

1. halvår
2025

Brug din OK-ret til 100 % løn på selvvalgt uddannelse

Her finder du et udpluk af kurser, der kan være relevante
for din videre- og efteruddannelse.



MØLLEÅEN • BJMF • NORDSJÆLLAND ØST • FREDERIKSBORG • FREDERIKSVÆRK/FREDERIKSSUND • BORNHOLM
KØBENHAVN • STORKØBENHAVN • KØBENHAVNS CHAUFFØRER OG VESTEENEN • HØJE TAASTRUP • KASTRUP



Brug din OK-ret til 100 % løn på selvvalgt uddannelse

3F afdelingerne i Hovedstaden, Nordsjælland og Bornholm samarbejder med flere skoler, om at udbyde nogle særligt udvalgte kurser, som fremgår af dette kursuskatalog. Men der findes også mange andre kursusmuligheder.

Nyttige links

amukurs.dk

Her kan du finde inspiration til mange andre kurser og se hvem der udbyder og afholder kurserne.

ikuf.dk

Ansøg Industriens Kompetenceudviklingsfond.

voksenuddannelse.dk

Tilmeld dig kurserne og ansøgning om VEU- og befordringsgodtgørelse.

Indhold

- 4** Tilskudsmuligheder
- 6** Din lokale 3F afdeling
- 7** Almene kompetencer
- 8** Kurser på engelsk
- 10** Medicinal- og procesindustri
- 17** Grundlæggende IT
- 23** Regnskab
- 24** Personlig udvikling
- 26** Ledelse og samarbejde
- 29** Security
- 30** Det grønne område
- 32** Ejendomsservice
- 33** Svejsekurser
- 34** Køleteknik
- 36** Transport & Lager
- 41** Grøn omstilling
- 42** Offshore
- 44** Madfremstilling
- 46** Skoler
- 47** Kontaktpersoner i 3F

Fakta om selvvalgt uddannelse på IKUF

Industriens overenskomst giver dig efter 6 måneders ansættelse ret til, to ugers selvvalgt efter- og videreuddannelse om året. Du har mulighed for at opspare dine uger i 3 år, så du ialt har seks uger, som du kan bruge sammenhængede. Du bestemmer selv, hvilke uddannelser eller kurser du har lyst til at deltage på inden for industriens overenskomstråde IKUF/TMKF.

På den måde kan du styrke din faglighed og fortsat være en attraktiv arbejdskraft i dit nuværende job. Det kan også være, at du får lyst til at prøve kræfter med et nyt, spændende job.

Kontakt din uddannelsesrepræsentant, tillidsrepræsentant, eller din lokale 3F afdeling for at høre mere. Se kontaktpersoner på bagsiden.

100 % løn under uddannelse

Et eksempel på en beregning for månedslønnede som er på IKUF

Løn uden tillæg	
pr. måned:	kr. 30.000
Fritvalgslønkonto: 9 %	kr. 2.700
Ferietillæg: 1 %	kr. 300
Pensionsbidrag fra arbejdsgiveren: 10 %	kr. 3.300

Saldo

Løn inkl. fritvalg, ferietillæg og pension :	kr. 36.300
--	------------

Genetillæg søges på en blanket for sig selv.

Du får fuld løndækning af kompetencefonden og VEU-godtgørelse. Selve kursus betales af kompetencefonden.

Du kan også søge om at få dækket dit tabte skifteholdstillæg for perioden.

Du kan anmode kompetencefonden om at forudbetale af dit kursus. Det sker via IKUFs hjemmeside.

Kontakt din lokale 3F afdeling, hvis du vil vide mere om tilskuddet gennem kompetencefonden og VEU-godtgørelsen.



Oversigt over undervisningstilbud i 3F-afdelinger

Bliv styrket i dit arbejdsområde til at varetage nye arbejdsopgaver eller styrket i de arbejdsopgaver du skal løse her og nu. Alle fag er kendetegnet ved at tage udgangspunkt i dit arbejdsliv.

3F Frederiksværk-Frederikssund

Udbyder: VUC Lyngby

- OBU: Torsdag 15.00-17.30, Frederikssund
- Dansk: 9.00-14.00 for ledige, men alle er velkomne
- Seniorer: IT torsdag 9.00-13.00 og Engelsk mandag 9.00-13.00, Frederiksværk

3F Frederiksborg

Udbyder: VUC Lyngby

- Dansk: Opstart i det nye år
- IT: Opstart i det nye år
- Ordblindeundervisning: Mandag kl. 9-13, onsdag kl. 12.00-15.15 eller onsdag kl. 15.30-18:30

3F Høje Taastrup

Udbyder: VUC Vestegnen

- Dansk: Torsdag 9.00-12.00 – primært for ledige, men alle er velkomne
- Digital: Mandag 9.00-12.00 – primært for ledige men alle er velkomne
- Seniorer: Afklares 8. okt. 2024

3F Kastrup

Udbyder: Vestegnens Sprog- og Kompetencecenter (FVU) og AOF (Ordblindeundervisning)

- Ordblindeundervisning: onsdage 15.30 – 18.30 hos 3F Kastrup lokale
- Dansk: fredag 9.00-15.20, primært for beskæftigede, men alle er velkomne. Undervisning hos VSK
- Digital: Tirsdag 9.00 – 15.20 primært for beskæftigede, men alle er velkomne. Undervisning hos VSK
- Engelsk: Torsdag 9.00 – 15.20 primært for beskæftigede, men alle er velkomne. Undervisning hos VSK
- Seniorer: I proces

3F Mølleåen

Udbyder: VUC Lyngby

- Digital: Opstart i marts 2025 for beskæftigede, men alle er velkomne
- Engelsk: Opstart i marts 2025 for beskæftigede, men alle er velkomne
- Seniorer: Opstart i marts 2025, Engelsk og digital

3F Bornholm

Udbyder: VUC Campus Bornholm

- Matematik: 8.15-13.50 for beskæftigede, men alle er velkomne. Fuldtidsundervisning på Campus
- Engelsk: 8.15-13.50 for beskæftigede, men alle er velkomne. Fuldtidsundervisning på Campus
- Dansk: 8.15-13.50 for beskæftigede, men alle er velkomne. Fuldtidsundervisning på Campus
- Digital: 8.15-13.50 for beskæftigede, men alle er velkomne. Fuldtidsundervisning på Campus
- Seniorer: IT Onsdag 8.15-10.45

3F København

Udbyder: AOF-plus

- Dansk og Digital: Torsdag 13.00 – 16.00.
Primært for beskæftigede
- Dansk og job log/AI: tirsdage og torsdage 10.00 – 13.00. For ledige
- Engelsk: Torsdag 9.00 – 14.00. For alle
- Seniorer: I proces (Engelsk og IT)

3F Nordsjælland Øst

Udbyder: VUC Lyngby

- Ordblindeundervisning: Tirsdag 15.00 – 18.00 og torsdag 9.30 – 12.30. For alle
- Dansk trin 1 og 2: mandag og onsdag 9.00 – 12.00
- Dansk trin 3 og 4: I proces
- Digital: I proces

Tag en videregående uddannelse

Du kan bygge ovenpå det du allerede kan, ved at tage en **akademiuddannelse**, **diplomuuddannelse** eller en **HD1**, imens du passer dit arbejde. Samtidig får du fri med 100% løn og får betalt kursusgebyr og evt. materialer.

AKADEMIUDDANNELSER er ofte dér, hvor din videreuddannelse begynder. Uddannelsen læses på deltid og er for dig, som har et arbejde og gerne vil videreudanne dig uden at skulle sige dit job op. Du bestemmer selv, om du vil tage en hel uddannelse eller blot vælge det fag, der passer til dine interesser og behov.

Du kan for eksempel læse:

- Innovation, produkt og produktion
- Ledelse
- Proces, laboratorie- og fødevareteknologi
- Og mange flere

DIPLOMUDDANNELSE er en videregående uddannelse på bachelorniveau og ofte næste skridt, hvis du allerede har en akademiuddannelse.

HD 1. DEL, DET ERHVERVSØKONOMISKE GRUNDFORLØB er en videregående uddannelse inden for ledelse og erhvervsøkonomi, der giver dig grundlæggende viden om erhvervsøkonomiske metoder og værktøjer.

Kontakt din lokale 3F afdeling hvis du vil høre mere om dine muligheder!

Skoler

- Zealand Køge
- KEA Hellerup
- Cphbusiness København K
- CBS Frederiksberg

GMP 1 in English

5 days - AMU-mål 49284

5 days with exciting knowledge on pharmaceutical production as well as practical work with documentation

Based on this course you can participate in pharmaceutical industrial production in compliance with current GMP regulations.

Under guidance, the participants can handle raw materials, packaging and finished products correctly. Participants will be introduced to gowning procedures and carry out cleaning and disinfection processes based on knowledge of microbiology.

Under guidance, the participants can fill in relevant documentation.

Production hygiene

- Microbiology, cleaning and disinfection control
- Gowning and airlock behaviour in classified areas
- Manufacture and production of pointment, room class D

Quality assurance

- GMP regulations
- Small c and big C
- Documentation and good practice
- Quality control

Date og courses

- 24. feb.-28. feb., U/NORD, Hillerød
- 28. apr.-2. maj, U/NORD, Hillerød

GMP 2 in English

3 days - AMU-mål 49293

You must have completed GMP 1 - Pharmaceutical Production to participate in this course.

Through practical exercises, you will gain hands-on experience in self-inspection and pharmaceutical production. You will learn to identify the causes of deviations and prevent them from recurring.

You will learn how to participate in self-inspections/internal audits and use them as tools to improve the quality of pharmaceutical manufacturing. Additionally, you will gain insights into managing, recording, and preventing deviations.

