|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Bydelsmødrenes grunduddannelse | | | |
| Modul 1: Introduktion til Bydelsmødre | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Intro til Bydelsmødre, hvad vil det sige og hvad kræver det at være Bydelsmor.  OBS! 3,5 time inkl. pauser | **Dagens formål er at:**   1. Lære hinanden at kende 2. Få forståelse for hvad en Bydelsmor laver 3. Få formalia på plads   **Dagens emner:**   * At være Bydelsmor er en seriøs og vigtig opgave * Uddannelsens rammer og krav * Værdierne vi arbejder ud fra | Bydelsmødrenes Landssekretariat  Koordinator  Evt. frivilligkoordinator |
| FAMILIELIV | | | |
| Modul 2: Barnets udvikling og opdragelse | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Barnets udvikling og opdragelse, hvordan kan du styrke stimuleringen og hvorfor er institutionslivet en fordel.  3 timer inkl. pauser | **Dagens formål er at:**  Lære om børns udvikling fra 0-3 år.  **Dagens emner:**   * Stimulering af børn 0-3 år. * Børns sproglige udvikling. * Barnet i institution. | Sundhedsplejerske  Vuggestue- eller børnehavepædagog  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| Modul 3: Barnets hverdag | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Barnets hverdag med institutionsliv og skolegang og vigtigheden af forældres interesse og engagement.  3 timer inkl. pauser | **Dagens formål er at:**  Opnå ny viden om vigtigheden af institutionsliv og skolegang.  **Dagens emner:**   * Samarbejde mellem forældre og skole/børnehave. * Rammer for den gode hverdag. * Kommunikation og barnets digitale hverdag. | Skolelærer  Familierådgiver  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| Modul 4: Teenageren | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Teenageren og forståelse for hvad der rører sig i livet hos en teenager. Hvad er vigtigt for teenageren og hvordan opretholder man som forældre, den gode relation til sin teenager.  3 timer inkl. pauser. | **Dagens formål er at:**  Opnå ny viden om hvordan man opretterholder den gode relation til sin teenager.  **Dagens emner:**   * Hvad er vigtigt i et ungdomsliv? * Kommunikation og dialog med teenageren. * Positiv social kontrol og negativ social kontrol. | Klubpædagog  SSP-vejleder  Ungemedarbejder  Girl Talk  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| Modul 5: Psykiske udfordringer i familien | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Psykiske udfordringer i familien er nogle af de problematikker du typisk vil møde som Bydelsmor. Det er et vanskeligt emne, så hvordan skal du navigere, hvis du møder den type udfordringer?  3 timer inkl. pauser. | **Dagens formål er at:** Opnå ny viden om hvordan man støtter psykisk belastede familier.  **Dagens emner:**   * Forskellige typer af vold – psykisk og fysisk. * Hvordan har psykisk sygdom (depression, stress, PTSD, kriser pga. ”kulturchok”) indflydelse på hele familien og hvordan kan en Bydelsmor hjælpe. * Hvad er underretningspligt og hvor kan du henvise en familie til. | Voldsforebyggelse.nu  Psykinfo  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| BYDELSMØDRENES METODER – del 1 | | | |
| Modul 6: Den gode samtale | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | *Metodemodulerne er vigtige for det fundament, du som Bydelsmor arbejder ud fra. Det er vores fælles udgangspunkt for at tilgå opgaven, som frivilligindsats.*  Den gode samtale handler om at skabe rammerne for det dialogiske møde med lokalområdet, hvordan du er nærværende og hvordan du skelner mellem at være privat og professionel.  3 timer inkl. pause. | **Dagens formål er at:**   1. At lære rammerne for den gode samtale. 2. At forstå aktiv lytning, åbne spørgsmål og evnen til at guide i beslutningsprocesser. 3. At skelne mellem privat person og professionel Bydelsmor.   **Dagens emner:**   * Hvordan I skaber rammerne for den gode samtale. * Hvordan I klæder kvinden på til selv at træffe beslutninger. * Hvordan I giver kvinden ansvar for egne valg og passer på jer selv. | Koordinator Evt. frivilligkoordinator  *(Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation)* |
| Modul 7: Hjælp til selvhjælp og opsøgende arbejde | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | *Metodemodulerne er vigtige for det fundament, du som Bydelsmor arbejder ud fra. Det er vores fælles udgangspunkt for at tilgå opgaven, som frivilligindsats.*  Hjælp til selvhjælp og opsøgende arbejde handler om de unikke fordele det har at være Bydelsmor, men også hvordan arbejdet handler om at guide andre kvinder til selv at handle i deres eget liv.  3 timer inkl. pauser. | **Dagens formål**   1. Hvordan yder du hjælp til selvhjælp? 2. Hvordan laver du opsøgende arbejde? 3. Hvordan bruges samtaleskemaet?   **Dagens emner**   * Hjælp til selvhjælp og genopfriskning af metoder * Opsøgende arbejde og målgruppeidentificering * Bydelsmødres særlige rolle og pligt | Koordinator Evt. frivilligkoordinator  *(Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation)* |
| KVINDELIV | | | |
