 - 14/10	Lagar i arbetslivet.	FV	IF Metall avdelning 18	26-09-11	24
14/10 - 15/10	Systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-09-11	31
20/10 - 22/10	Om facket (Tidigare Medlem i facket)	AM	v.43 Lindesberg	26-09-18	15
26/10 - 28/10	Agera	FV	IF Metall avdelning 18	26-08-28	22
27/10 - 29/10	Om rasism	AM	ABF Örebro	26-10-02	16
2/11 - 3/11	Jämställdhetsutbildning (Om feminism)	AM	ABF Örebro	26-10-09	19
2/11 - 3/11	Jämställdhetsutbildning för förtroendevalda.	FV	Örebro	26-10-09	25
9/11 - 11/11	Lagar i arbetslivet.	FV	IF Metall avdelning 18	26-09-11	24
9/11 - 10/11	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-10-09	30
11/11 - 12/11	Organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA	SO, FV	ABF Örebro	26-10-09	32
16/11 - 18/11	Kollektivavtalet	FV, SO	IF Metall avdelning 18	26-10-16	23
17/11 - 18/11	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-10-09	30
23/11	Bättre arbetsmiljö (BAM)	SO, FV	ABF Örebro	26-10-09	30
24/11 - 26/11	Medlem 55+	MU	ABF Örebro	26-10-23	18
1/12 - 3/12	Medlem 30+	AM	IF Metall avdelning 18	26-10-30	17
1/12 - 3/12	Vald på jobbet	FV	ABF Örebro	26-10-31	21
8/12 - 10/12	Om facket (Tidigare Medlem i facket)	AM	v.50 ABF Örebro	26-11-06	15
8/12 - 10/12	Organisera och rekrytera	FV	IF Metall avdelning 18	26-11-06	23
14/12 - 17/12	Förhandlarutbildning, lokal	FV	IF Metall avdelning 18	26-11-13	24
15/12 - 17/12	Om samhället (Medlem i facket 2)	AM	ABF Örebro	26-11-13	16
3/11 - 5/11	Medlem 55+	MU	IF Metall avdelning 18	26-10-02	18

Ledighet för fackliga studier

Enligt Studieleighetslagen skall man söka ledighet för facklig utbildning minst 14 dagar innan kursstart. Vi rekommenderar att ledigheten söks i samband med att du lämnar in din kursansökan till studieorganisatören på arbetsplatsen. Finns det inte någon studieorganisatör på din arbetsplats går det bra att skicka direkt till avdelningen via mejl postbox@ifmetall.se.

Ersättning vid fackliga studier

Ersättning för det aktuella kurstillfället söker du för på mina sidor, under fliken mina reseräkningar. Avdelningen gör två utbetalningar i månaden.

Utbildningar eller kurs/konferenser som riktar sig till medlemmar utan fackliga uppdrag ersätts med ett skattefritt stipendium på 139 kronor per utbildningstimme. tänk även på att man kan söka Förbundsspecifikt skattefritt utbildningsstipendium om man tjänar mer än 203kr/timmen(se kursdeltagarreglemente 2026)

Utbildningar eller kurs/konferenser som riktar sig till förtroendevalda skall sökas i enlighet med 6§ förtroendemannalagen (FML).

Vid utbildningar för förtroendevalda som gäller uppdrag som rör förhållandet mellan arbetstagare och arbetsgivare, betalas lön av arbetsgivaren i enlighet med 7§ förtroendemannalagen. Utbildningar för förtroendevalda som inte gäller uppdrag som rör förhållandet mellan arbetstagare och arbetsgivare, betalas förlorad förtjänst motsvarande den lön man förlorar av IF Metall Örebro.

För att underlätta vid utbetalning av stipendier eller förlorad förtjänst från fackliga utbildningar så måste du som inte har Swedbank som din personliga bank anmäla ditt konto i deras register. Finns inget konto registrerat

kommer ingen utbetalning att ske.

Googla "Swedbanks kontoregister"

Du använder dig av Mobilt Bank ID för att identifiera dig.

för mer info se
kursdeltagar
reglemente 2026.



Kursdeltagarreglemente 2026

För att säkerställa IF Metall som ett fortsatt starkt förbund med välutbildade medlemmar, är det viktigt att förtroendevalda har de utbildningar som krävs för sitt uppdrag. Att få gå en facklig utbildning innebär en personlig utveckling för den enskilde individen.

Ersättning utgår vid förlorad arbetsförtjänst, men kan innebära att den enskilde får hantera viss flexibilitet i förhållande till arbetstid. Det är av stor vikt att utbildningarna genomförs, på ett för förbundet, kostnadseffektivt sätt och för deltagarna på ett så användarvänligt sätt som möjligt. I den mån det är möjligt ska utbildningen förläggas geografiskt nära kursdeltagarnas hemmiljö.

Tillämpningsområde

Kurskostnader, resekostnader och ersättningar för centrala och lokala utbildningar för deltagare som inte är anställda av IF Metall:

Centrala utbildningar

För centrala utbildningar bekostas resor, kost och logi centralt. För utbildningar inom LO:s kunskapssystem står dock avdelningen för de individuella reseutlägg som eventuellt tillkommer, till exempel resa med egen bil, resa till och från anslutningsort samt parkeringskostnader.

Eventuell förlorad arbetsförtjänst ersätts av avdelningen eller i förekommande fall av arbetsgivaren.

När avdelningen anmäler deltagare till förbundskontoret accepterar avdelningen samtidigt att ta på sig kostnaden för förlorad arbetsförtjänst, i de delar där arbetsgivaren inte är ålagd att betala. Vidare åligger det avdelningarna att undanröja eventuella hinder för att deltagarna ska kunna tillgodogöra sig utbildningen på ett bra sätt. Detta för att utbildningen ska vara så kvalitativ som möjligt samt att avbokningskostnader ska minimeras.

För utbildning av bolagsstyrelse ledamöter och EWC-utbildningar gäller särskilda regler. Här är det företaget som ska betala kursavgiften. I och med att förbundskontoret kommer att fakturera arbetsgivaren, ska en betalnings bekräftelse där företaget har skrivit under att de tar kostnaden, bifogas i samband med anmälan.