Course Content

- Application of self-inspections/internal audits
- Your role in preventing deviations
- Focus on quality
- Practical exercises throughout the course

Date of courses

- 1. apr.-3. apr., U/NORD, Hillerød
- 26. aug.-28. aug., U/NORD, Hillerød

Basic Leadership Development

13 days - AMU-mål 49728, 49729, 49730, 49732, 49733, 49734

Leadership Development Programme offers you a valuable and practical approach to developing your leadership skills..

This 13 days Leadership Development Programme over a course of 4-5 months is for leaders who want to develop valuable leadership skills that are practical and easy to apply.

The programme offers you insights into:

- Personal leadership and self-awareness
- Leadership Communication
- Meeting management
- Conflict handling
- Situational leadership & Diversity
- Change & Involvement

Date of courses

- 13. jan.-7. maj, U/NORD, Hillerød
- 24. feb.-28. maj, NEXT, Ballerup

Forklift B

7 days - AMU-mål 47592

The education is a good mix of practical exercises and classroom teaching. You can look forward to learning how to drive and operate forklifts and self-propelled forklifts and how to properly stow, pick up and put down different types of goods.

In the classroom, you will be taught by our experienced and skilled teachers. Here you will, among other things, learn to read different load diagrams and about the risks associated with working with the machines.

To participate

- You must be 18 years of age.
- You must be able to show a valid driving license or a satisfactory medical certificate (the Danish Health Authority's form for health information when issuing a driving licence).

School

- U/NORD, Hillerød
- TEC, Hvidovre

Other opportunities in English

- Driverlicens Lorry / Truck
- Driverlicens Bus
- Certificate Crane
- Certificate Taxi

Ask Your local 3F department for dates

Procesoperatør pakke

15 dage - AMU-mål 49264, 40649, 47291, 45417, 44230, 46748

Er du allerede procesoperatør eller på vej ind i branchen, så er dette kursus en oplagt mulighed.

Fag på uddannelsen

- Instruktion og oplæring på procesanlæg
- Anvendelse af emballage for operatører
- Operatør vedligehold, procesmåleudstyr
- Anv. af lokalvisende procesmåleudstyr
- Tavlemøder
- Effektivisering for operatører i procesindustrien

Kursusdatoer

- 20. jan.-7. feb., NEG, Kalundborg
- 20. jan.-7. feb., ZBC, Roskilde
- 17. jan.-7. mar., ZBC, Roskilde
- 10. mar.-28 mar., ZBC, Roskilde
- 24. mar.-11. apr., NEG, Kalundborg
- 19. maj.-12. jun., ZBC, Roskilde

Vær med til at
højne kvaliteten
inden for den
medicinalindustrielle
og bioteknologiske
produktion

Intro til medico

30 dage - AMU-mål 40919, 49284, 49293, 49323, 49324, 49554

Medicinalindustrien omfatter virksomheder, der fremstiller farmaceutiske råvarer, færdige produkter og udstyr til sundhedssektoren.

Det er den industri, der fremstiller størstedelen af vores medicin - både den kemiske (tabletter, væsker, cremer m.m.) og den biologiske (vacciner, antistoffer, hormoner m.m.)

Uddannelsen er til dig, der ønsker viden om branchen, fremstillingsprocesser og kvalitetskontrol af medicinale produkter. Du lærer at medvirke ved produktion og kontrol, samt at følge forskrifter og instrukser.

Du kommer igennem GMP regler og ISO standarder, personlig hygiejne og lærer at arbejde under de forskrifter (SOP'er), som der kræves, når du skal arbejde i et rent og til tider helt sterilt miljø.

Fag på uddannelsen

- Bæredygtig produktion
- Fremstilling af steril batch
- Fremstilling af sterile lægemidler
- Medicinalindustriel produktion - GMP1
- GMP i praksis - GMP2
- Kvalitetskontrol for medicooperatører

Kursusdatoer

- 6. jan.-14. feb., U/NORD, Hillerød Venteliste
- 3. feb.-14. mar., U/NORD, Hillerød Venteliste
- 3. mar.-11. apr., U/NORD, Hillerød Venteliste
- 28. apr.-13. jun., U/NORD, Hillerød
- 19. maj.-4. jul., U/NORD, Hillerød
- 4. aug.-12. sep., U/NORD, Hillerød
- 1. sep.-10. okt., U/NORD, Hillerød
- 6. okt.-14. nov., U/NORD, Hillerød
- 10. nov.-19. dec., U/NORD, Hillerød

Rengøring i renrum

3 dage - AMU-mål 49390

Metoder og procedurer

Du får indsigt i myndighedskrav og klassificering af renrum og kan navigere derefter i forhold til GMP.

Du får viden om hvilken risiko partikler og mikroorganismer udgør i renrum.

Indhold

- Krav fra myndigheder og klassificering i forhold til GMP
- Forstå SOP og bruge SOP i forhold til GMP.
- Brug af sterildragt og sluse til renrum. Rengøringsmidler, desinfektionsmidler, doseringer, arbejdsmetoder og arbejdsrækkefølge
- Rengøringsplaner og dokumentation i logbøger
- Personlig hygiejne

Kursusdatoer

- 14. jan.-16 jan., U/NORD, Hillerød
- 8. apr.-10 apr., U/NORD, Hillerød
- 11. jun.-13 jun., U/NORD, Hillerød

Kurset kræver ikke forudgående kendskab.

Kvalitetskontrol

5 dage - AMU-mål 40919

Kvalitetsstyring af Medical Devices med grænseflade til pharma produktion.

Du kan efterleve de krav, der stilles til stikprøveplaner, stikprøveudtagning, stikprøvekontrol, testning og rapportering i forbindelse med kvalitetskontrol. Du får forståelse for specifikationer og tegninger og kan anvende dette i det daglige arbejde.

Indhold

- Du får større indsigt og forståelse for arbejdet med kvalitetskontrol i produktionen
- Du vil opnå indsigt i bekendtgørelsen om medicinsk udstyr og relevante ISO standarder
- Du får kendskab til forskellige kontrolmålinger og anvendelse af forskelligt måleudstyr

Kursusdatoer

- 20. jan.-24. jan., U/NORD, Hillerød
- 3. mar.-7. mar., U/NORD, Hillerød
- 31. mar.-4. apr., U/NORD, Hillerød
- 5. mar.-9. maj, U/NORD, Hillerød
- 23. jun.-27. jun., U/NORD, Hillerød

Kurset kræver ikke forudgående kendskab.

GMP 1

5 dage - AMU-mål 49284

Du kan medvirke ved medicinalindustriel produktion efter gældende forskrifter og under overholdelse af GMP-regler. Du kan under vejledning håndtere råvarer, emballage og færdigvarer korrekt.

Du kan endvidere gennemføre omklædningsprocedurer korrekt samt udføre rengørings- og desinfektionsprocesser på baggrund af kendskab til mikrobiologi.

Indhold

- GMP-regler og SOP'er
- Korrekt håndtering af råvarer, emballage og færdigvarer korrekt
- Omklædningsprocedure
- Mikrobiologi
- Rengørings og desinfektionsprocesser

Kursusdatoer

- 6. jan.-10 jan., NEG, Kalundborg
- 6. jan.-10 jan., ZBC, Roskilde
- 20. jan.-24 jan., NEG, Kalundborg
- 27. jan.-31. jan., U/NORD, Hillerød
- 3. feb.-7 feb., NEG, Kalundborg
- 17. feb.-21 feb., NEG, Kalundborg
- 17. feb.-21 feb., ZBC, Roskilde
- 3. mar.-7 mar., NEG, Kalundborg
- 24. mar.-28. mar., U/NORD, Hillerød
- 24. mar.-28 mar., NEG, Kalundborg
- 31. mar.-4 apr., ZBC, Roskilde
- 7. apr.-11 apr., NEG, Kalundborg
- 7. apr.-11 apr., ZBC, Roskilde
- 23. apr.-29 apr., ZBC, Roskilde
- 5. maj.- 9 maj., NEG, Kalundborg
- 16. jun.-20 jun., NEG, Kalundborg

Kurset kræver ikke forudgående kendskab.

GMP 2

3 dage - AMU-mål 49293

Du lærer at deltage i selvinspektion/intern audit og anvende det som et værktøj til at forbedre kvaliteten ved fremstilling af lægemidler. Du får også indblik i at håndtere, registrere og forebygge afvigelser.

Du forstår de faktorer, som har indflydelse på kvaliteten af lægemidler. Du forbedrer kommunikationen på arbejdet.

Gennem praktiske øvelser, får du selvinspektion og lægemiddelproduktion ind under huden. Du kan finde årsager til afvigelser og forebygge, at de opstår igen.

Indhold

- Selvinspektion/intern audit
- Din egen rolle ved forebyggelse af afvigelser
- Kvalitet

Kursusdatoer

- 4. feb.-26 feb., U/NORD Hillerød
- 1. apr.-3 apr., U/NORD Hillerød
- 26. maj.-28 maj., U/NORD Hillerød

Bemærk: GMP 1 skal tages først.

Fremstilling af sterile lægemidler - Steril 1

5 dage - AMU-mål 21906

Med baggrund i lovregler for fremstilling af sterile lægemidler samt EU-guidens Tillæg 1 om fremstilling af sterile lægemidler, kan du efterleve de krav, som sterilproduktion stiller til personlig hygiejne, sluseadfærd og arbejdsteknik i forbindelse med sterilproduktion, herunder sterile omklædningsprocedurer og anvendelse af aseptiske rengøringsprocedurer.

