

AKTIVITETSKATALOG

FOR UNGE I 3F



2025



INDHOLDS- FORTEGNELSE

04 | HVAD ER
3F UNGDOM?

06 | 3F'S UNGDOMS-
AMBASSADØRER

08 | VI BYGGER
FREMTIDENS
DANMARK

10 | OS DER HOLDER
HJULENE I GANG

12 | RÅVARER OG
TILBEREDNING

14 | FOLKEMØDET PÅ
BORNHOLM



16 | JOBPATRULJEN

18 | ANKERSMINDE
FESTIVAL

20 | EUROSKILLS

22 | 3F UNGDOMS
INTROKURSUS

24 | BLIV DEN
HELT SKARPE
FORHANDLER

26 | PROJEKTLEDELSE
I 3F UNGDOM

28 | LANDSMØDE
2025

30 | LOKALE
AKTIVITETER

HVAD ER 3F UNGDOM?

**ER DU MEDLEM AF
3F, OG ER DU LÆRLING
ELLER ELEV?**

**ELLER ER DU MEDLEM AF
3F OG UNDER 31 ÅR?**

Kan du svare ja til et af de
spørgsmål? Så er du også helt
automatisk medlem af
3F Ungdom!





3F Ungdom er en organisation under 3F, der varetager vores interesser som unge og som lærlinge/elever i 3F. Men udover det er 3F Ungdom også et stort fællesskab, hvor du som ung eller lærling/elev kan deltage i forskellige faglige aktiviteter og arrangementer sammen med mange andre i din branche.

Det koster ikke en krone at deltage, og vi dækker endda din transport, uanset hvor i Danmark du bor!

3F Ungdom udbyder en masse spændende aktiviteter i løbet af året. Vi har samlet alle tilbuddene til dig i dette aktivitetskatalog.

Hvis du syntes, der mangler en aktivitet i kataloget her, så tag endelig fat i os. Vi er altid på udkig efter nye og spændende ideer til fremtidige aktiviteter.

Tag en kollega eller klassekammerat under armen og kom med til 3F Ungdoms aktiviteter!

Vi ses!



VI SES!

3F'S UNGDOMS- AMBASSADØRER

VIL DU
GØRE EN
FORSKEL
FOR ANDRE
3F'ERE?



Hvor og hvornår?

MODUL 1 er 6. februar – 9. februar 2025.

MODUL 2 er 6. marts – 9. marts 2025.

Du skal kunne deltage på begge moduler for at komme i betragtning til en plads på forløbet.

3F Forbundshuset
Kampmannsgade 4, 1604 København.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever og lærlinge eller under 31 år.



Tilmelding

Skriv en mini-ansøgning på max 100 ord om hvorfor du ønsker at deltage.

Send ansøgningen til
Ungdom@3f.dk eller din lokalafdeling.

UDDANNELSEN KØRER FRA FEBRUAR TIL MARTS

Synes du også, at unge faglige stemmer for sjældent bliver hørt? Stemmer som kan fortælle, hvordan verden i virkeligheden ser ud bag rattet, på stilladset eller i køkkenet. Så skal du blive én af 3F's 10 Ungdomsambassadører.

Du vil høre om 3F's kerneværdier. Vi skal diskutere, hvordan vi forbereder os på fremtidens arbejdsmarked. Du vil få redskaber til debat og taleteknikker, så du brænder igennem på din arbejdsplads, i 3F Ungdom og i den offentlige debat.

Forløbet som Ungdomsambassadør er skræddersyet til DIG som ung 3F'er. Det er det længste og mest ambitiøse kursus 3F Ungdom tilbyder. Over otte kursusdage fordelt på to moduler vil du blive klædt på til at deltage på Folkemøde 2025, hvor 3F's Ungdomsambassadører kulminerer.





Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes i hverdage.



Hvor og hvornår?

28.-30. marts 2025
Rørvig Centret, Nørrevangsvej 49
4581 Rørvig.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever
og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

FIU-nummer 1506-25-00-01
eller skriv til Ungdom@3f.dk



VI BYGGER FREMTIDENS DANMARK

FOR DIG I BYGGEBRANCHEN!