Lokala utbildningar

För lokala utbildningar betalar avdelningen kostnader som uppstår i samband med utbildningen. Avdelningen ska även stå för förlorad arbetsförtjänst för deltagarna, såvida inte arbetsgivaren ska betala lön enligt 7 § förtroendemannalagen (FML).

Ersättningar

Vilken ersättning som utgår, avgörs av vilken utbildning det gäller och vem det är som deltar. Det förekommer tre former av ersättningar; stipendium, förlorad arbetsförtjänst samt ersättning för resekostnader.

Stipendium

Medlemmar utan fackliga uppdrag ersätts för utbildningstiden i form av ett stipendium som betalas per utbildningstimme, utbildningsdag eller vecka.

Aktuella belopp för 2026

- 139 kronor per studietimme
- 1 112 kronor per dag
- 5 560 kronor per vecka.

Stipendium är ett skatterättsligt begrepp, där mottagaren inte ska betala skatt och IF

Metall inte ska betala sociala avgifter. För att det ska vara tillåtet förutsätts att IF Metall inte förväntar sig en motprestation eller ställer stipendierna i relation till förlorad arbetsförtjänst. I praktiken betyder det att deltagaren inte får ha något förtroendeuppdrag för IF Metall.

Fackliga stipendier (stipendier för att delta i fackliga kurser) är skattepliktiga om mottagaren har ett fackligt förtroendeuppdrag och kursen är inriktad på den fackliga verksamheten.

Det förekommer, av olika anledningar, att arbetsgivaren betalar lön till deltagarna för medlems utbildningar. I dessa fall ska IF Metall inte betala ut stipendier till deltagarna.

Förbunds specifikt skattefritt utbildnings stipendium

Med anledning av att en del av våra medlemmar får inkomstbortfall, i de fall den fackliga utbildningen ersätts i form av LO:s skattefria stipendium, har IF Metall beslutat införa ett förbunds specifikt skattefritt utbildnings stipendium.

Stipendierna som LO årligen tar fram bygger på de centrala avtalens lönenivåer. Dessa är ett snitt, vilket innebär att i vissa fall kompenseras verklig förlorad förtjänst och i andra fall inte. Det är dock av vikt att understryka att stipendierna avser att kompensera inkomstbortfall, men däremot inte verklig förlorad arbetsförtjänst i bemärkelsen att den träffar exakt. Facklig utbildning ska ses som en medlemsförmån. Detta berör medlemmar som inte har

förtroendeuppdrag, när de medverkar på fackliga utbildningar och erhåller utbildnings stipendium.

Utöver LO:s/avdelningarnas skattefria stipendium, utbetalar avdelningarna ett förbunds specifikt skattefritt utbildnings stipendium med nedanstående summor inom respektive intervall. Beloppen avser år 2026.

Förlorad förtjänst

bruttolön per timme	Skattefritt stipendium
202:-/timme	0
203-258:-/timme	20
259-287:-/timme	40
288-316:-/timme	60
317-345:-/timme	80
346-374:-/timme	100
375-404:-/timme	120
405:-/timme och mer	140

Förlorad arbetsförtjänst

Förtroendevalda ersätts för verkligt förlorad arbetsförtjänst när arbetsgivaren inte betalar lön enligt FML. Deltagaren betalar skatt och IF Metall betalar sociala avgifter. Den verkligt förlorade arbetsförtjänsten för kursen beräknas och intygas av deltagaren. Beräkningsgrunden ska kunna styrkas i efterhand. Är medlemmen anmäld som förtroendevald till arbetsgivaren och deltar i en utbildning för sitt uppdrag har hen vanligen rätt att få både ledigt och betalt enligt 6 och 7 § FML.

I normalfallet ska kursen planeras och genomföras utan att det medför extra kostnader för arrangören. I vissa fall kan också tid som deltagare behöver ta ledigt, före eller efter kurs, för att få skälig vila omfattas av ersättningen. Överenskommelse kring de praktiska förehavandena kring detta ska träffas innan kursen påbörjas samt behandlas restriktivt.

Ersättning för resekostnader

Resa till och från kursplatsen ska göras så miljövänligt och kostnadseffektivt som möjligt. För att uppnå bästa möjliga rabatt villkor ska biljettbeställning göras enligt den information som ges i samband med att hen fått bekräftelse till kursen. Lägsta möjliga pris ska eftersträvas. Detta innebär att biljetter med restriktioner (exempelvis ej om bokningsbara biljetter) ska nyttjas i första hand.

I de fall det finns särskilda personliga skäl, eller betydande tidsbesparing/kostnadseffektivitet för kursdeltagaren och arrangören att åka med egen bil till och från kursplatsen, måste vederbörande ha fått detta godkänt innan kursens start från den som är kursansvarig för att få milersättning enligt skatteverkets rekommendationer.

Eventuellt tillkommande resekostnader för anslutnings resa eller parkering ersätts mot kvitto på kostnaden, förutom på LO:s kunskapssystem där det är avdelningen som betalar.

De ersättningar till kursdeltagare som beskrivs här, ska också i tillämpliga delar ses som en rekommendation för lokala kursanordnare.

Bekräftelse till deltagaren och avdelningen

När urvalet av deltagare är klart ska en bekräftelse, snarast möjligt, skickas till respektive deltagare och till avdelningen. Genom längre framförhållning kan resekostnaderna minskas avsevärt och arbetsgivarens möjlighet att invända mot ledigheten minskas.

Bekräftelsen ska innehålla information om datum och tidpunkt för när aktiviteten startar och slutar, program, plats samt information om att biljetter på centrala utbildningar snarast ska beställas från Resekompani AB via e-post resor@resekompani.se eller tfn 026-26 70 70. Det ska också anges vilket kostnadsställe resan ska bokas i.

Bekräftelsen ska även innehålla en upprepning av uppgiften om vem som ska betala förlorad arbetsförtjänst samt att återbud ska meddelas omgående, för att förbundskontoret och avdelningen inte ska drabbas av avbokningskostnader.