Du kan arbejde med forskellige former for sterilisation således, at kontaminering af produkter undgås herunder arbejde korrekt med LAF-enheder i produktionslokaler til sterile produkter. Du kan selvstændigt rengøre og desinficere samt klargøre almindeligt anvendt udstyr til sterilisation samt deltage i almindelig hygiejnekontrol.

Indhold

- Personlig hygiejne i forbindelse med sterilproduktion
- Sluseadfærd og arbejdsteknikker
- Omklædningsprocedure
- Aseptiske rengøringsprocedurer
- Fokus på kontaminering
- Klargøring af almindeligt anvendt udstyr til sterilisation
- Fokus på almindelig hygiejnekontrol

Kursusdatoer

- 17. feb.-21 feb., U/NORD, Hillerød
- 7. apr.-11 apr., U/NORD, Hillerød
- 30. jun.-4 jul., U/NORD, Hillerød

Kurset kræver ikke forudgående kendskab.

Fremstilling af steril batch - Steril 2

10 dage - AMU-mål 21907

Få styr på, at arbejde efter GMP-forskrifter i en steril batch

Med baggrund i viden om planlægning af miljømonitorering og anvendelse af monitoreringsmetoder kan du foretage miljøkontrol efter udleverede forskrifter.

Du kan under hensyntagen til GMP-regler betjene og overvåge industrielle processer på sterilområdet samt foretage procesoptimering ved hjælp af selvinspektion og herunder medvirke til problemidentifikation samt problemløsning. Du kan anvende korrekt arbejdsteknik og adfærd under rengøring og desinfektion.

Indhold

- Fremstilling af en steril batch efter GMP-forskrifter
- Håndtering af råvarer, formuleringer og dispenseringsformer
- Fokus på monitoreringsmetoder
- Fokus på GMP regler ved industrielle processer
- Fokus på egen rolle ved procesoptimering og problemidentifikation
- Korrekte arbejdsteknikker og egen adfærd ved rengøring og desinfektion

Kursusdatoer

- 17. feb.-21 feb., U/NORD, Hillerød
- 7. apr.-11 apr., U/NORD, Hillerød
- 30. jun.-4 jul., U/NORD, Hillerød

BEMÆRK: Steril 1 skal tages først.



Betjening af procesanlæg under GMP og ISO regler

10 dage - AMU-mål 49325

På dette kursus bliver du undervist i regler, processer og anlæg i pharma- og levnedsmiddelindustrien. Du bliver undervist i arbejdsmiljø, lærer om vigtige komponenter i anlæg, kan forstå og udarbejde en SOP.

Efter gennemført kursus kan du:

- Under iagttagelse af GMP og ISO regler, betjene produktions- og pakkeanlæg som anvendes ved Pharma produktion
- Opgaver omhandlende validerings- og kvalitetsprocedurer samt udarbejde arbejdsinstruktioner i overensstemmelse med SOP
- Betjene produktions- og pakkeanlæg i overensstemmelse med gældende bekendtgørelser

Kursusdatoer

- 6. jan.-17. jan., NEG, Kalundborg
- 13. jan. -24. jan., NEXT, Ishøj
- 13. jan.-24 jan., ZBC, Roskilde
- 27. jan.-7. feb., NEG, Kalundborg
- 27. jan.-7 feb., ZBC, Roskilde
- 3. feb. -14. feb., NEXT, Ishøj
- 17. feb. -28. feb., NEXT, Ishøj
- 17. feb.-28. feb., NEG, Kalundborg
- 24. feb.-7 mar., ZBC, Roskilde
- 3. mar. -14. mar., NEXT, Ishøj
- 17. mar.-28 mar., ZBC, Roskilde
- 31. mar.-11. apr., NEG, Kalundborg
- 31. mar. - 11. apr., NEXT Ishøj
- 23. apr.-7. maj, NEG, Kalundborg
- 28. apr. - 12. maj, NEXT, Ishøj
- 5. maj.-16 maj., ZBC, Roskilde
- 12. maj. - 23. maj, NEG, Kalundborg
- 2. jun. -17. jun., NEXT Ishøj
- 11. jun.-24 jun., ZBC, Roskilde
- 16. jun - 27. jun. NEXT Ishøj

Robotbetjening

5 dage - AMU-mål 48905

På dette kursus vil du blive introduceret til sikkerhed og betjening af et robotanlæg.

Du får kendskab til hvordan robotterne anvendes i industrien, deres opbygning og funktioner. Du lærer desuden at opbygge mindre programmer, rette programfejl og håndtere driftstop af robotten.

Efter gennemført kursus kan du:

- Assistere og betjene robotten, også ud fra en sikkerheds forsvarlig måde
- Principperne omkring automatiserede anlæg - også hvis det skal betjenes manuelt
- Betjene automatiserede produktionsanlæg, rette enkle funktionsfejl og genstarte robotten korrekt

Kursusdatoer

- 17. feb. - 21. feb., ZBC Ringsted
- 17. feb. - 21. feb., RTS, Roskilde

Lean-kørekort med grønt fokus

10 dage - AMU-mål 43939, 47085, 49086, 49589

Med Industriens LEAN-kørekort bliver du klar til at arbejde med LEAN på kun 10 dage

Du trænes i at anvende de mange værktøjer indenfor LEAN og kan dermed umiddelbart efter gennemført uddannelse deltage aktivt i LEAN-arbejdet i virksomheden.

LEAN-kørekortet er blevet opdateret, så den grønne omstilling nu træder tydeligere frem i alle kurser i kørekortet.

DU FÅR

- Viden og værktøjer, der giver dig mulighed for at indgå i LEAN-projekter, og dermed får du mulighed for at byde ind med bl.a. forslag til forbedringer og optimering
- Praktisk træning i anvendelse af LEAN-værktøjerne
- Større forståelse for helheden og forbedret samarbejde på tværs af arbejdspladsen

Kursusdatoer

- 13. jan. - 24. jan., U/NORD, Hillerød
- 25. aug.-05. sep., U/NORD, Hillerød

LEAN KØREKORT

Det er muligt at tage enkelte dele af fagene. Hvis du har taget de 4 fag inden for de seneste to år, kan du også få lean kørekortet.

Anvendelse af LEAN værktøjer i produktionen

5 dage - AMU-mål 49086

Du lærer at anvende værktøjerne fra de 5 leanprincipper, de 7 spildformer og kaizen til forbedring af produktionsprocesserne på din arbejdsplads.

Du opnår også kendskab til problemløsning og projektstyring.

Efter gennemført kursus kan du:

- Anvende værktøjerne fra de 5 leanprincipper, de 7 spildformer og kaizen, til forbedring af produktionsprocesser.
- Udføre problemløsning, datafremstilling og projektstyring.
- Anvende kaizen og benytte dette værktøj til at opnå en forbedring af en given produktion.

Kursusdatoer

- 12. maj-16. maj, NEXT, København

LEAN-kortlægning af værdistrøm for operatører

3 dage - AMU-mål 43938

Du lærer at kortlægge aktivitetskæder og bruge metoderne fra en værdistrømsanalyse til at bortrationalisere ikke-værdiskabende aktiviteter. Med baggrund i virksomhedens produktionsflow og med fokus på værdiskabende aktiviteter, lærer du at kortlægge materiale- og informationsstrømme og tværgående aktiviteter.

Kursusdatoer

- 5. feb.-7. feb., RTS, Roskilde

AI i praksis

5 dage - AMU-mål 49917, 21985, 22022

På dette kursus får du kendskab til de vigtigste digitale forretningsmodeller omkring AI.

Du kan identificere muligheder og begrænsninger på de digitale platforme og du lærer at skabe og redigere billeder via tekst-til-billede værktøjer og AI-funktioner i redigeringsprogrammer.

Kursusdatoer

- 27. jan. - 31. jan., NEXT Ballerup
- 10. mar. - 14. mar., NEXT Ballerup
- 12. maj. - 16. maj., NEXT Ballerup

AI-systemer til administrative opgaver

2 dage - AMU-mål 21985

Bliv en del af den spændende verden inden for AI-baseret content creation.

Du vil lære om de nyeste teknologier og teknikker, der revolutionerer måde, vi skaber indhold på. På kursus vil du få en dyb forståelse af, hvordan AI-baserede værktøjer fungerer og anvendes.

Kursusdatoer

- 4. feb. - 5. feb., Campus Bornholm
- 11. mar - 12. mar., Campus Bornholm
- 17. mar.-18. mar., U/NORD, Hillerød
- 17. mar.-18. mar., U/NORD, Lyngby
- 27. maj-28. maj, U/NORD, Hillerød
- 27. maj-28. maj, U/NORD Lyngby

IT – Grundlæggende moduler

10 dage – AMU- Mål 49826, 49770, 47217, 45565, 44373

Vil du gerne opkvalificeres inden for IT-området, så du har bedre mulighed for at komme i job?

Til de fleste jobs i dag stilles der krav til basale it-færdigheder. Så har du brug for at få optimeret dine evner, kan du her få et IT-kursus i alt fra regneark, e-mails, tekstbehandlingsprogrammer til brug af computerens styresystemer.

Jobcenter Bornholm tilbyder i samarbejde med Campus Bornholm et 2 ugers grundlæggende IT-forløb til de medlemmer, som ikke har kendskab svarende til IT på bruger-niveau.

Deltagelsen kræver ingen særlige forudsætninger, men du skal være motiveret for at deltage i undervisningen. Kurserne foregår med praktiske opgaver og øvelser på et grundlæggende niveau i forhold til formålet og jobrelaterede behov.

Kursusdatoer

- 20. jan.-31 jan., Campus Bornholm

MS Office 365

23 dage – 40748, 40750, 44350, 44371, 44373, 45565, 47212, 47215, 47217, 47293, 49825, 49826

Et grundlæggende "must" i næsten alle jobfunktioner. Styrk dine IT kompetencer og bliv skarpere i dit daglige arbejde.