Vil du have viden om det nyeste grej fra en professionel sælger? Høre om hvordan du kan komme til udlandet gennem din uddannelse? Få konkrete skills til bl.a. fugning og bæredygtigt byggeri?



Så skal du med på 'Vi bygger fremtidens Danmark'. Du får mulighed for at udvikle dig fagligt, blive klogere på dit arbejdsliv og møde andre unge der også arbejder i byggebranchen.



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste offentlige transport dækkes.



Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.

OS DER HOLDER HJULENE I GANG



Hvor og hvornår?

28.-30. marts 2025

Rørvig Centret Nørrevangsvej 49
4581 Rørvig.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever
og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

FIU-nummer 1506-25-00-01
eller skriv til Ungdom@3f.dk



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste
offentlige transport dækkes.

FOR DIG I TRANSPORTBRANCHEN OG INDUSTRIEN!

Hvordan kommer AI til at påvirke dit arbejdsliv i transportbranchen og industrien? Hvordan arbejder en moderne og innovativ produktionsvirksomhed? Hvordan sikrer du sikkerhed og ordentligt arbejdsmiljø på din arbejdsplads?

Vil du have svar de spørgsmål, skal du med på 'Os der holder hjulene i gang'. Du får mulighed for at udvikle dig fagligt, blive klogere på dit arbejdsliv og møde andre unge der også arbejder i industrien eller transportbranchen.





Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.

**Hvor og hvornår?**

28.-30. marts 2025

Rørvig Centret Nørrevangsvej 49 4581
Rørvig.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever og
lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

FIU-nummer 1506-25-00-01
eller skriv til Ungdom@3f.dk



RÅVARER OG TILBEREDNING

FOR DIG I HOTEL- OG RESTAURATIONS- BRANCHEN!

Vil du helt tæt på fødevarers vej fra jorden i et regenerativt landbrug til bordet på de bedste restauranter? Lære hvordan du laver de lækreste cocktails? Vil du inspireres af de dygtigste kokke og gartnere, der tidligere har deltaget i Skills?

Så skal du tilmelde dig 'Råvarer og tilberedning'. Du får mulighed for at udvikle dig fagligt og møde andre unge, der arbejder i grønne fag, service, hotel og restaurationsbranchen.



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste offentlige transport dækkes.



Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.

FOLKEMØDET PÅ BORNHOLM



Hvor og hvornår?

11.-15. juni 2025.
Allinge, Bornholm.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever
og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

Skriv til ungdom@3f.dk

Obs. Der er begrænset antal pladser,
så det er først til mølle.



Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes efter nærmere aftale.



Overnatning

Vi overnatter udendørs i telte, som 3F Ungdom stiller til rådighed, så husk sovegrej.

FOLKEFEST PÅ SOLSKINSØEN!

På Folkemødet samles meningsdannere fra virksomheder, politiske partier, fagbevægelsen og andre organisationer til tre dages folkefest.

3F Ungdom er selvfølgelig også med for at sikre, at der er unge faglige stemmer til stede, når folket mødes.

Som deltager, skal du være forberedt på at hjælpe til i 3F's telt, når 3F Ungdom har scenen og komme og bakke op, når vi har unge 3F'ere, der deltager i debatter.

Men bare rolig! Du skal nok få masser af tid til også selv at overvære de fede debatter og deltage i de spændende workshops, som Folkemødet er fyldt med.





Transport

Rejseudgifter svarende til billigste offentlige transport dækkes til København. Fra København bliver der arrangeret fælles transport til/fra Bornholm.



JOBPATRULJEN

**HVERT ÅR TAGER 3F, HK OG
CIRKA 300 FRIVILLIGE UNGE UD
I LANDET PÅ JOBPATRULJEN.**

Her oplyser vi unge fritidsjobbere mellem 13-17 år om deres vilkår og rettigheder på arbejdsmarkedet.