Besked till deltagare som inte får delta

När alla inte kan beredas plats att delta, ska besked om detta snarast skickas både till den som har anmält sig och till avdelningen. Beskedet bör innehålla motivering/förklaring till varför personen inte får delta.

Återbud och betalning av avbokningskostnader

Avbokningskostnader som förbundet får betala när deltagare uteblir utan meddelande, eller inte lämnar återbud inom ramen för avbokningstiden, debiteras berörd avdelning.

Anmälan

- anmäl intresse till utbildning till din lokala studieorganisatör i första hand, därefter till Avdelningen på orebrolan@ifmetall.se. I din anmälan vill vi också att du meddelar eventuella behov av specialkost eller allergier.
- Sök ledigt hos arbetsgivaren minst 14 dagar före kursstart. (tidigare desto bättre)

Återbud

Prioritera dina studier och om förhinder ändå uppstår, lämna återbud i god tid så vi slipper använda medlemsavgiften till onödiga avbokningskostnader.

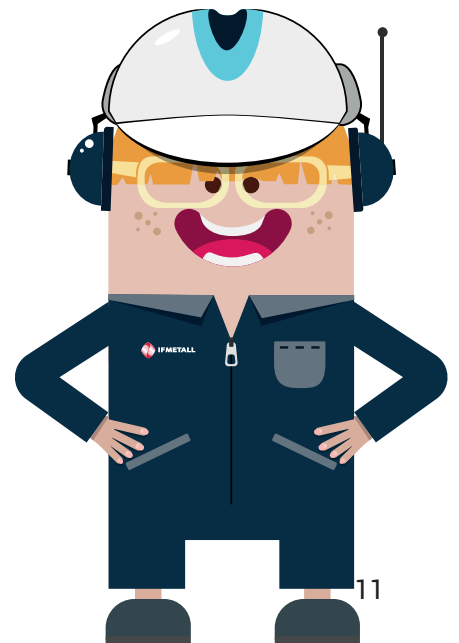
Anmälan/Återbud till avdelningen:

IF Metall Örebro Län

tel: 019-199350

epost: orebrolan@ifmetall.se

Har du frågor-kontakta studieorganisatören på avdelningen tel:070-8879846



Kursplatser

IF Metall Örebro län

Kurslokal

Bettorpsgatan 10 Örebro

Busshållplats Norra Kyrkogården

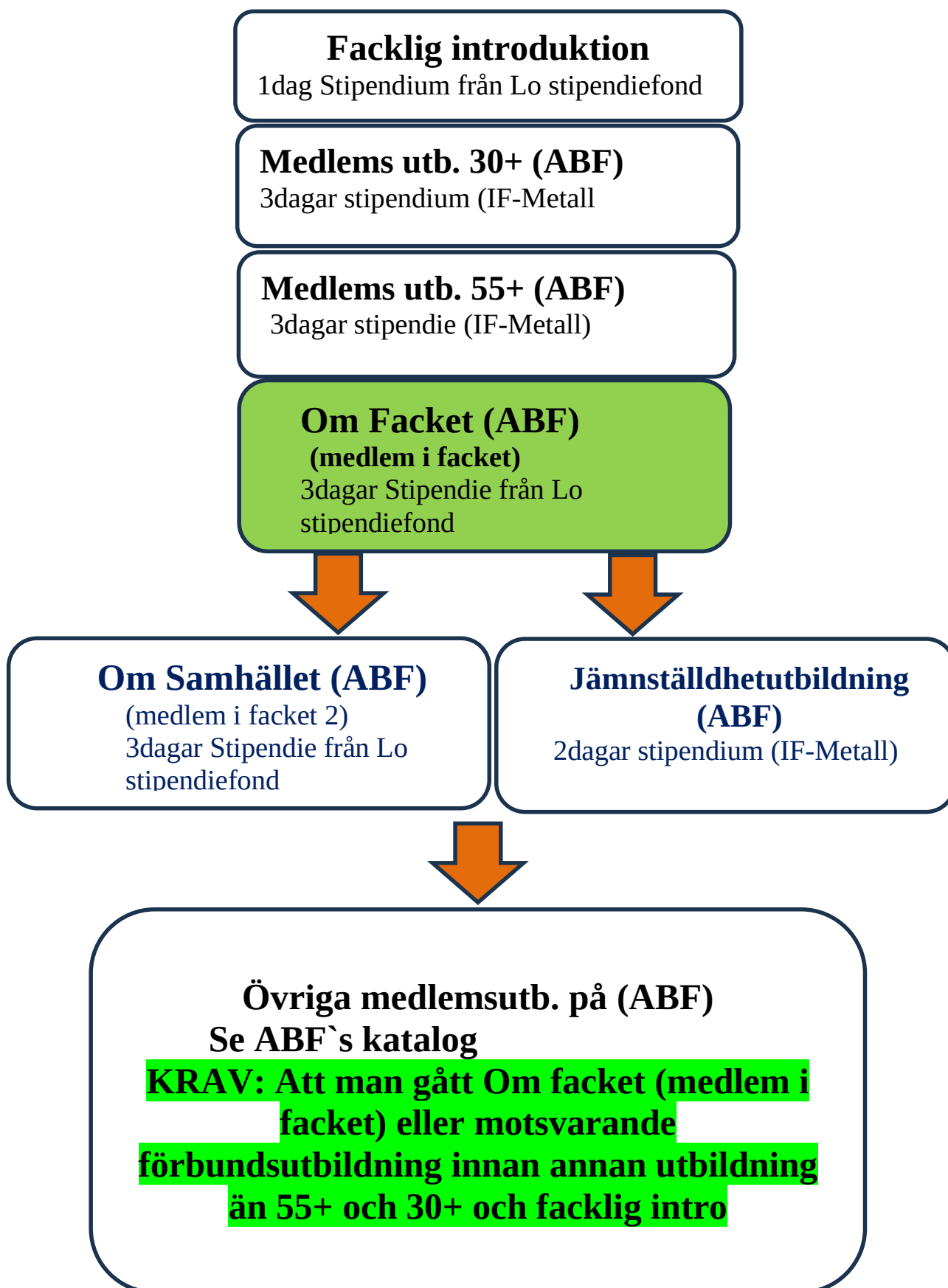
ABF Örebro

Kurslokal

Fredsgatan 18 Örebro

Busshållplatser: Slottet och resecentrum

UTBILDNINGSTEGE FÖR MEDLEMMAR



UTBILDNINGAR FÖR MEDLEMMAR

Vårt förbund erbjuder fackliga grundläggande medlemsutbildningar, tanken är att dessa ska genomföras efter varandra.