På vores IT-uddannelse, får du en teoretisk og praktisk it-forståelse. Vi tager udgangspunkt i programmerne i Office 365:

- Windows
- Word
- Excel
- PowerPoint
- Outlook

Kursusdatoer

- 17. feb.-20. mar., U/NORD, Hillerød
- 17. feb.-20. mar., U/NORD, Lyngby
- 28. apr.-28. maj, U/NORD, Hillerød
- 28. apr.-28. maj, U/NORD, Lyngby

Bemærk: Dette IT kursus er et samlet forløb af kurserne: Intro til IT, Word, grundlæggende Excel, e-mail og Power Point.

Du kan supplere med "Avanceret Excel", da dette ikke er en del af forløbet.

Introduktion til IT

5 dage - AMU-mål 44371, 45565

Et grundlæggende kursus til dig, som har et begrænset kendskab til brug af pc.

Du lærer at anvende din pc korrekt, bruge mus og tastatur, logge på et netværk, lagre og hente data fra henholdsvis lokale- som fra netværksdrev, samt anvende et installeret antivirusprogram. Du får kendskab til Windows styresystem, brugerflade og anvendelsesmuligheder, så du kan gemme, flytte, slette, kopiere og genfinde filer, fx dokumenter samt oprette mapper.

Efter gennemført kursus kan du:

- Anvende Windows
- Anvende mus og tastatur
- Logge på netværket
- Lagre og hente data
- Anvende et installeret antivirusprogram
- Gemme, flytte, slette og kopiere filer
- Oprette mapper

Kursusdatoer

- 17. feb.-21. feb., U/NORD, Hillerød
- 17. feb.-21. feb., U/NORD, Lyngby
- 28. apr.-2. maj, U/NORD, Hillerød
- 28. apr.-2. maj, U/NORD, Lyngby

Word

6 dage - 47212, 47215, 47217, 44350

Få de grundlæggende funktioner på plads i Word.

Du lærer at anvende programmets værktøjer til opstilling af tekst, dvs. tabulatorer, indrykninger, spalter, tabeller og punkter.

Du lærer at indsætte, placere og bearbejde grafiske objekter, fx billeder, tekstbokse, figurer og diagrammer.

Du får kendskab til forskellige layoutmæssige virkemidler og deres effekt.

Efter gennemført kursus kan du:

- Indskrive og formatere mindre tekster
- Oprette layout og opstillinger
- Bruge grafik og tegneværktøjer
- Standardisere dokumenter

Kursusdatoer

- 24. feb.-28. feb., U/NORD, Hillerød
- 24. feb.-28. feb., U/NORD, Lyngby
- 5. maj-9. maj, U/NORD, Hillerød
- 24. feb.-28. feb., U/NORD, Lyngby

E-mail & kalender

2 dage - AMU-mål 47293

Grundlæggende brug af Outlook, e-mail og kalenderstyring.

Du lærer at sende og modtage e-mails, vedhæfte filer og strukturere og arkivere e-mails. Du lærer at arbejde med kalenderfunktionen og kontaktpersoner og at formulere gode og læsevenlige e-mails.

Efter gennemført kursus kan du:

- Sende og modtage e-mails
- Anvende links og vedhæfte filer
- Strukturere og arkivere e-mails
- Bruge kalender og kontaktpersoner
- Skrive gode og læsevenlige mails

Kursusdatoer

- 12. mar.-13. mar., U/NORD, Hillerød
- 12. mar.-13. mar., U/NORD, Lyngby
- 23. maj-26. maj, U/NORD, Hillerød
- 23. maj-26. maj, U/NORD, Lyngby

Grundlæggende Excel

4 dage - AMU-mål 49825, 48826, 40750

Brug Excel til enkle beregninger og præsentationer af tal.

Du lærer at oprette enkle formler og redigere i eksisterende regneark, herunder kopiere formler og sortere data. Du lærer at formatere regnearksopstillinger og vælge egnet sideopsætning samt at sortere og filtrere data.

Du lærer at udvælge relevante data til præsentation og afhængig af opgavens karakter, anvende grafisk fremstilling fx i forbindelse med præsentation af budgetter, regnskaber og salg.

Efter gennemført kursus kan du:

- Oprette og redigere enkle formler
- Flytte og kopiere celler
- Sortere og filtrere data
- Oprette og udskrive grafisk fremstilling

Kursusdatoer

- 17. feb. - 20. feb., NEXT, Ballerup
- 4. mar.-7. mar., U/NORD, Hillerød
- 4. mar.-7. mar., U/NORD, Lyngby
- 5. maj. - 8. maj., NEXT, Ballerup
- 13. maj-16. maj, U/NORD, Hillerød
- 13. maj-16. maj, U/NORD, Lyngby

Avanceret Excel

4 dage - AMU-mål 44346, 40748, 40754

Du får fuld forståelse for Excel og lærer at udnytte programmets funktioner.

Du lærer at opbygge regnearksmodeller, anvende egne formler, indbyggede funktioner og grafiske faciliteter, effektivisere og automatisere ofte forekommende arbejdsopgaver.

Du lærer at analysere store datamængder ved hjælp af pivot-tabeller og præsentere de analyserede data ved hjælp af diagrammer.

Du lærer at arbejde med flere ark i samme projektmappe og kan automatisere regnearket ved hjælp af de indbyggede funktioner og faciliteter.

Efter kurset kan du arbejde med:

- Store datamængder
- Design og automatisering
- Pivottabeller

Kursusdatoer

- 17. feb.-20. feb., NEXT, Ballerup
- 5. maj- 8. maj, NEXT Ballerup
- 9. maj-22. maj, U/NORD, Hillerød
- 19. maj-22. maj, U/NORD, Lyngby

PowerPoint

2 dage - AMU-mål 44373

Du lærer at opbygge professionelle præsentationer, der fanger dine modtagers opmærksomhed - til foredrag, informationsskærme og salgspæsentationer.

Du lærer at anvende programmets layout-principper på et grundlæggende niveau og kan tilrettelægge præsentationen på en hensigtsmæssig måde i forhold til formålet og virksomhedens behov.

Efter gennemført kursus kan du:

- Opbygge præsentationer, der imponerer og fanger dine modtagere
- Anvende layout og slides
- Sammensætte en god præsentation, i forhold til tekst og illustrationer
- Sikre et ensartet design

Kursusdatoer

- 10. mar.-11. mar., U/NORD, Hillerød
- 10. mar.-11. mar., U/NORD, Lyngby
- 19. maj-20. maj., U/NORD, Hillerød
- 19. maj-20. maj., U/NORD, Lyngby

Møde- og webinar tilrettelæggelse

2 dage - AMU 49773

Få styr på online møder

Du lærer at tilrettelægge og udføre møder og webinar og reducere risikoen for, at anvendelsen af de digitale værktøjer rammes af tekniske problemer, fejlbetjening og andet, som vil påvirke afviklingen negativt.

Indhold

- Valg af mødetype
- Arbejdsform i forhold til mødeformål
- Former for virtuelle præsentationer
- Udarbejdelse af tids- og handlingsplan
- Dagsorden og program for konferencer
- Facilitere den tekniske afvikling af online møder

Kursusdatoer

- 15. jan.-29. jan., RHS, Amager
- 24.-25. feb., U/NORD, Lyngby
- 24.-25. feb., U/NORD, Hillerød
- 5. maj-6. maj, U/NORD, Lyngby
- 5. maj-6. maj, U/NORD, Hillerød

Sociale Medier

3 dage - AMU 49556

Lær at bruge Facebook, Instagram, LinkedIn, TikTok m.m.

Uanset om du skal bruge de sociale medier i dit arbejde eller gerne vil vide mere om brugen, så deltag på vores spændende kursus, hvor vi i 3 dage sætter fokus på anvendelsen af SoMe.

Efter kurset kan du:

- Bruge de sociale medier til markedsføring og branding
- Bruge tekst, billeder, konkurrencer, og storytelling
- Tiltrække kunder og udbygge kundeloyalitet
- Udarbejde e-koncept og e-strategi
- Bruge sociale medier, som opfylder de lovmæssige krav, herunder GDPR

Kursusdatoer

- 26. feb.-28. feb., U/NORD, Hillerød
- 26. feb.-28. feb., U/NORD, Lyngby
- 7. maj-9. maj, U/NORD, Hillerød
- 7. maj-9. maj, U/NORD, Lyngby



Få et solidt kendskab inden for regnskab og økonomi!

Regnskab og økonomistyring

30 dage - AMU-mål: 40007, 40008, 44346, 20974, 45960, 45961, 45962, 45963, 45964, 45965, 45967, 45969, 47379, 47381, 47382, 49826

Ønsker du et solidt kendskab til bogføring og få etableret en værktøjskasse inden for regnskab, så er denne uddannelse lige noget for dig. Du lærer samtidig at anvende Dynamic 365 business Central som bogføringsprogram.

På uddannelsen lærer du at bogføre køb, salg, moms, fragt, rabatter og renter, afskrivning og salg af afskrevne aktiver som biler og inventar.

Desuden lærer du om opbygning og tilretning af kontoplaner samt konteringsinstrukser. I forhold til årsregnskabet lærer du at medvirke ved afslutningen og klargøring til det nye år.

Du får også indblik i beregning af løn ud fra overenskomster og lovgivning.

Kursusdatoer

- 10. feb.-4. apr., RHS, Roskilde

Dos Cervezas por Favor Spansk for begynder

30 dage

Du får et grundlæggende ordforråd og kendskab til den spanske grammatik. Samtidig lærer du om fransk kultur og højtider. Fokus er på forståelse, og på hvordan du kan bruge sproget aktivt.