Og vi vil rigtig gerne have dig med! Jobpatruljen kommer ud i hele landet og kører forskellige dage, forskellige steder. Køreplanerne for 2024 kan findes på Jobpatruljens hjemmeside i løbet af foråret.

Ses vi på landevejen?



Hvor og hvornår?

Uge 27, 28, 29 og 30 i hele landet.

Hvem kan deltage?

Alle kan deltage.

Tilmelding

På jobpatruljen.dk



Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.

ANKERSMINDE FESTIVAL



Hvor og hvornår?

23.-27. juli 2025

Ankersminde
Gadsbølvej 100, 5492 Vissenbjerg.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever
og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

Skriv til ungdom@3f.dk



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste
offentlige transport dækkes.



Overnatning

Vi overnatter i telte, som 3F Ungdom stiller
til rådighed, så husk sovegrej.

KOM MED 3F UNGDOM TIL ANKERSMINDE FESTIVAL!

Ankersminde Festival er en årlig festival for
Arbejderbevægelsens Ungdom, der arrangeres
af 3F Ungdom, Dansk Metal Ungdom, NNF
Ungdom, HK Ungdom, Blik og Rør Ungdom,
DSU og FH Ungdom.

Festivalen kombinerer politiske visioner, diskus-
sioner og workshops med socialt fællesskab,
koncerter, fester og nye venskaber.

Vi garanterer gode sommervibes, festivalfølelse,
faglige kammerater, politiske med-
og modspillere og ikke mindst god musik!





Pris

Det er gratis at deltage, da 3F Ungdom dækker deltagergebyret.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.





EURO SKILLS

KOM MED 3F UNGDOM TIL EUROSKILLS I HERNING!

EuroSkills er Europamesterskaberne for unge fra erhvervsuddannelserne! Her dystere unge fra hele Europa i hver deres respektive fag om at blive Europas bedste! 3F har en stand, hvor gæster kan komme forbi og høre mere om os. Her skal du hjælpe 3F med at være synlige, snakke med unge om det at være faglært og gøre opmærksom på vores fag og uddannelser.

Men du skal nok også få rig mulighed for at komme rundt og se alle de dygtige deltagere i aktion.



Hvor og hvornår?

9.-13. september 2025
Messecenter Herning.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever og lærlinge eller under 31 år

Tilmelding

Skriv til ungdom@3f.dk



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste offentlige transport dækkes.



Pris

Det er gratis at deltage.
3F dækker udgifter til kost og logi.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes i hverdage.

3F UNGDOMS- INTROKURSUS



Hvor og hvornår?

19.-21. september 2025.

Langsøhus, Vestre Ringvej 51,
8600 Silkeborg.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever
og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

Henvend dig i din lokale 3F afdeling
eller skriv til ungdom@3f.dk.



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste
offentlige transport dækkes.



Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.

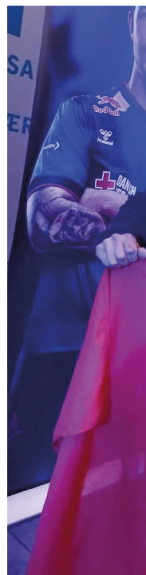
BLIV KLOGERE PÅ DIN FAGFORENING!

Hvad er det nu helt præcist en fagforening laver?
Hvad er der særligt ved 3F? Og hvad betyder en
overenskomst egentlig?

Er du også lidt i tvivl om det? Så er 3F Ungdoms
Introkursus lige noget for dig! På kurset lærer du
alt det grundlæggende ved 3F.

Du bliver klogere på, hvilke rettigheder
du har. Hvordan du kan gøre forholdene
på din arbejdsplads bedre. Og ikke
mindst bliver du introduceret til et vildt
fællesskab!

Introkurset er måske din første aktivitet
i 3F Ungdom. Men vi garanterer, at det
ikke bliver din sidste!







Hvor og hvornår?

19.-21. september 2025.

Langsøhus, Vestre Ringvej 51
8600 Silkeborg.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever og
lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

Henvend dig i din lokale 3F afdeling
eller skriv til ungdom@3f.dk.