Facklig introduktion

Målgrupp

NM: Nya medlemmar och arbetstagare som ännu inte bestämt sig för medlemskap.

Förkunskaper

Inga

Innehåll

Har du nyligen blivit medlem i facken, eller funderar på att bli, och vill veta mer om vad ett medlemskap innebär? Att gå en facklig utbildning är en lagstadgad rättighet, ta chansen till en dags introduktion om kollektivavtalets- och medlemskapets värde. Kursen handlar om vad en fackförening är och hur arbetsmarknaden fungerar. Vem sätter löner och bestämmer arbetsvillkor i Sverige och hur går det till? Vi pratar om vilka rättigheter vi har på jobbet. Du kommer också att få lära dig hur ett medlemskap i facken och kollektivavtal på arbetsplatsen påverkar ditt försäkringsskydd och pension. Denna kurs är precis vad den heter, en introduktion till facket, men också till den fackliga utbildningsvärlden. Ditt fackliga medlemskap erbjuder dig en mängd olika utbildningar som syftar till att hjälpa och stötta dig i ditt fackliga arbete framåt.

Kurstid

8 timmar.

Ersättning

Ledighet enligt studieleighetslagen. Skattefria stipendier av LO eller avdelningen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1. v.5	26/1	2026-01-09	IF Metall avdelning 18
2. v.9	25/2	2026-01-23	IFMetall avdelning 18
3.V:21	19/6	2026-05-19	IF Metall avdelning 18
4.V:23	1/6	2026-05-04	Hallsberg
5.V:41	5/10	2026-09-07	Lindesberg
6.V:49	30/11	2026-10-29	IFMetall avdelning18

Om facket (Tidigare Medlem i facket)

Målgrupp

NM: Nya medlemmar.

Förkunskaper

Inga.

Innehåll

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 Arbetsmiljölagen, 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 uppbyggd 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 både från ditt och andra LO-förbund.

Kurstid

24 timmar.

Ersättning

Ledighet enligt studieleddighetslagen. Skattefria stipendier av LO eller avdelningen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1:1	3/3	2026-02-13	ABF Örebro
1:2	9/3	2026-02-13	ABF Örebro
1:3	17/3	2026-02-13	ABF Örebro
2.	14/4 - 16/4	2026-03-13	v.16 ABF Örebro
3.	11/5 - 13/5	2026-04-10	v.20 ABF Örebro
4.	8/9 - 10/9	2026-08-07	v.37 ABF Örebro
5.	20/10 - 22/10	2026-09-18	v.43 Lindesberg
6.	8/12 - 10/12	2026-11-06	v.50 ABF Örebro

Om samhället (Medlem i facket 2)

Målgrupp

M: Medlemmar.

Förkunskaper

Om facket eller Medlem i facket.

Innehåll

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.

Kurstid

24 timmar.

Ersättning

Ledighet enligt studieledighetslagen. Skattefria stipendier av LO eller avdelningen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:18	27/4 - 29/4	2026-04-03	ABF Örebro
2.V:51	15/12 - 17/12	2026-11-13	ABF Örebro

Om rasism

Målgrupp

M: Medlemmar.

Förkunskaper

Om Facket och Om Samhället eller motsvarande utbildning/kunskaper.

Innehåll

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.

Kurstid

24 timmar.

Ersättning

Ledighet enligt studieleighetslagen. LO ersätter med utbildningsarvode eller förlorad arbetsförtjänst.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:13	24/3 - 26/3	2026-02-27	ABF Örebro
2.V:44	27/10 - 29/10	2026-10-02	ABF Örebro

Medlem 30+

Målgrupp

Kursen riktar sig till medlemmar som vill lära sig mer om vad medlemskapet innebär, familjejuridik samt om försäkringar och pensions innehåll.

Förkunskaper

Inga

Innehåll

- Familjejuridik
- Pension
- Försäkringar

Kursen riktar sig till medlemmar som vill lära sig mer om vad medlemskapet innebär, familjejuridik samt om försäkringar och pensionsinnehåll.

Kurstid

Kursen är på 24 timmar, fördelat på 3 heldagar.

Ersättning

Du söker ledigt hos arbetsgivaren för studier. Du ersätts med utbildningsstipendium eller förlorad arbetsförtjänst av ditt förbund. Stipendium utbetalas med 139kr/timmen, skattefritt.

Deltagaravgift: 2 000 kr/deltagare. Detta betalas av respektive fackförbund.
Studiematerial, lunch och fika ingår.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:14	30/3 - 1/4	2026-02-27	IF Metall avdelning 18
2.v:49	1/12 - 3/12	2026-10-30	IF Metall avdelning 18

Medlem 55+

Målgrupp

Utbildningen är anpassad till medlemmar som är 55år eller är någonstans mitt i livet.

Förkunskaper

Inga.

Innehåll

Vad händer när jag blir pensionär?

Kan jag sluta att arbeta innan jag fyller 65 år?

Har jag möjlighet att påverka min pension? Har jag/vi råd att bo kvar?

Kurstid

Kursen är på 24 timmar, fördelat på 3 heldagar.

