|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Dato og Sted** | **Emne** | **Indhold** | **Forslag til undervisere**  |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **1**Dato:Tid: 17-20.30Sted:  | **Intro til Bydelsmødre****OBS! 3,5 timer**inkl. pauser | Viden om Bydelsmødre i Danmark - arbejde, mål og missionForståelse for kravene til Bydelsmødre, som fx tavshedspligt etc.Download af Bydelsmødrenes digitale værktøj og udfyldning af forandringsskema. | Bydelsmødrenes LandssekretariatKoordinator |
| **FAMILIEBLOK** |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **2**Dato:Tid: 17-20.00Sted:  | **Barnets****Udvikling og****opdragelse**3 timerinkl. Pause | Viden om barnets udviklingViden om tosprogethed og børns legViden om børns rettigheder – BørnekonventionenOpdragelse med hjertetTegn på mistrivsel eller omsorgssvigt – hvem kontakter du, hvis et barn viser tegn på omsorgssvigt? | SundhedsplejerskeKoordinator  |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **3**Dato: Tid: 17-20.00Sted: | **Børns hverdag**3 timerinkl. Pause | Viden om forældresamarbejde og forståelse for vigtigheden afsamarbejdet med institutionen og skolenAt kunne reflektere over og tage stilling til, hvordan man sikrer barnet en god hverdag i institutionen/skolenViden om Familierådgivningens arbejde. Hvordan kan bydelsmødrene bruge Familierådgivningen? | SkolelæreFamilierådgiverKoordinator |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **4**Dato:Tid: 17-20.00Sted:  | **Teenagere**3 timerinkl. Pause | Viden om kendetegnene ved at være ung – fx brug af de sociale medier, kammerater, kærester, evt. misbrugsproblematikkerKommunikation med teenagere - hvordan taler man om det, der er svært? Viden om de fysiske og hormonelle forandringer for teenagere | KlubpædagogKoordinator |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **5**Dato: Tid: 17-20.00Sted: | **Ligestilling og rettigheder**3 timerinkl. Pause | Viden om kvinders rettigheder og ligestilling – herunder seksualitet og retten til egen krop. Viden om prævention og seksualitetAt kunne gå i dialog omkring seksualitet | LOKKSex og Samfund (koster penge)Rikke Skovfoged (koster lidt)Koordinator |
| **METODEBLOK** |
| **6**Dato: Tid: 17-20.00Sted: | **Den gode samtale** 3 timerinkl. Pause | Bydelsmødrenes særlige rolle: Samtale, netværk, brobygning, opsøgende arbejde.Præsentation af forskellige redskaber til den gode dialog. Hvordan skaber vi en god ramme for samtale?Kommunikations og rådgivningsteknik:- Hvordan sikre jeg en ligeværdig dialog?- Struktur, tidsramme og emne- Aktiv lytning og spejling- Hvornår henviser jeg videre?- Øvelser - Spørgsmål og svarIntroduktion til hjemmeopgave 1 | Koordinator Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation |
| **Hjemmeopgave 1** |  | At kunne lytte og være nærværendei en samtale At blive mere fortrolig medBydelsmødrenes metoderErfaring med relationsarbejde |  |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **7**Dato: Tid: 17-20.00Sted: | **Hjælp til selvhjælp****Opfølgning på****hjemmeopgave**3 timerinkl. Pause | Lære af egne erfaringerErfaringsudveksling = opsamling på hjemmeopgave (Indskriv krop og følelser) Introduktion til samtale-skemaetTavshedspligt og underretningspligtCoaching <-> VejledningAt lære andre at hjælpe sig selvØve samtalen/relationenAt kunne sætte ord på, hvadBydelsmødrenes rolle er: defineret,konkretiseret og afprøvet | Koordinator Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation |
| **SUNDHEDSBLOK** |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **8**Dato:Tid: 17-20.00Sted: | **Kroppen**3 timerinkl. Pause | Tilegne sig viden om det sunde liv Forstå vigtigheden af et sundt livAt blive bevidst om egen livsstil Evt. praktiske øvelser, der kan laves hjemmeTilegne sig viden om tandsundhed og tandhygiejne, samt forældresamarbejde med tandplejen | SundhedsformidlerSundhedscenterLægeKoordinator |
| **9**Dato:Tid: 17-20.00Sted: | **Psyken**3 timerinkl. pause | Tilegne sig viden om psykiske belastninger og sygdomme fx PTSD.* Viden om hvor og hvornår Bydelsmødre skal henvise kvinderne videre for at få hjælp.