Kursusdatoer

- 3. mar.-11. apr., VUC, KBH SYD
- 20. okt.-28. nov., VUC, KBH SYD

Tilmelding

Michael Friis, 3F Kastrup, tlf. 61 66 83 93.

Førstehjælp

½ dag - AMU-mål 42730

Nødflytning, livreddende førstehjælp og alarmering

Indhold

- Førstehjælpens 4 hovedpunkter
- Hvordan ulykken standses
- Udføre nødflytning på jord og fra bil
- Luft til lungerne og blod til hovedet
- Stabilt sideleje
- Standse en sprøjtende blødning
- Hjertestarter

Kursusdatoer

- 30. jan., U/NORD, Hillerød
- 14. feb., ZBC, Roskilde
- 27. mar., U/NORD, Hillerød
- 15. maj., U/NORD, Hillerød
- 2. jun., Sosu H, Herlev

Forebyggelse af stress

2 dage - AMU 40382

Livet foregår i et højt tempo, med konstante forandringer og med mange påvirkninger – både på jobbet og privat – hver dag!

På kurset får du indblik i forskellen på at være presset og være stresset.

Hvorfor bliver nogle stresset og andre ikke?
Hvor går din grænse?

Vi reagerer forskelligt, men en ting er sikker: – Dine omgivelser opdager din stress før dig selv!

Indhold

- Din stresshåndteringsstrategi, og hvilke signaler du skal være opmærksom på
- Værktøjer, der kan hjælpe både dig og andre før det er for sent
- Balancen mellem krav og ressourcer i dagligdagen

Kursusdatoer

- 9. apr.-10. apr., Campus Bornholm
- 5. maj-6. maj, U/NORD, Hillerød

Kommunikation og konflikthåndtering

3 dage - AMU-mål 44853

Kommunikér tydeligt og undgå misforståelser

Du lærer om kommunikation og samtaleteknik, så du får bedre forståelse for andres situation og kan håndtere konflikter i forhold til kunder og kolleger på en god måde.

Indhold

- Professionel serviceorienteret adfærd kontra konfliktfremmende og dæmpende adfærd
- Teknikker til håndtering af konflikter
- Egen rolle og adfærd i forhold til kolleger, ledelse samt kunder/gæster
- Forståelse for krisereaktioner og håndtering af aggressive episoder

Kursusdatoer

- 3. feb.-5. feb., KHS, Køge
- 5. feb.-7. feb., RHS, Roskilde
- 17. feb.-19. feb., U/NORD, Hillerød
- 17. feb.-19. feb., U/NORD, Lyngby
- 24. feb.-26. feb., NEXT, Ballerup
- 28. apr.-30. apr., U/NORD, Hillerød
- 28. apr.-30. apr., U/NORD, Lyngby
- 12. maj-14. maj, RHS, Roskilde

Præsentationsteknik

3 dage - AMU-mål 44396

Bliv bedre til at planlægge, forberede og gennemføre oplæg, præsentationer og taler

Uanset om du arbejder med undervisning, projektledelse, fremlæggelse i forbindelse med møder eller ønsker at tæmme din nervøsitet forud for en vigtig tale, så er udgangspunktet på dette kursus altid dit og dine medkursisters fokus og udviklingsbehov.

På kurset gennemgår vi konkrete præsentationsteknikker og -værktøjer, således at du kan vælge hvad der passer bedst til din præsentation eller fremlæggelse.

Da det er vigtigt at du har det godt med at tage ordet eller scenen, arbejder vi også med teknikker til at styre evt. nervøsitet, stemmeføring og kropssprog.

Glæd dig til at blive klædt godt på til præsentationer!

Kursusdatoer

- 3. feb.-5. feb., KHS, Køge
- 5. feb.-7. feb., RHS, Roskilde
- 24. feb.-26. feb., NEXT, Ballerup
- 11. mar.-31. mar., U/NORD, Hillerød
- 12. maj.-14. maj, RHS, Roskilde

Den grundlæggende lederuddannelse

13 dage - AMU-mål 49728, 49729, 49730, 49732, 49733, 49734

Få en solid værktøjskasse, med fokus på din egen personlige og ledelsesmæssige udvikling.

Du får en dynamisk og praksisorienteret uddannelse, hvor du opbygger dine faglige og personlige ledelseskompetencer, som du kan anvende i din dagligdag. Det kan være som teamleder, gruppeleder, TR, uddannelsesrespæsentant eller andet.

Udbytte

- At træne og lære hvad god ledelse er
- At kommunikere og håndtere konflikter
- At have fokus på det gode samspil

Kursusdatoer

- 14. jan.-6. mar., Campus, Bornholm
- 20. jan.-30. apr., NEXT, Ballerup
- 20. jan.-4. apr., RHS, Roskilde
- 27. jan.-11. apr., U/NORD, Hillerød
- 28. jan.-13. jun., KHS, Køge
- 3. feb.-4. jun., NEXT, Valby
- 24. feb.-28. maj, NEXT, Ballerup
- 3. mar.-4. jun., U/NORD, Lyngby
- 24. mar.-20. jun., NEXT, Ballerup
- 22. apr.-25. jun., NEXT, Ballerup
- 28. apr.-25. jun., RHS, Roskilde
- 12. maj. - 24. sep., NEXT, Ballerup

Splitkursus

Overbygning på din lederuddannelse

9 dage - AMU-mål 42833, 44633, 43575, 49442

Få en solid værktøjskasse, med fokus på din egen personlige og ledelsesmæssige udvikling.

Du får en dynamisk og praksisorienteret uddannelse, hvor du opbygger dine faglige og personlige ledelseskompetencer, som du kan anvende i din dagligdag. Det kan være som teamleder, gruppeleder, TR, uddannelsesrespæsentant eller andet.

Udbytte

- At træne og lære hvad god ledelse er
- At kommunikere og håndtere konflikter
- At have fokus på det gode samspil

Kursusdatoer

- 20. jan.-8. apr., U/NORD, Hillerød
- 11. feb.-8. apr., CAMPUS, Bornholm
- 26. feb.-9. apr., KHS, Køge
- 13. mar.-9. maj, ZBC, Næstved
- 20. mar.-16. maj., ZBC, Amager
- 27. mar.-23. maj, ZBC, Slagelse
- 5. maj- jul., U/NORD, Hillerød

Splitkursus

Praktisk projektledelse

9 dage - AMU-mål 43572, 43573, 49445

Lær at skabe overblik og at styre projekter fra start til slut. Kurset er også til dig, der arbejder i projekter.

Få forståelse for det særlige ved at planlægge og lede projekter, så alle bliver engagerede og bidrager, med det de kan.

Indhold

- Overblik over projektlederrollen
- Organisering af projektet
- Opstilling af mål.
- Motivation og engagement i projektgruppen
- Fælles forståelse i projektgruppen
- Styling af projektet fra start til slut og faldgruber i de forskellige projektfaser
- Håndtering af ændringer undervejs
- Forankring af resultater

Kursusdatoer

- 22. jan.-26. mar., RHS, Roskilde
- 10. mar.-30. apr., KHS, Køge
- 12. mar.-2. apr., U/NORD, Hillerød
- 12. mar.-2. apr., U/NORD, Lyngby
- 5. maj-18. jun., RHS, Roskilde
- 2. jun.-18. jun., U/NORD, Hillerød
- 2. jun.-18. jun., U/NORD, Lyngby

Splitkursus

Mentoruddannelse

5 dage - AMU-mål 40805

Din værktøjskasse til at arbejde med mennesker, som sikrer andre medarbejders trivsel og integrering på arbejdspladsen.

Som den erfarne person du er, lærer du at vejlede de ansatte i selve jobfunktionen og kulturen i din virksomhed. Du bliver en bedre menneskekender og lærer om kommunikation og hvordan du tilpasser din kommunikation til andre.

Du får indblik og træning i coaching, så du på de første dage får teorien på plads og en god basistræning i anvendelse af værktøjerne. Derefter går du hjem og afprøver metoderne i det omfang, det er muligt. Når vi mødes igen, udveksles erfaringer fra "det virkelige liv", og du får flere værktøjer og mere træning.

Alt i alt bliver du klædt rigtig godt på til at varetage rollen som mentor – både hvad angår den menneskelige og den mere praktiske del af rollen.

Kursusdatoer

- 23. jan.-3. apr., U/NORD, Hillerød Split
- 27. jan.-31. jan., RHS, Roskilde
- 5. maj.-9. maj., RHS, Roskilde
- 10. jun.-24. jun., SOSU H, Hillerød



Dørmænd uddannelsen

Grundlag for autorisation

9 dage - AMU-mål 48650

Med dit uddannelsesbevis kan du ansøge politiet om autorisation som dørmænd.

Du lærer at levere en serviceydelse, der er imødekomende over for gæsterne, så du er bevidst om din egen rolle i relation til virksomheden, gæsterne, kollegaerne og eksterne instanser (fx politiet, brandmyndighederne o.a.) til at fremme et godt samarbejde parterne imellem og udfylde din funktion som dørmænd på en hensigtsmæssig måde.

Der undervises bl.a. i:

- Service, kommunikation og samarbejde
- Konflikt håndtering
- Bekæmpelse af diskrimination i nattelivet
- Rusmidler
- Førstehjælp
- Crowd safety
- Brandbekæmpelse
- Gældende lovgivning

Kursusdatoer

- 6. jan.-16. jan., ZBC, Roskilde
- 3. feb.-13. feb., NEXT, Glostrup
- 17. mar.-27. mar., ZBC, Roskilde
- 10. jun.-20. jun., ZBC, Roskilde
- 10. jun.-20. jun., ZBC, Vordingborg

Grundlæggende vagt

30 dage - AMU-mål 49697

Du lærer at udføre almindeligt forekommende vagtopgaver fagligt og sikkerhedsmæssigt korrekt med baggrund i gældende lovgivning.