Ersättning

Du söker ledigt hos arbetsgivaren för studier. Stipendium utbetalas med 139kr/timmen, skattefritt. Studiematerial, lunch och fika ingår.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:6	3/2 - 5/2	2026-01-05	IF Metall avdelning 18
2.V:17	21/4 - 23/4	2026-03-20	ABF Örebro
3.V:26	15/6 - 17/6	2026-05-15	IF Metall avdelning 18
4.V:39	22/9 - 24/9	2026-08-21	Lindesberg
5.V:45	3/11 - 5/11	2026-10-02	IF Metall avdelning 18
6.V:48	24/11 - 26/11	2026-10-23	ABF Örebro

Jämställdhetsutbildning (Om feminism)

Målgrupp

M: Medlemmar utan fackliga uppdrag.

Förkunskaper

Inga.

Innehåll

En grundläggande utbildning i jämställdhet där du lär dig att se ojämställdheten i samhället och på arbetsplatsen. Utbildningen ger dig kunskap och förståelse kring de normer och strukturer som skapar ojämställdhet och en inblick i hur du kan vara med och arbeta för ett jämställt samhälle och arbetsliv.

Kurstid

16 timmar.

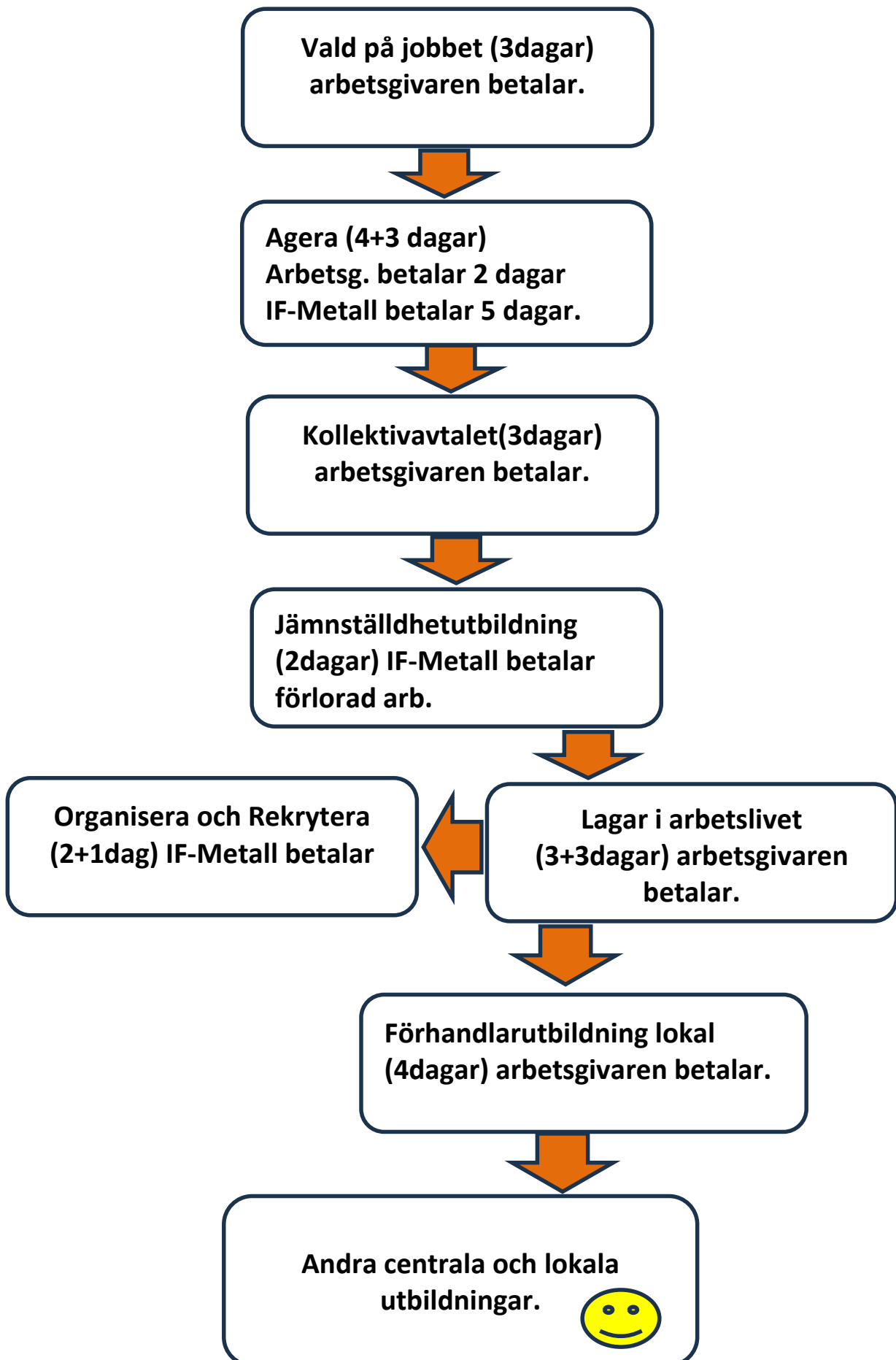
Ersättning

Ledighet enligt studieleighetslagen. Skattefria stipendier av avdelningen.

Deltagaravgift: 1 800 kr/deltagare. Betalas av respektive fackförbund. Studiematerial, lunch och fika ingår.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:15	7/4 - 8/4	2026-03-13	ABF Örebro
2.V:45	2/11 - 3/11	2026-10-09	ABF Örebro

UTBILDNINGSSTEGE FÖR FÖRTROENDEVALDA



UTBILDNINGAR FÖR FÖRTROENDEVALDA.

Under detta avsnitt hittar du våra utbildningar för förtroendevalda.

Vald på jobbet

Målgrupp

FV: Förtroendevalda.

Förkunskaper

Inga.

Innehåll

Grattis till ditt uppdrag, vad roligt att du har fått förtroendet att företräda dina arbetskamrater! Men vad innebär det i praktiken och vad förväntas av dig? Oavsett vilket fackligt förtroendeuppdrag du har fått finns det grundläggande kunskaper som du behöver ta med dig på vägen. Att vara förtroendevald är något stort, du har fått dina arbetskamraters förtroende att företräda dem. Under den här kursen kommer du att få insikt i vad uppdraget som fackligt förtroendevald innebär, vad din roll är. Vi kommer att prata om värderingar och vad den fackliga grundidén innehåller så att du känner dig trygg i ditt uppdrag. Det finns generella regelverk, rättigheter och skyldigheter som du behöver känna till och förhålla dig till. Och inte minst behöver du ha koll på hur den svenska modellen på arbetsmarknaden fungerar. Allt det här och lite till får du kunskap om under den här grundläggande utbildningen.

