

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Første månedsmøde efter grunduddannelsen

Tid: 3 timer

Indhold

- Tjek ind
- Det gode månedsmøde - De 4 elementer
- Vores opgaver og kompetencer - Kompetencestjernen
- Fordel opgaver - Månedsmødeskabelonen
- Tjek ud



Workshop 1 Månedsmøder og rollefordeling

Materialer

- Tavle eller flipover
- Månedsmødeskabelon
- Kompetencestjerne
- Post-its
- Kuglepenne

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Første månedsmøde efter grunduddannelsen

Tid: 3 timer



BYDELSMØDRE

- en del af Fonden for Socialt Ansvar

Tid	Program	Indhold/metode	Ansvarlig
17.00 15 min	Tjek ind	<p><i>Materialer: Flipover og post-its</i></p> <p>Stil jer i en cirkel En efter én går et skridt ind i cirklen og fortæller: "Jeg er her i dag fordi....."</p>	
17.15 5 min	Velkommen Dagsorden	<p><i>Materialer: Flip med dagsorden</i></p> <p>Nu er vi uddannede BydelSMØDRE som er uddannede til at støtte andre kvinder og familier.</p> <p>MEN vi er også en gruppe, som skal samarbejde så vi kan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • støtte hinanden • lave aktiviteter sammen for kvinder i området • samarbejde med andre i lokalområde <p>Det er det vi skal arbejde med i dag. Vi skal organisere os og fordele roller - ligesom i en familie – men IKKE hvor mor laver det hele 😊.</p> <p>Hvis samarbejdet skal blive godt er det vigtigt at alle tager ansvar og melder sig til opgaver på skift og roser hinanden for det.</p> <p>HUSK: Værdierne: ANSVAR og ANERKENDELSE</p>	
17.20 10 min	Månedsmødets fire elementer	<p><i>Materialer: Flipover med månedsmødet 4 elementer</i></p> <p>Oplæg</p> <p>Hvorfor er månedsmøder vigtige?</p> <p>Månedsmøderne er rigtig vigtige fordi, det er den fælles tid vi har sammen om vores fælles mål.</p> <p>Vi bliver bedre BydelSMØDRE for andre hvis vi holder møder, hvor vi</p> <ul style="list-style-type: none"> • styrker vores fællesskab, erfaringsudveksler og deler viden, giver hinanden energi • lytter til hinanden og hjælpe hinanden med de kvinder, vi møder. • Vi får ideer sammen og planlægger aktiviteter. <p>Alle BydelSMØDRE i Danmark holder månedsmøder ud fra 4 elementer.</p>	

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Første månedsmøde efter grunduddannelsen

Tid: 3 timer



BYDELSMØDRE

- en del af Fonden for Socialt Ansvar

17.20-18.00		Månedsmødets fire elementer <ol style="list-style-type: none">1. Erfaringsudveksling og dokumentation (udfyld samtale- og aktivitetsskemaet)2. Ny viden3. Styrk det sociale fællesskab (fx tjek ind, mad-pauser, energizers)4. Planlægning <ul style="list-style-type: none">• De fire elementer styrker vores Bydelsmødre arbejde og vores fællesskab• De fire elementer gør os til en Bydelsmødre-gruppe og ikke en anden slags gruppe.	
17.40 20 min	Øvelse Månedsmødets 4 elementer	Materialer: 4 flips med hver gruppes spørgsmål ØVELSE Opdel i 4 grupper, Tal sammen i 10 min Skriv jeres svar på papiret med spørgsmålene. Gruppe 1 <ul style="list-style-type: none">• Hvorfor er det vigtigt at erfaringsudveksle og dokumentere (udfylde samtalskemaer) på et månedsmøde?• Hvordan kan vi bedst gøre det? Gruppe 2 <ul style="list-style-type: none">• Hvorfor er ny viden vigtig på vores månedsmøder• Hvad kan ny viden være? Gruppe 3 <ul style="list-style-type: none">• Hvorfor det er vigtigt at huske den sociale Bydelsmødre-fællesskab?• Hvordan kan vi bedst gøre det? Gruppe 4 <ul style="list-style-type: none">• Hvorfor er planlægning vigtigt på et månedsmøde?• Hvordan kan vi bedst gøre? Fællesopsamling <ul style="list-style-type: none">• Hvad har I talt om?• Er der nogen, som vil supplere?	

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Første månedsmøde efter grunduddannelsen

Tid: 3 timer



BYDELSMØDRE

- en del af Fonden for Socialt Ansvar

		OBS om ny viden: Ny viden behøver ikke komme ved oplæg eller fagpersoner. Ny viden kan være vores egne ideer eller information om aktiviteter i området.	
18.00	Madpause		
18.30	Opgaver Kompetencer	<p style="text-align: right;"><i>Materialer: Flip med opgaverne og kompetencerne</i></p> <p>Oplæg</p> <p>Der er forskellige arbejdsopgaver i en Bydelsmødregruppe Fx</p> <ol style="list-style-type: none">1. Styre mødet2. Inviter til månedsmøde og skriv en huske-sms inden mødet.3. Skriv dagsorden, referat mm. på mødeskabelonen.4. Købe mad eller snacks til månedsmøderne5. Lav kaffe og te inden mødet6. Stå for tjek ind/tjek ud7. At deltage i lokalt arrangement og præsentere Bydelsmødrene8. Tage kontakt til kvindecafeen og fortælle, at vi er klar til at samarbejde.9. Skriv opslag og sedler, som skal hænges op i lokalområdet om at Bydelsmødre findes.10. Kontakt til samarbejdspartner11. Kontaktperson til Bydelsmødrenes Landsorganisationen og sende beskeder videre til gruppen.12. Lave regnskab (når I bliver forening) <p>De fleste opgaver kan alle lave</p> <p>Andre opgaver kræver ekstra lyst og kompetencer/personlighed.</p> <p>Nogen er gode til have overblik Nogen er gode til at planlægge Nogen kan li at gøre det praktiske – kaffe, te, købe ind. Nogen kan li at tage kontakt til fagpersoner Nogen kan li at skrive Nogen er gode til idéer Nogen er gode til tal</p>	
18.45	Øvelse: Det er jeg god til	<p style="text-align: right;"><i>Materialer: Kompetencestjernen</i></p> <p>Oplæg</p>	