* Viden om psykiske belastninger og sygdomme, og de konflikter det giver i hjemmet.
* Værktøjer til hvordan man som Bydelsmor kan hjælpe familier ramt af psykisk sygdom.
 | PSYK-info ”En af jer” |
| **METODEBLOK** |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **10**Dato: Tid: 17-20.00Sted: | **Opsøgende arbejde** **Opfølgning****på hjemmeopgave****2**3 timerinkl. pause | Lære af egne erfaringerRedskaber til opsøgende indsats: Hvad er opsøgende arbejde og hvordan gør vi.Erfaringsudveksling = opsamling på hjemmeopgaveOverblik over alle metoderViden om BM Målgruppe – kvinder i svære livssituationerHvordan man klarer en afvisning | Koordinator Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation |
| **Hjemmeopgave 2**Tal med tre kvinder – øv dig på Bydelsmødrenes metoder |  | At kunne bruge faglig viden til at informere og henvise kvinder til relevante fagpersoner i nærområdet.At lave opsøgende arbejde |  |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **11**Dato:Tid: 17-20.00Sted: | **Pas på dig selv**3 timerinkl. pause | Genopfrisk Bydelsmødrenesmetoder: 1) Opsøgende arbejde 2) Netværksskaber3) BrobyggerRedskaber til at passe på sig selv:Papegøje-teknikHøreværn – Ikke ejerskab for problemer Hvor går grænsen? – etik - DilemmaerØve samtalen/relationen | Koordinator Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation |
| **SAMFUNDSBLOK** |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **12**Dato:Tid: 17-20.00Sted: | **Kommunen**3 timerinkl. Pause | Viden om kommunens forskelligeinstanserRedskaber til at kunne henvendesig i kommunen (fx nemid)- Viden om rådgivning og udbetaling: Åben anonym rådgivning, kontanthjælp, revalidering og ledighedsydelser, dagpenge, barselsdagpenge, pensioner og starthjælp | BorgerserviceSocialrådgiversagsbehandlerKoordinator |
| **Modul** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **13**Dato:Tid: 17-20.00Sted | **Flygtninge**3 timerInkl. pause | Det forløb som en nyankommet flygtning skal igennem i mødet med kommunen. * Hvad gør kommunen?
* Hvilke krav stilles der?
* Hvor mange penge har en flygtningefamilie at leve for?
* Hvor kan Bydelsmødre hjælpe til?
* Hvilken hjælp kan flygtninge få? Hvor kan man gå hen for hjælp, og hvilke lokale tilbud man kan trække på?
 |  |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Hvad skal du lære om?** | **Undervisere** |
| **14**Dato:Tid: 17-20.00Sted: | **Danmark**3 timerinkl. pause | Indsigt i Danmarks styreform ogbaggrund herfor.Herunder demokrati i Danmark (styreform, ytringsfrihed, menneskerettigheder).Rettigheder og pligter som borger i Danmark. | Lokal politikerKoordinator |
| **15**Dato:Tid: 17-20.30Sted: | **Evaluering****OBS! 3,5 timer**Inkl. pause | Refleksion over tilegnet viden.Forandringshistorier: Lærer at fortælle sin historie som en vigtig historie: før – under – efter.Udfyld stamdata i Bydelsmødrenes digitale værktøj | Koordinator |
| **Afslutning**Dato:Tid: Sted: | **Overrækkelse af Diplom og afslutning – festlighed**3,5 timer | Overrækkelse af diplomer, badge, tørklæde og tasker på Rådhuset af borgmester | Kontakt rådhusetBorgmesteren overrækker diplomer |