Uddannelsen omfatter følgende delemer:

- Almindelige vagtopgaver
- Service og kvalitet
- Tekniske installationer
- Retsregler
- Rapportering, melding og gerningssted
- Personlig sikkerhed, kommunikation og konflikt håndtering
- Security awareness
- Arbejdsmarkedsforhold og arbejdsmiljø
- Sikringsteknik
- Brandværn og førstehjælp

BEMÆRK: For at kunne deltage på kurset skal du forhåndsgodkendes af politiet.

Kursusdatoer

- 6. jan.-14. feb., NEXT, Glostrup
- 6. jan.-21. feb., ZBC, Vordingborg
- 13. jan.-21. feb., ZBC, Roskilde
- 3. feb.-14. mar., ZBC, Amager
- 17. feb.-28. mar., NEXT Glostrup
- 3. mar.-11. apr., ZBC, Roskilde
- 3. mar.-11. apr., ZBC, Vordingborg
- 31. mar.-19. maj, ZBC, Amager
- 31. mar.-20. maj, NEXT Glostrup
- 22. apr.-4. jun., ZBC, Roskilde
- 28. apr.-6. jun., ZBC, Vordingborg
- 19. maj.-3. jul., NEXT Glostrup

Pleje og vedligeholdelse af grønne områder

10 dage - AMU-mål 42844

Du lærer at planlægge og gennemføre forekommende pleje- og vedligeholdelsesopgaver i definerede grønne anlæg.

Indhold

- Bede, græs, belægnings og udstyr
- Anlæggets beskaffenhed og formål
- Arbejdsmiljø- og sikkerhedsmæssige forhold
- Opmåling af grønne anlæg
- Ressourceberegning af mandskabstimer
- Materialer og maskinforbrug

Kursusdatoer

- 5. maj-16. maj, NEXT Glostrup

Etablering af biodiverse anlæg

2 dage - AMU-mål 20916

Du vil efter kurset kunne etablere biodiverse grønne anlæg. Kurset fokuserer desuden på udvikling af eksisterende anlæg med henblik på at øge biodiversiteten i disse anlæg.

Kursusdatoer

- 16. jan.-17.jan., ZBC Slagelse
- 28. apr.-29. apr., RTS, Roskilde



Brug din OK-ret til 100 % løn under uddannelse

Beskæring af træer og buske 1

5 dage - AMU-mål 49432

Ud fra kendskab til planternes anatomi og fysiologi kan du fortage grundlæggende plejebeskæring og udtynding plejebeskæring, herunder foretage beskæring af frugttræer.

Kursusdatoer

- 3. feb.-7. feb., NEXT, Glostrup
- 17. feb.-21. feb., RTS, Roskilde

Beskæring af træer og buske 2

5 dage - AMU-mål 48063

Du lærer, ud fra en række almindeligt forekommende plantearter, at vælge beskæringsmetode og tidspunkt. Arterne omfatter: Træer, buske, halvbuske.

Du kan udføre beskæring af formangivne buske og træer, herunder, træers opbygning, sirbuske, espalierede vækster og specielle beskæringsteknikker.

Kursusdatoer

- 16. jun.-20. jun., NEXT, Glostrup

Etablering af regnbede

5 dage - AMU-mål 49881

Du vil kunne dimensionere og etablere regnbede ud fra kendskab til opbygning og gældende regler samt anvende planter, der trives i regnbede og samtidigt virker fremmende for biodiversiteten. Du vil endvidere kunne vedligeholde eksisterende regnbede, herunder vedligeholdelse af tekniske installationer, såsom brønde, faskiner, render, opsamlingstrug, sandfang, overløb og lign.

Kursusdatoer

- 17. feb.-21. feb., ZBC, Slagelse

Ukrudtsbekæmpelse uden kemi

5 dage - AMU-mål 46661

Du lærer at udføre og vælge ukrudtsbekæmpelsesmetode og plejeløsninger uden brug af kemi, samt udføre ukrudtsforebyggende løsninger, ud fra identifikation af forskellige ukrudtsplanter vokse- og formeringsmåde, herunder ukrudtsbestand og type.

Kursusdatoer

- 17. mar.-21. aug., ZBC, Slagelse
- 7. apr.-11. apr., NEXT, Glostrup
- 25. maj-9. maj, RTS, Roskilde

Indeklima og ventilationsanlæg

5 dage - AMU-mål 48582

Du lærer at foretage indeklimamålinger, kontrollere ventilationsanlæggets funktion, foretage mindre reparationer samt at udarbejde instruktioner og vejledninger for drift og vedligeholdelse af anlæggene.

Kursusdatoer

- 6. jan.- 10. jan., NEXT, Glostrup
- 24. mar.- 28. mar., NEXT, Glostrup
- 2. jun.- 10. jun., NEXT, Glostrup

Ejendommens installationer

5 dage - AMU-mål 48575

Du lærer om el-installationer og vvs-installationer, udskiftning af komponenter, brug af specialværktøj samt om lovgivningen for området. Du lærer også at vejlede beboere og kollegaer i valg af el- og VVS-komponenter.

Kursusdatoer

- 17. feb.-30. apr., NEXT, Glostrup
- 24. apr.- 30. apr., NEXT, Glostrup
- 23. jun.- 27. jun., NEXT, Glostrup

Drift af varmeanlæg

6 dage - AMU-mål 48579

Du lærer at drifte og vedligeholde samt foretage evt. fejlfinding på varmeanlæg og varmt brugsvandsanlæg under hensyntagen til sikkerhed, miljø, energi og komfort.

Kursusdatoer

- 17. feb.- 24. feb., NEXT, Glostrup
- 22. apr.- 27. apr., NEXT, Glostrup
- 16. jun.- 23. jun., NEXT, Glostrup

Sikkerhed ved arbejde nær elektrisk installation

1 dag - AMU-mål 40894

Du opnår en grundlæggende viden omkring elektricitet og de farer, der kan opstå ved arbejde nær elektriske installationer på maskinanlæg. Du får ligeledes kendskab til de grænseflader der findes, når der arbejdes nær elektriske installationer og om førstehjælp ved el-ulykker.

Kursusdatoer

- NEG, Kalundborg
- U/NORD, Hillerød
- ZBC, Ringsted



§17 Arbejdsmiljø og sikkerhed ved termisk svejsning

1 dag – AMU-mål 44530

For at starte på svejsekurser skal du have dette adgangskursus.

Kursusdatoer

- 16. jan., TEC, Ballerup
- 30. jan., ZBC Slagelse
- 6. feb., TEC, Ballerup
- 27. februar ZBC Slagelse
- 27. feb., TEC, Ballerup
- 20. mar., TEC, Ballerup
- 27. mar., ZBC Slagelse
- 10. apr., TEC, Ballerup
- 24. apr., ZBC Slagelse
- 8. maj, TEC, Ballerup
- 22. maj, ZBC Slagelse
- 28. maj, TEC, Ballerup
- 19. juni ZBC Slagelse
- 25 juni. TEC, Ballerup

Åbent Værksted Svejsning

5 dage – AMU-mål 49626

Åbent værksted Tig/Gas Svejsning.

Der er opstart hver mandag i det
Åbne Svejseværksted.

Ved tilmelding angiver du den periode, som
du ønsker at være i svejseværkstedet.

Kursusdatoer

- 6. jan.- 20. jun., ZBC Slagelse
- 13. jan.- 7. feb., TEC Ballerup
- 17. feb.- 11. apr., TEC Ballerup
- 22. apr.- 28. maj, TEC Ballerup
- 2. jun.- 20. jun., TEC Ballerup

Hårdlodning af kobber og stål til DN13

2 dage – AMU kode 47306

På dette kursus opnår du færdigheder indenfor hårdlodning af kobberrør og stålrør op til DN13, som anvendes til køle- fryse- varmepumper og komfortkøl.

Kurset lever op til de krav, der stilles til lodning for at kunne erhverve sig et Kategori II kølecertifikat op til fyldning på 2,5 kg.

Du skal have kurset i hårdlodning eller tilsvarende, inden du starter på et kategori II.

Kursusdatoer

- 9. jan.-10. jan., EUC, Næstved
- 13. jan.-14. jan., EUC, Køge
- 10. feb.-11. feb., EUC, Næstved
- 10. feb.-11. feb., RTS, Roskilde
- 13. feb.-14. feb., EUC, Køge
- 7. apr.-8. apr., EUC, Køge
- 28. apr.-29. apr., EUC, Næstved
- 12. maj-13. maj, EUC, Køge
- 26. maj-27. maj, EUC, Næstved

Køleteknik Kategori II kursus modul 1+2+3

10 dage – AMU kode 47139, 47140, 40855

Grundlæggende køleteknik for anlæg under 2,5 kg – trin 1.

Den grønne omstilling betyder øget efterspørgsel på vedvarende energikilder som varmepumper, der drives af kølemiddel, samtidig med, at der fortsat er et behov for etablering af mindre køleanlæg.

