

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Tid: 3 timer

Indhold

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

Workshop 1 Månedsmøder og rollefordeling

Materialer

- Tavle eller flipover
- Månedsmøde-skabelon (A3)
- Kompetencehjulet (én til hver)
- Opgaveliste
- Månedsmødets 4 elementer (A3 eller på flip)
- Månedsmødets 4 elementer øvelse (A3 eller på flip)
- Post-it's
- Kuglepenne

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling



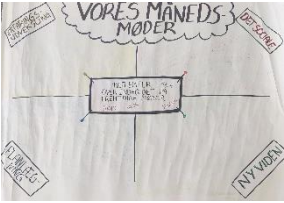
BYDELSMØDRE
Fonden for Socialt Ansvar

Tid: 3 timer

| 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 eller ud-printet 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. | |
| 17.20-18.00 | | | |

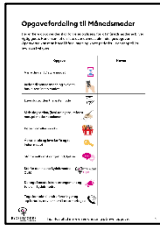
Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Tid: 3 timer

| | | | |
|-------------------------|--|---|--|
| | | <p>Alle Bydelsmødre i Danmark holder månedsmøder ud fra 4 elementer.</p> <p>Månedsmødets fire elementer</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Erfaringsudveksling og dokumentation (udfyld samtale- og aktivitetsskemaet) 2. Ny viden 3. Styrk det sociale fællesskab (fx tjek ind, madpauser, 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 Bydelsmødregruppe og ikke en anden slags gruppe. | |
| <p>17.40 20 min</p> | <p>Øvelse Månedsmødets 4 elementer</p> | <p><i>Materialer: 4 flips eller stort print af tegning til øvelsen</i></p> <p>ØVELSE</p> <p>Opdel i 4 grupper, Tal sammen i 10 min</p> <p>Skriv jeres svar på papiret med spørgsmålene.</p>  <p>Gruppe 1</p> <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? <p>Gruppe 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvorfor er ny viden vigtig på vores månedsmøder • Hvad kan ny viden være? <p>Gruppe 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvorfor det er vigtigt at huske den sociale Bydelsmødre-fællesskab? • Hvordan kan vi bedst gøre det? <p>Gruppe 4</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvorfor er planlægning vigtigt på et månedsmøde? • Hvordan kan vi bedst gøre? <p>Fællesopsamling</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hvad har I talt om? • Er der nogen, som vil supplere? | |

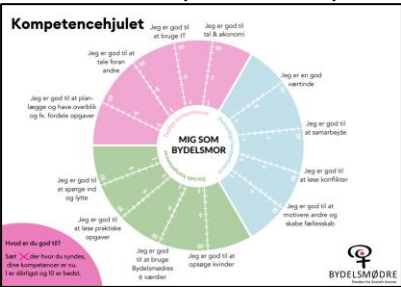
Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Tid: 3 timer

| | | | |
|-------|----------------------------|---|---|
| | | 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 | Pause | Spis lidt lækkert sammen | |
| 18.30 | Opgaver Kompetencer | <p><i>Materialer: Flip med opgaverne, kompetencerne og opgavelisten</i></p> <p>Oplæg</p> <p>Der er forskellige arbejdsopgaver i en Bydelsmødregruppe</p> <p>Fx</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Styre mødet 2. Inviter til månedsmøde og skriv en huske-sms inden mødet. 3. Skriv dagsorden, referat mm. på mødeskabelonen. 4. Købe mad eller snacks til månedsmøderne 5. Lav kaffe og te inden mødet 6. Stå for tjek ind/tjek ud 7. At deltage i lokalt arrangement og præsentere Bydelsmødrene 8. 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 samarbejdspartner 11. Kontaktperson til Bydelsmødrenes Landsorganisation 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: | | <i>Materialer: Kompetcestjernen</i> |

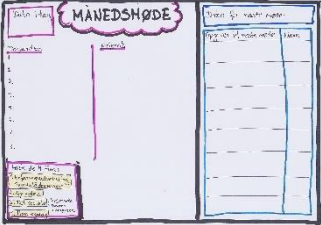
Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Tid: 3 timer

| | | | |
|-------|----------------------------------|--|--|
| | <p>Det er jeg god til</p> | <p>Oplæg 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: <i>Del en Kompetencehjulet ud til hver og forklar den</i> Skriv dit navn på din Kompetencehjulet</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? i et samarbejde i Bydelsmødregruppen <p><i>Del jer op i grupper af 3 personer i 10 min.</i> 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 Kompetencehjulet.</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>Oplæg</p> <p><i>Materialer: Månedsmødeskabelon</i></p> | |

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling

Tid: 3 timer

| | | | |
|-------|--|---|--|
| | | <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 <u>dagsordenen</u> sammen inden mødet starter. 2. Skabelonen gør at vi kan huske, hvad vi beslutter. Det skriver vi i <u>stikord under referat</u>. 3. Skabelonen gør at kan <u>planlægge</u> næste møde og se hvem, der gør hvad. <p>Spørg: Hvem vil udfylde i dag?</p> <p>Personen skriver dagsorden ind og skriver referat i løbet af mødet.</p> | |
| 19.30 | <p>Vælg to kontaktpersoner (Hvis I ikke allerede har gjort det)</p> | <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> | |

Workshop 1 – Månedsmøder og rollefordeling



BYDELSMØDRE
Fonden for Socialt Ansvar

Tid: 3 timer

| | | | |
|-------|---|--|--|
| 19.33 | Fordel Opgaver til næste måneds-møde | <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><i>Stil jer i en cirkel</i> <i>Skiftes til at gå et skridt ind og fortæl:</i></p> <p><i>"Det vigtigste jeg tager med mig hjem fra i aften er....."</i></p> | |