Kurstid

24 timmar.

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:09	24/2 - 26/2	2026-01-30	ABF Örebro
2.V:11 del1	11/3	2026-02-13	ABF Örebro
3.V:12 del2	18/3	2026-02-13	ABF Örebro
4.V:13 del3	25/3	2026-02-13	ABF Örebro
5.V:18	5/5 - 7/5	2026-04-03	ABF Örebro
6.V:25	16/6 - 18/6	2026-05-15	ABF Örebro

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
7.V:41	25/8 - 27/8	2026-08-03	IF Metall avdelning 18
8. V:41	6/10 - 8/10	2026-09-04	ABF Örebro
9. V:49	1/12 - 3/12	2026-10-31	ABF Örebro

Agera

Målgrupp

FV: Förtroendevalda på klubbnivå, men också avdelningsombud och ensamskyddsombud ska kunna erbjudas utbildningen.

Förkunskaper

Vald på jobbet.

Innehåll

Förtroendevalda på klubbnivå, men också avdelningsombud och ensamskyddsombud ska kunna erbjudas utbildningen.

Kurstid

56 timmar.

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen i fem dagar och förlorad förtjänst betalas av avdelningen. Deltagarna söker även ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen i två dagar och förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:11 del:1	9/3 - 12/3	2026-02-09	IF Metall avdelning 18
1.V:16 del:2	13/4 - 15/4	2026-02-09	IF Metall avdelning 18
2.V:40 del:1	28/9 - 1/10	2026-08-28	IF Metall avdelning 18
2.V:44 del:2	26/10 - 28/10	2026-08-28	IF Metall avdelning 18

Kollektivavtalet

Målgrupp

FV: Förtroendevalda.

Förkunskaper

Vald på jobbet samt Agera.

Innehåll

Skillnaden 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.

Kurstid

24 timmar.

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:17	20/4 - 22/4	2026-03-20	IF Metall avdelning 18
2.V:47	16/11 - 18/11	2026-10-16	IF Metall avdelning 18

Organisera och rekrytera

Målgrupp

FV: Förtroendevalda.

Förkunskaper

Vald på jobbet, Kollektivavtalet samt Jämställdhetsutbildning.

Innehåll

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.

Kurstid

24 timmar.

Ersättning

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

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:22	25/5 - 27/5	2026-04-24	IF Metall avdelning 18
2.V:50	8/12 - 10/12	2026-11-06	IF Metall avdelning 18

Lagar i arbetslivet.

Målgrupp

KLAF: Ledamöter i klubbstyrelsen, kontaktombud, avdelningsombud och förtroendevalda med liknande uppgifter.

Förkunskaper

Vald på jobbet, Agera, Kollektivavtalet samt Jämställdhetsutbildning.

Innehåll

Viktiga regler i MBL, LAS, diskrimineringslagen samt viktiga delar i FML, föräldraledighetslagen, kvittningslagen, semesterlagen och studieledighetslagen.

Kurstid

48 timmar.

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:19 del1	4/5 - 6/5	2026-04-03	IF Metall avdelning 18
1.V:21 del2	18/5 - 20/5	2026-04-03	IF Metall avdelning 18
2.V:42 del1	12/10 - 14/10	2026-09-11	IF Metall avdelning 18
2.V:46 del2	9/11 - 11/11	2026-09-11	IF Metall avdelning 18

Förhandlarutbildning, lokal

Målgrupp

FV: Förtroendevalda som har uppdrag att förhandla med arbetsgivaren.

Förkunskaper

Agera, Kollektivavtalet, Jämställdhetsutbildning samt Lagar i arbetslivet.

Innehåll

Utformning av förhandlingsframställan och förhandlingsprotokoll.
Förhandlingsordning och tidsgränser vid olika tvister. Uppträdande/beteende i

samband med förhandlingar med mera.

Kurstid

32 timmar.

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
14/12 - 17/12	2026-11-13	IF Metall avdelning 18

Jämställdhetsutbildning för förtroendevalda.

Målgrupp

FV: Förtroendevalda.

Förkunskaper

Vald på jobbet, Agera samt Kollektivavtalet.

Innehåll

Jämställdhet är en kunskapsfråga och under dessa dagar kommer deltagarna att diskutera hur det ser ut i samhället, på arbetsplatserna och i organisationen. Utbildningen ger kunskap och förståelse kring de normer och strukturer som skapar ojämställdhet och ger verktyg för det framtida jämställdhetsarbetet.

Kurstid

16 timmar

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:5	26/1 - 27/1	2025-12-19	Karlstad
V:11	7/4 - 8/4	2026-03-13	Örebro
V:35	27/8 - 28/8	2026-08-10	Karlstad
V:45	2/11 - 3/11	2026-10-09	Örebro

Ordförandeutbildning

Målgrupp

O: Ordförande.

Förkunskaper

Vald på jobbet, Agera, Kollektivavtalet.

Innehåll

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 handfast 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.

Kurstid

24 timmar.

Ersättning

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

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1/6 - 2/6	2026-04-30	IF Metall avdelning 18

Valberedningsutbildning

Målgrupp

VB: Valberedningar.

Förkunskaper

Vald på jobbet, Agera, Kollektivavtalet samt Jämställdhetsutbildning.

Innehåll

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.

Kurstid

16 timmar. (Internat)

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av avdelningen. denna utbildning går som Internat. avdelningen tar hand om allt praktiskt med boende samt ifall man vill åka ex. tåg. kontakta studie ansvarig vid frågor:070-8879846

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
25/5 - 26/5	2026-04-24	Västerås

Sekreterare

Målgrupp

VKJ: Vald på jobbet, Agera, Kollektivavtalet samt Jämställdhetsutbildning.

Innehåll

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.