Indhold

- Grundlæggende køle-, fryse-, og komfortanlæg
- Optimering og eftersyn
- Køleteknik, klargøring og idriftsættelse

Er du ikke uddannet VVS'er, skal du have bestået kurset **47306 Hårdlodning af kobber og stål til DN 13**, for at kunne deltage på kurset. (KMO Certifikat)

Kursusdatoer

- 13. jan.-24. jan., EUC, Næstved
- 27. jan.-7. feb., EUC, Køge
- 17. feb.-28. feb., EUC, Næstved
- 3. mar.-14. mar., EUC, Køge
- 22. apr.-6. maj., EUC, Køge
- 5. maj-16. maj, EUC, Næstved
- 19. maj- 3. jun., EUC, Køge
- 10. jun.-23. jun., EUC, Næstved

Varmepumper - installation og service

4 dage AMU kode 48892

Efter afsluttet kursus kan du installere og udføre service på Varmepumper.

Indhold

- Kendskab til forskellige typer varmepumper
- Komponenter og opbygning
- Placering af termostater og udeføler

For at servicere og montere varmepumper, kræves det at du har KMO bevis Køleteknik Kategori II kursus modul 1+2+3.

Kursusdatoer

- 7. jan.- 0. jan., EUC, Næstved
- 4. mar.-7. mar., EUC, Næstved
- 20. maj-23. maj, EUC, Næstved



BEMÆRK: Industriens kompetencefond (IKUF) dækker den fulde kursusudgift + dine gebyrer til læggeerklæring, chaufføruddannelsesbevis, EU-bevis, teori-og køreprøve og omprøve.

Brug din OK-ret til 100 % løn under uddannelse

Kørekort til lastbil Kat. C

30 dage - AMU-mål 47854

Hvis du drømmer om at få kørekort til lastbil, er det muligt. Du får en uddannelse som chauffør med stort kørekort og du får samtidig det obligatoriske EU-kvalifikationsbevis.

Indhold

- Teoriundervisning
- 24 kørelektioner
- EU kvalifikationsbevis
- Teori- og køreprøve

Kursusdatoer

Udbydes hver uge hos:

- NEG, Holbæk
- EUC, Næstved
- TEC, Hvidovre
- U/NORD, Hillerød
- ZBC, Slagelse

Aftenkurser

Det er muligt at tage dit lastbilkørekort om aftenen og på flere sprog. Kontakt din lokale skole.

Kan også
tages på
engelsk

Vogntog/hænger Kat. C/E

20 dage - AMU-mål 45114

Supplér dit lastbilkørekort med et hængerkort. Du får samtidig også kortet til trailer, kat. B/E og bushænger, hvis du har et buskørekort.

Indhold

- Teoriundervisning
- 16 kørelektioner
- Teori- og køreprøve

Kursusdatoer

- 13. jan.- 7. feb., TEC, Hvidovre
- 27. jan.- 21. feb., U/NORD, Hillerød
- 24. feb.- 721 mar., EUC, Næstved
- 3. mar.- 28. mar., TEC, Hvidovre
- 24. mar.- 28. apr., EUC, Hvidovre
- 28. apr.- 23. maj, TEC, Hvidovre
- 29. apr.- 3. jun., EUC, Næstved
- 2. jun.- 30. jun., TEC, Hvidovre

Aftenkurser

Det er muligt at tage dit hængerkort om aftenen og på flere sprog. Kontakt din lokale skole.

Kan også
tages på
engelsk

Krancertifikat

10 dage - AMU-mål 48644

Grundlæggende uddannelse i betjening af mobile kraner med en løfteevne over 8 tonsmeter til og med 30 tonsmeter.

Indhold

- Risici forbundet med mobile kraner
- Mobile kraners opbygning
- Anhugning/afhugning
- Reglerne for samløft
- Stabilitetsforhold og jordbundsforhold

Kursusdatoer

Udbydes hver uge hos:

- NEG Holbæk
- TEC, Hvidovre
- ZBC, Slagelse
- EUC, Næstved
- Campus, Bornholm

Kan også
tages på
engelsk

Lagerstyring med IT

3 dage - AMU-mål 46939

Uddannelsen er en introduktion til anvendelse af et integreret IT lagerstyringssystem. Du lærer at arbejde med f.eks. køb, salg og lagerstyring.

Kursusdatoer

- 22. jan.- 24. jan., TEC, Hvidovre
- 26. feb.- 28. feb., TEC, Hvidovre
- 9. apr.- 11. apr., TEC, Hvidovre

Teleskoplæsser/Manitou

5 dage - AMU-mål 48671

Teleskoplæsser med mekanisk løft af byrden placeret på gafler - det kan fx være til kranarbejde eller som anvendelse til løft af personer, eller til løft af containere i terminalområder.

Indhold

- Sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt arbejde med teleskoplæssere og lignende multifunktionsmaskiner i henhold til gældende regler
- Sikkerheds- og sundhedsmæssige forhold forbundet med arbejde med teleskoplæssere, når de anvendes til løft af byrder på gafler, til kranarbejde eller til personløft
- Opstille og betjene almindeligt forekommende teleskoplæssertyper med gafler, herunder anvende korrekt køreteknik, stuve og stable gods korrekt, vælge egnet løftetilbehør samt kunne betjene teleskoplæssere indrettet som personløfter

Kursusdatoer

Udbydes hver uge hos:

- TEC, Hvidovre
- RTS, Roskilde
- NEG, Holbæk
- Campus, Bornholm
- ZBC, Slagelse

Gaffeltruckcertifikat

7 dage - AMU-mål 47592

Betjening af gaffeltrucks og selvkørende gaffelstabler.

Efter uddannelsen kan du:

- Foretage korrekt stuvning, optagning og afsætning af forskelligt gods
- Udføre blokstabling, herunder vælge egnet løfteudstyr og lastbærer
- Udføre eftersyn og anvende leverandørens brugsanvisning
- Aflæse forskellige typer og belastningsdiagrammer

Kursusdatoer

Opstart hver uge hos:

- NEG, Holbæk
- EUC, Sjælland
- RTS, Roskilde
- TEC, Hvidovre
- U/NORD, Hillerød
- ZBC, Slagelse
- Campus, Bornholm

Kan også
tages på
engelsk

Tårnkran og fastopstillede kraner

15 dage - AMU 49955

Kursusdatoer

- 24. mar. - 11. apr., NEG, Holbæk

Tårnkran og fast opstil. kraner + kranbasis

22 dage - AMU 49943

Kursusdatoer

- 6. feb. - 7. mar., NEG, Holbæk
- 22. maj. - 30. jun., NEG, Holbæk

Vejen som arbejdsplads - Certifikat

2 dage - AMU 47136

Uddannelsen er lovpligtig for dig, der skal arbejde eller allerede arbejder på vejene med anlæg, drift og vedligeholdelsesopgaver.

Du lærer de grundlæggende regler om afmærkning og sikkerhed i forbindelse med vejarbejde på statsvejnettet samt steder hvor de samme regler gælder.

Kursusdatoer

Opstart hver uge hos

- NEG, Holbæk
- EUC, Sjælland
- RTS, Roskilde
- TEC, Hvidovre
- U/NORD, Hillerød
- ZBC, Slagelse
- ZBC, Roskilde
- Campus, Bornholm
- Skovskolen, Fredensborg

Introduktion til bæredygtig omstilling

2 dage - AMU-mål 49785

Skal du i gang med at omstille en proces, et produkt eller en service til at være mere bæredygtig?

Du kan på baggrund af kendskab til begrebet "bæredygtighed" i forbindelse med f.eks. miljøkrav, mærkningsordninger og/eller certificeringer, aktivt komme med forslag til og vurdere bæredygtighed i egen praksis og jobfunktion.

Efter gennemført kursus kan du:

- Medvirke til at omstille en proces, et produkt eller en service i virksomheden, med henblik på udvikling af virksomhedens bæredygtighedsmål og indsatsområder
- Aktivt komme med forslag til at vurdere bæredygtighed i egen praksis og jobfunktion, på baggrund af kendskab til begrebet "bæredygtighed"

Kursusdatoer

- 13. jan.-14. jan., RHS, Roskilde
- 15. jan.-16. jan., KHS, Køge
- 20. feb.-21. feb., U/NORD, Lyngby
- 20. feb.-21. feb., U/NORD, Hillerød
- 24. apr.-25. apr., RHS, Roskilde
- 1. maj-2. maj, U/NORD, Lyngby
- 1. maj-2. maj, U/NORD, Hillerød





Overfladebehandling Konstruktioner

30 dage - AMU-mål 47055, 47942, 22100, 22101, 22102, 22103

Med speciale i konstruktioner, arbejder overfaldebehandleren med mekanisk forbehandling og metallisering, maling, opbygning af malingssystemer og kvalitetskontrol af store stålkonstruktioner m.m. Arbejdsopgaverne kan f.eks. være overfladebehandling på olie/gasinstallationer, borerigge, vindmøller, skibe, tankanlæg, broer, skorstene og meget mere.

Kursusdatoer

- 20. jan.-28. feb., AMU-Vest, Esbjerg
- 10. feb.-21. mar., AMU-Vest, Esbjerg
- 3. mar.-11. apr., AMU-Vest, Esbjerg
- 24. mar.-7. maj., AMU-Vest, Esbjerg
- 19. maj.-4 jul., AMU-Vest, Esbjerg

Stilladsarbejderen

Stilladsarbejderen udfører alle former for arbejde i forbindelse med opbygning af stilladser, rigning og anhugning på borerigge. Der arbejdes med hægestilladser og tårnstilladser. Forløbet kan med fordel udbygges med riggerkurser samt kursus i opstilling af tryktele.

Rør og industristilladser

15 dage - AMU-Mål 49886, 49888, 49341

- 27. jan.-14. feb., AMU-Vest, Esbjerg
- 24. mar.-11. apr., AMU-Vest, Esbjerg
- 12. maj.-23. maj., AMU-Vest, Esbjerg

Riggen

Riggen arbejder med komplicerede løfteopgaver under vanskeligt tilgængelige forhold både on- og offshore. Kurserne giver eftertragtede kompetencer både til vind industri, olie og gas m.m. Arbejdet omfatter anhugning, rigger- og løfteopgaver ved hjælp af kasteblokke, taljer og spil.