BLIV DEN HELT SKARPE FORHANDLER

SYNES DU OGSÅ, DU FORTJENER LIDT MERE I LØNNINGSPØSEN?

Det gør du garanteret. Men Mester kan virke skræmmende at forhandle med.

Er der egentlig ikke også nogle ting på din arbejdsplads, som måske kunne være lidt bedre? Det er der alle steder. Men det kan være svært at overbevise chefen om at gøre noget ved.

Kurset er for dig, der gerne vil ændre noget. Du kommer på kursus med unge 3F'ere fra vidt forskellige brancher. Men I har alle det til fælles, at I gerne vil blive 'Den helt skarpe forhandler'.



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste offentlige transport dækkes.



Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.

PROJEKT- LEDELSE I 3F UNGDOM



Hvor og hvornår?

19.-21. september 2025

Langsøhus, Vestre Ringvej 51
8600 Silkeborg.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever
og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

Henvend dig i din lokale 3F afdeling
eller skriv til Ungdom@3f.dk.



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste
offentlige transport dækkes

LÆR AT GÅ FORREST!

Forestil dig situationen: Du skal udføre en opgave. Det kan være at lave det fedeste arrangement i din lokalafdeling. Det kunne også være at undervise og udvikle en gruppe unge, så de bedre forstår Den Danske Model.

Du ved, hvor du er. Du ved også hvor, du skal hen. Men du er i tvivl om, hvordan du kommer derhen.

Alle der har været ledere eller ansvarlige kender følelsen. Efter det her kursus vil du møde følelsen meget sjældnere.

'Projektledelse i 3F Ungdom' er for dig, der er leder, eller kunne have lyst til at blive det en dag. Du skal have været aktiv i 3F Ungdom i mindst 18 måneder for at kunne deltage på kurset.





Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes efter nærmere aftale.

LANDSMØDE 2025



Hvor og hvornår?

21.-23. november 2025.

Langsøhus, Vestre Ringvej 51,
8600 Silkeborg.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever
og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

Henvend dig i din lokale 3F afdeling
eller skriv til ungdom@3f.dk.



Transport

Rejseudgifter svarende til billigste
offentlige transport dækkes.



Pris

Det er gratis at deltage.

Tabt arbejdsfortjeneste

Dækkes ikke.

**KOM OG VÆR MED TIL
EN INSPIRERENDE, SPÆN-
DENDE OG UDFORDRENDE
WEEKEND, NÅR 3F UNGDOM
INVITERER TIL LANDSMØDE!**

På Landsmødet skal det nye formandskab og
den nye ungdomsbestyrelse vælges.
Derudover skal vi sammen lægge den politiske
retning for 3F Ungdom det næste år frem.

Du får masser af mulighed for at møde nye
mennesker på tværs af 3F-fag og geografi.

Tag endelig dine medlærlinge el. unge kollegaer
med, så I sammen kan få et endnu større og
stærkere fagligt netværk.

Udover selve Landsmødet, vil der også være
mulighed for at deltage i forskellige workshops.

Nærmere info om Landsmødet sendes løbende
til tilmeldte og 3F afdelingerne.





LOKALE

AKTIVITETER



Hvor og hvornår?

Hele året i hele landet.

Hvem kan deltage?

Alle medlemmer af 3F der er elever og lærlinge eller under 31 år.

Tilmelding

Hvis du er interesseret i at høre mere eller få kontakt til din lokalafdeling, så skriv til Ungdom@3f.dk

Udover alle de spændende aktiviteter der er beskrevet i kataloget her, er der også altid mulighed for at deltage i et væld af forskellige aktiviteter i dit lokalområde.

i 3F Ungdom laver vi aktiviteter i regionerne, som de valgte ungdomsregionsformænd er ansvarlige for. Det er ting som: demonstrationer og kampagner, virksomhedsbesøg, fredagsbarer, skolebesøg og meget meget mere.



3F Ungdom



3FU.dk



ungdom@3F.dk