Kurstid

24 timmar.(Internat)

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av avdelningen. denna utbildning går som Internat. avdelningen tar hand om allt praktiskt med boende samt ifall man vill åka ex. tåg. kontakta studie ansvarig vid frågor:070-8879846

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
11/5 - 12/5	2026-04-10	Eskilstuna

Kassör och Revisorutbildning

Målgrupp

Kassörer & Revisorer

Förkunskaper

vald på jobbet, Agera, Kollektivavtalet samt Jämställdhetsutbildning

Innehåll

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.

Kurstid

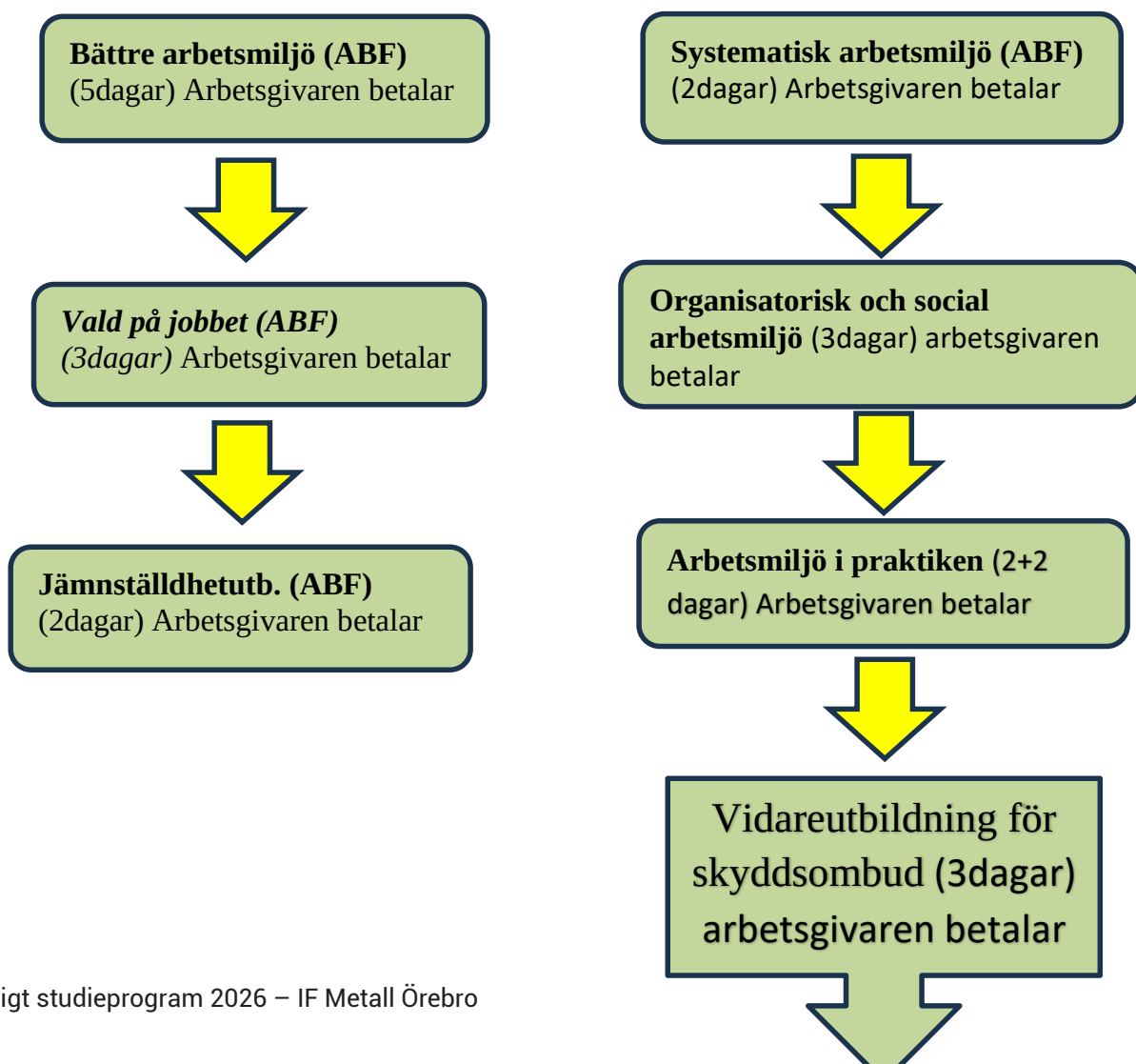
24tim (Internat)

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av avdelningen. denna utbildning går som Internat. avdelningen tar hand om allt praktiskt med boende samt ifall man vill åka ex. tåg. kontakta studie ansvarig vid frågor:070-8879846

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
13/4 - 15/4	2026-03-13	Eskilstuna

UTBILDNINGSSTEGE FÖR SKYDDSOMBUD



ARBETSMILJÖUTBILDNINGAR.

Bättre arbetsmiljö (BAM)

Målgrupp

FS: Skyddsombud, klubbordförande, förhandlare och andra förtroendevalda som arbetar med arbetsorganisation och hållbart arbete.

Förkunskaper

Inga.

Innehåll

Utbildningen ger grundläggande kunskaper om lagar, regelverk för avtal och föreskrifter kring förhållanden som påverkar arbetsmiljön, chefernas och skyddsombudens roller och ansvar samt hur man ska samverka. Vidare att kunna identifiera och hantera faktorer som är negativa respektive positiva för arbetsmiljön och hur man kan genomföra förebyggande arbetsmiljöarbete.

Kurstid

40 timmar fördelat på 5 heldagar.