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

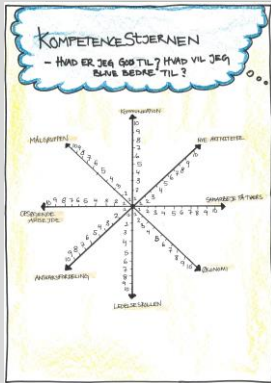
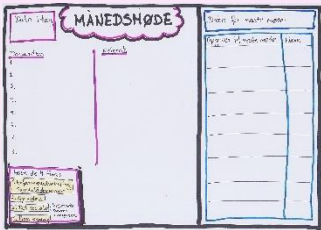
Første månedsmøde efter grunduddannelsen

Tid: 3 timer



BYDELSMØDRE

- en del af Fonden for Socialt Ansvar

		<p>For at vi kan fordele opgaver er vi nødt til at finde ud af hvilke kompetencer har vi gruppen. Hvem er god til hvad?</p> <p>Øvelse: Del en kompetencestjerne ud til hver og forklar den Skriv dit navn på din kompetencestjerne</p>  <p>Sid alene og udfyld den i 5 min 1 = mindst god til 10 = mest god til</p> <p>Skriv også noter på om</p> <ul style="list-style-type: none">• Hvad er jeg god til?• Hvad kan jeg bidrage med?• Hvilke opgaver vil jeg gerne lave? <p>i et samarbejde i BydelSMØDRE-gruppen</p> <p>Del jer op i grupper af 3 personer i 10 min. Fortæl hinanden på skift, hvad I synes hinanden vil være gode til i BydelSMØDRE-gruppen Tit kan andre se mere tydeligt, hvad man er god til end man selv kan. Ret til i din kompetencestjerne.</p> <p>Vi ved nu, hvad vi er gode til 😊 Dejligt! og hvad vi gerne vil gøre i gruppen</p>	
19.10	Pause	Styrk det sociale – hyggesnak	
19.20	Månedsmøde-skabelon	<p><i>Materialer: Månedsmødeskabelon</i></p> <p>Oplæg</p> <p>Første opgave er at udfylde en månedsmødeskabelon</p>  <p>Forklar skabelonen:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Skabelonen giver overblik over mødet. Vi laver en dagsordenen sammen inden mødet starter.	

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Første månedsmøde efter grunduddannelsen

Tid: 3 timer



BYDELSMØDRE

- en del af Fonden for Socialt Ansvar

		<p>2. Skabelonen gør at vi kan huske, hvad vi beslutter. Det skriver vi i stikord under referat.</p> <p>3. Skabelonen gør at kan planlægge næste møde og se hvem, der gør hvad.</p> <p>Spørg: Hvem vil udfylde i dag?</p> <p>Personen skriver dagsorden ind og skriver referat i løbet af mødet.</p>	
19.30	Vælg to kontaktpersoner (Hvis I ikke allerede har gjort det)	<p>Oplæg</p> <ul style="list-style-type: none">• Gruppen skal have to kontaktpersoner til Landssekretariatet. Mindst én af dem skal stå på hjemmesiden som kontakt til gruppen. (hvis vi har en koordinator er hun den tredje)• Landssekretariatet sender beskeder på app (messenger, whatsapp eller viber)• Det de sender er: invitationer til kurser, landsmøde, faglige oplæg, redskaber osv.• Det er en vigtig opgave! Hvis man siger ja, har man ansvar for at dele de beskeder, der kommer i vores app-gruppe. <p>Spørg: Hvem har lyst? Vælg to.</p> <p>OBS: Husk at sende kontaktpersonernes navn og telefonnummer til jeres kontaktperson i Landssekretariatet</p>	
19.33	Fordel Opgaver til næste månedsmøde	<p>Fordel opgaverne til næste møde. Fx hvem køber snacks/mad, hvem kommer tidligere og laver kaffe, hvem planlægger en tjek ind og en tjek ud.</p> <p>Er der andre opgaver, der skal fordeles?</p> <p>Vi har nu lavet både en dagsorden, et mødereferat og planlagt næste månedsmøde 😊.</p> <p>Tag et billede og upload i jeres gruppe</p>	
19.50	Tjek ud	<p>Stil jer i en cirkel</p> <p>Skiftes til at gå et skridt ind og fortæl:</p>	

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Første månedsmøde efter grunduddannelsen

Tid: 3 timer



BYDELSMØDRE

- en del af Fonden for Socialt Ansvar

		<i>"Det vigtigste jeg tager med mig hjem fra i aften er....."</i>	
--	--	---	--