Anhugning og komplekse løfteopgaver 1

5 dage - AMU-Mål 21267

- 6. jan.-10. jan., AMU-Vest, Esbjerg
- 3. mar.-7. mar., AMU-Vest, Esbjerg
- 28. apr.-2. maj., AMU-Vest, Esbjerg

Komplekse løfteopgaver for riggere 2

10 dage - AMU-Mål 21267

- 13. jan.-24. jan., AMU-Vest, Esbjerg
- 10. mar.-21. mar., AMU-Vest, Esbjerg
- 5. maj.-16. aug., AMU-Vest, Esbjerg

Systemstilladser offshore

4 dage - AMU-Mål 43502

- 17. feb.-20. feb., AMU-Vest, Esbjerg
- 22. apr.-25. apr., AMU-Vest, Esbjerg

Åbent værksted

- Brød og madbrød, 2 dage
- Signatur brød, 2 dage

Afholdes hos

- ZBC, Roskilde, Køge, Ringsted, Slagelse, Næstved og Vordingborg

Åbent værksted

- Grønt Smørrebrød, 2 dage
- Bæredygtig fisk og skaldyr, 2 dage
- Mere grønt i kendte retter, 1 dag
- Plantebaseret mad, 3 dage
- Syltning og fermentering, 3 dage
- Fremstilling af danske egnsretter, 2 dage
- Fremstilling af supper, 1, 2 dage
- Fremstilling af supper, 2, 2 dage
- Anretning, 3 dage
- Grundtilberedning, 5 dage
- Innovativt smørrebrød, 3 dage

Afholdes hos

- ZBC, Roskilde, Køge, Ringsted, Slagelse og Vordingborg fra den 6. jan-12. jun.

Åbent værksted

- Moderne frugttærter, 1 dag
- Fremstilling af desserter, 3 dage

Afholdes hos

- ZBC, Roskilde, Køge, Ringsted, Slagelse, Næstved og Vordingborg



Åbent værksted

- Brød med surdej, 2 dage
- Europæiske brødtyper, 3 dage

Åbent Værksted hos

- ZBC, Roskilde, Køge, Ringsted, Slagelse, Næstved og Vordingborg fra den 7. apr-10. apr.

Introduktion til pølsemageri

3 dage - AMU-mål 49996

På kurset får du introduktion til pølsemageri. Her lærer du at arbejde med bindefars, opbevare og behandle produkter korrekt og forstå konserveringsteknikker. Du lærer desuden at benytte forskellige maskiner, forædle produkter og fremstille en pølse korrekt.

Kursusdatoer

- 10. mar. - 12. mar., ZBC, Roskilde

Kager og dessertkurser

4 dage - AMU-mål 46933, 45615

Kransekage

Du arbejder med kransekagebagværk og diverse marcipantyper
Du lærer teknikker i forhold til forme og dekorere.

Moderne Flødekager

Du lærer at fremstille et udvalg af moderne flødekager.

Åbent Værksted

Brød og madbrød med fibre og fuldkorn

2 dage - AMU-mål 40781

Deltageren kan fremstille dej samt bage og anrette forskellige typer af brød med fibre og fuldkorn, der tager hensyn til sensoriske og ernæringsmæssige kvaliteter.

Kursusdatoer

- 3. feb. - 6. feb., ZBC, Roskilde

Bæredygtig fisk og skaldyr

2 dage - 49853

Du kan anvende den opnåede viden til at:

- Kvalitets- og smagsvurdere fisk samt skaldyr fra akvakultur og/eller fiskeri
- Tilberede forskellige fisk og skaldyr fanget med skånsomme og bæredygtige fangstmetoder

Kursusdatoer

- 26. mar. - 27. mar., HRS, Valby

Detailudskæring af delstykker af kød Nyhed

4 dage - AMU-mål 49971

Du opnår viden, som gør dig i stand til:

- At håndtere knive og andre værktøjer korrekt og sikkerhedsmæssigt ansvarligt
- At detailudskære udvalgte delstykker af kød fagligt
- At tilberede forskellige udskæringer korrekt

Kursusdatoer

- 3. mar. - 6. mar., ZBC, Roskilde

ADRESSER & KONTAKTPERSONER

AMU Vest

Spangsbjerg Møllevej 306, 6705 Esbjerg
Kontakt Pernille Svendsen
Tlf. 7914 0322 / mail: pers@amu-vest.dk
www.amu-vest.dk

NEG Nordvestsjælland

Rynkevangel 7-9, 4400 Kalundborg
Kontakt Charlotte Søe
Tlf. 7229 0300 / mail: kursus@neg.dk
www.neg.dk

EUC Sjælland

Jagtvej 2, 4700 Næstved
Kontakt Lars Christensen
Tlf. 2523 5843 / mail: lach@eucsj.dk
www.eucsj.dk

HRS - Hotel- og Restaurantskolen

Vigerslev Allé 18, 2500 Valby
Kontakt
Tlf. 33 86 2236 / mail: fbj@hrs.dk
www.hrs.dk

KHS Kompetence - Køge Handelsskole

Uddannelsesvej 20, 4600 Køge
Kontakt Katja Nordstrand Lorentzen
Tlf. 9134 6651 / kml@khs.dk
www.khskompetence.dk

Campus Bornholm

Merkurvej 10, 3700 Rønne
Kontakt Susanne Pedersen
Tlf. 30 65 02 28 / mail: post@cabh.dk
www.campusbornholm.dk

NEXT København

Tuborgvej 177, 2400 København NV
Baltorpvej 20 A, 2450 Ballerup
Vejlebrovej 65, 2635 Ishøj
Fabriksparken 31, 2600 Glostrup
Kontakt Kursusservice
Tlf. 33 88 0900 / mail: kursus@nextkbh.dk
www.nextkbh.dk

RHS - Roskilde Handelskole

Bakkesvinget 67, 4000 Roskilde
Kontakt Marianne Christiansen
Tlf. 8852 3240 / mail: mch@rhs.dk
www.rhs.dk

RTS - Roskilde Tekniske skole

Søndre Mellemvej 2-4, 4000 Roskilde
Kontakt Lars Nielsen
Tlf. 6194 8535 / mail: lan@rts.dk
www.rts.dk

TEC

Stamholmen 201, 2650 Hvidovre
Kontakt Camilla Jensen
Tlf. 3817 7338 / mail: amukursus@tec.dk
www.tec.dk

U/NORD

Peder Oxes Allé 4, 3400 Hillerød
Lundtoftevej 93, 2800 Lyngby
Kontakt Lone Lyngbo
Tlf. 4822 5310 / mail: lly@unord.dk
www.kursus.unord.dk

ZBC - Zealand Business College

Hedegårdsvej 88, 2300 København S
Kontakt kursusadministrationen
Tlf. 7242 2512 / mail: zbc-amu-team@zbc.dk
www.zbc.dk

UDDANNELSE OG KURSUS ER DIT VALG!

For at tilmelde dig kurserne, tager du kontakt til din tillidsrepræsentant eller til nedenstående kontaktperson i din lokale 3F afdeling. Vi hjælper dig på vej!

Sammen lægger vi den plan, der passer til dine ønsker
3F's dygtige medarbejdere sidder klar med råd, vejledning og støtte under hele processen.

KONTAKT

3F BJMF København

Tlf. 7030 0826 / mail: bjmf@3f.dk

3F Frederiksborg

Kontakt Elaine Larsen

Tlf. 7030 0808 / mail: elaine.larsen@3f.dk

3F Frederiksværk/Frederikssund

Kontakt Max Pedersen

Tlf. 8892 2122 / mail: max.pedersen@3f.dk

3F Høje Taastrup

Kontakt Steffan Christensen

Tlf. 8892 7117 / mail: steffan.christensen@3f.dk

3F Københavns chauffører og vestegnen

Kontakt Charlotte Jacobsen

Tlf. 2143 6425 / mail: charlotte.jacobsen@3f.dk

3F Kastrup

Kontakt Michael Friis

Tlf. 6166 8393 / mail: michael.friis@3f.dk

3F København

Kontakt Per Holm Pedersen

Tlf. 27773607 / mail: per.holm@3f.dk

3F Mølleåen

Kontakt Claes Rask Poulsen

Tlf. 8877 9211 / mail: claes.poulsen@3f.dk

3F Nordsjælland Øst

Kontakt Ronni Iversen

Tlf. 8892 2184 / mail: ronni.iversen@3f.dk

3F Storkøbenhavn

Kontakt Carsten Enevoldsen

Tlf. 2168 3389 / mail: carsten.enevoldsen@3f.dk

3F Bornholm

Kontakt Jan Rathkjen

Tlf. 8822 2037 / mail: jan.rathkjen@3f.dk

Hvis du er i tvivl om dine muligheder og rettigheder, så tag en snak med os, din tillidsvalgte eller din uddannelsesvalgte i din virksomhed.

3F kan også hjælpe dig med at søge kompetencefonde.

Vil I som medarbejdere og virksomhed vide mere?

Giver kataloget inspiration til at høre mere om uddannelsesmuligheder gennem din arbejdsplads, så kontakt din lokale 3F afdeling.

Vi kommer gerne og holder uddannelsescafé og informationsmøder for medarbejdere og vi taler også gerne med ledelsen om mulighederne for uddannelse i overenskomsten.

3F
Fagligt Fælles Forbund
Kampmannsgade 4
1790 København V
Telefon 70 300 300
www.3f.dk