Ersättning

Skyddsombud söker ledighet samt förlorad arbetsförtjänst enligt 6 kap. 4 och 5 § arbetsmiljölagen. För resterande deltagare 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
1.V:12 del1	19/3 - 20/3	2026-02-20	ABF Örebro
1.V:15 del2	7/4 - 8/4	2026-02-20	ABF Örebro
1.V:16 del3	13/4	2026-02-20	ABF Örebro
2.V:21 del1	20/5 - 21/5	2026-04-24	ABF Örebro
2.V:24 del2	9/6 - 11/6	2026-04-24	ABF Örebro
3.V:36 del1	2/9 - 3/9	2026-08-07	ABF Örebro
3.V:38 del2	15/9 - 16/9	2026-08-07	ABF Örebro
3.V:39 del3	21/9	2026-08-07	ABF Örebro
4V:46 del1.	9/11 - 10/11	2026-10-09	ABF Örebro

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
4.V:47 del2	17/11 - 18/11	2026-10-09	ABF Örebro
4.V:48 del3	23/11	2026-10-09	ABF Örebro

Arbetsmiljö i praktiken

Målgrupp

FS: Skyddsombud, klubbordförande, förhandlare och andra förtroendevalda som arbetar med arbetsorganisation och hållbart arbete.

Förkunskaper

Vald på jobbet, Agera, Kollektivavtalet, Jämställdhetsutbildning samt Bättre arbetsmiljö (BAM).

Innehåll

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

Kurstid

32 timmar.

Ersättning

Skyddsombud söker ledighet samt förlorad arbetsförtjänst enligt 6 kap. 4 och 5 § arbetsmiljölagen. För resterande deltagare 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSTILLFÄLLE	KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
V:14 del:1	30/3 - 31/3	2026-03-02	Svalan i brunnsparken
V:17 del:2	20/4 - 21/4	2026-03-02	Svalan i brunnsparken

Systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM)

Målgrupp

FS: Skyddsombud, klubbordförande, förhandlare och andra förtroendevalda som arbetar med arbetsorganisation och hållbart arbete.

Förkunskaper

Vald på jobbet, Agera, Kollektivavtalet, Jämställdhetsutbildning samt Bättre arbetsmiljö (BAM).

Innehåll

Som fackligt skyddsombud behöver du vara lyhörd och uppmärksam på vad som händer på jobbet. Att tidigt kunna identifiera hälsorisker av olika slag, och förebygga dessa, är A och O. Men för att det ska fungera måste det finnas strukturer och rutiner kring arbetsmiljöarbetet. Du får här kunskap om vilka regler och lagar som måste följas och vilket mandat du som skyddsombud har att ta till om de bryts. Vi kommer att utgå från den egna arbetsplatsen och med dig hem får du de verktyg du behöver för att göra en handlingsplan kring systematiskt arbetsmiljöarbete på just din arbetsplats. Allt för att du ska kunna göra ett bra jobb som dina kollegors skyddsombud och minimera risker för skador.

Kurstid

16 timmar.

Ersättning

Skyddsombud söker ledighet samt förlorad arbetsförtjänst enligt 6 kap. 4 och 5 § arbetsmiljölagen. För resterande deltagare 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
14/10 - 15/10	2026-09-11	ABF Örebro

Organisatorisk och social arbetsmiljö, OSA

Målgrupp

Skyddsombud, HSO.

Förkunskaper

Grundutbildning bättre arbetsmiljö. (BAM)

Innehåll

Målsättningen med denna utbildning är att ge en bra introduktion till Arbetsmiljöverkets föreskrift om organisatorisk och social arbetsmiljö (AFS 2015:4). Den vänder sig till dig som vill ha mer kunskap om föreskriften och vad den innebär. Utbildningen tar upp bakgrund, vilka som berörs, vilka krav föreskriften ställer och hur den påverkar organisationen.

3 000 kr/deltagare. Arbetsgivaren står för kostnaden (AML kap 6 §4).

Kurstid

Kursen är på 16 timmar fördelat på två heldagar.

Ersättning

Deltagare söker ledigt med bibehållna löneförmåner enligt FML och AML (kap 6 §4 och 5).

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
11/11 - 12/11	2026-10-09	ABF Örebro

Vidareutbildning för skyddsombud

Målgrupp

Skyddsombud som har gått grundutbildningen (Bättre arbetsmiljö).

Förkunskaper

BAM (Bättre arbetsmiljö).

Innehåll

Utbildningen stärker kunskapen om skyddsombudets metoder, om rättigheter och skyldigheter samt att utöva tillsyn på arbetsmiljön.

Kurstid

Kursen är på 24 timmar fördelat på tre heldagar.

Ersättning

-Deltagaravgift 5 200 kr/deltagare. Arbetsgivaren står för kostnaden (AML kap 6 §4).

-Arbetsgivaren står för lön under hela utbildningen (FML § 7). ABF som anordnare står för ledare, lokal, kaffe och lunch samt administration.

-Intyg från arbetsgivare ska skickas med för samtliga arbetsmiljöutbildningar när anmälan kommer till ABF. Se bilaga.

KONFERENSER 2026.

Ordförande/studieorganisatörs och avdelningsombudskonferens: 9-10mars-2026
plats kommer senare.

dag1:start 09.00-16.00 dropp in frukost 08.30-09.00

dag 2:start:08.30-15.30

Ordförande/Studieorganisatör/ Avdelningsombudskonferens

Målgrupp

Ordförande/viceordförande på klubbar.

Studieorganisatörer på klubbar eller annan ansvarig för studier

Avdelningsombud

Kurstid

24timmar

Ersättning

Deltagarna söker ledighet i enlighet med 6 § förtroendemannalagen. Förlorad förtjänst betalas av arbetsgivaren i enlighet med 7 § förtroendemannalagen.

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
9/3 - 10/3	2026-02-06	Ånnaboda

Kvinnlig skyddsombudsträff

Målgrupp

Skyddsombud

Kurstid

8tim

KURSDATUM	SISTA ANSÖKAN	KURSPLATS
9/3	2026-02-09	Lindesberg

Mina anteckningar

[illegible]



Mina anteckningar

[illegible]

Mina anteckningar

[illegible]

Mina anteckningar

[illegible]



IFMETALL

**I Sverige
kör vi med
kollektivavtal**



**Skanna QR-koden för att komma till
vår webbplats**



IFMETALL

Örebro län

Bettorpsgatan 10
70384 ÖREBRO
orebro@ifmetall.se
019-199350
<https://www.ifmetall.se/om-oss/vara-avdelningar/orebro-lan/studier/>