| Modul 8: Mors rolle i familien | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Mors rolle i familien handler om de vanskelige dilemmaer mødre kan stå i, når der er forskellige forventninger fra familien, samfundet og ens egne tanker om, hvad der er en god mor. Modulet kommer ind på opdragelse og social kontrol og giver værktøjer til at være i morrollen. | **Dagens formål:**  Opnå ny viden om mors rolle i familien og negativ social kontrol.  **Dagens emner**   * Mors dilemmafyldte rolle i familien * Generaliseringer og forventninger til køn. * Hvilken mor vil jeg gerne være - egne værdier | Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| Modul 9: Ligestilling og seksualitet | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Ligestilling og seksualitet handler om retten til egen krop. Om at forstå hvordan den opfører sig og at det er vigtigt at give kroppen opmærksomhed ved at lytte til den. | **Dagens formål:**  Opnå ny viden om seksualitet og krop.  **Dagens emner:**   * Kvindens krop; myter, mødom og prævention. * Forskellige seksuelle orienteringer. * At gå i dialog om seksualitet | LOKK  Sex og Samfund (honorar)  Rikke Skovfoged (honorar)  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| Modul 10: Ligestilling i familien | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Ligestilling i familien handler om den demokratiske livsform. Hvordan er opgavefordelingen i hjemmet og hvordan er man fælles om de huslige pligter, så der også er plads til at alle voksne kan have et arbejdsliv. | **Dagens formål**   * Få overblik over opgavefordelingen i hjemmet * Opnå viden om ligestilling og samarbejde i hjemmet * Værktøjer og refleksion over mulige forandringer   **Dagens emner**   * Opgavefordeling og samarbejde i hjemmet. * Dilemmaer i forbindelse med forandring af opgavefordeling og samarbejde i hjemmet. * Rettigheder i forbindelse med ægteskab, skilsmisse og økonomi. | Jurist (Ret og råd)  Kvindeøkonomien  Dansk Flygtninge Hjælp  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| BYDELSMØDRENES METODER - del 2 | | | |
| Modul 11: Pas på dig selv og hinanden | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | *Metodemodulerne er vigtige for det fundament, du som Bydelsmor arbejder ud fra. Det er vores fælles udgangspunkt for at tilgå opgaven, som frivilligindsats.*  Pas på dig selv og hinanden handler om Bydelsmors metoder til at hjælpe andre, men også hvordan de er en del af, at du som Bydelsmor passer på dig selv. Det er vigtigt at være klar over, hvor ens egne grænser går og at I som gruppe er til støtte for hinanden. | **Dagens formål er at:**   1. Genopfriske metoder 2. Lære nye metoder 3. Ting I kan gøre for jer selv og hinanden   **Dagens emner:**   * Afprøve lærte og nye metoder * Sætte grænser og erfaringsudveksle * Drag omsorg for jer selv og støt hinanden | Koordinator Evt. frivilligkoordinator  *(Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation)* |
| Modul 12: Facilitatoren, at undervise andre | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | *Metodemodulerne er vigtige for det fundament, du som Bydelsmor arbejder ud fra. Det er vores fælles udgangspunkt for at tilgå opgaven, som frivilligindsats.*  Facilitatoren og det gode værtskab handler om, hvordan du rammesætter arrangementer, så gæsterne føler sig i trygge hænder og føler, at de tager noget med hjem. Herunder den gensidige forventning, der ligger i en aftale, når du indgår samarbejder med andre. | **Dagens formål er at:**   1. At kortlægge rollen som den gode værtinde. 2. Få redskaber til at facilitere. 3. Forstå det gode samarbejde og den gensidige forventning.   **Dagens emner:**   * Elementer i værtskabet * Metoder og facilitering * Planlæg et arrangement | Koordinator Evt. frivilligkoordinator  *(Fast modul udviklet af Bydelsmødrenes Landsorganisation)* |
| SAMFUNDSLIV | | | |
| Modul 13: Stat og kommune | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Stat og Kommune har til formål at give en god forståelse for hvilke muligheder Kommune, Borgerservice mv. byder på. Hvordan og hvornår tager man kontakt til Kommunen og hvordan kan de hjælpe i forskellige situationer. | **Dagens formål er at:**  Opnå ny viden om rettigheder og pligter som borger i Danmark.  **Dagens emner:**   * Kommunens instanser (ældre, samfund, beskæftigelse mv.) * Hvordan henvender du dig (NemID, E-boks, Borgerservice mv.) * Rettigheder og muligheder (Skilsmisse, forældremyndighed, barselsdagpenge mv.) | Borgerservice  Socialrådgiver  Sagsbehandler  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| Modul 14: Danmark og demokrati | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | Danmark og demokrati har til formål at give forståelse for demokratiet. Som styreform, men med særlig vægt på hverdagsdemokratiet og den måde den demokratiske tankegang gennemsyrer livsformen i Danmark. Hvordan omgår vi hinanden i respekt for ligeværd og demokratisk accept af hinandens forskelligheder og rettigheder. | **Dagens formål er at:**  Opnå ny viden om Danmarks demokrati og styreform.  **Dagens emner**   * Demokratiets præmisser: Grundlov styreform/livsform * Kommunal-demokrati, beslutningsprocesser * Demokrati-færdigheder, aktivt medborgerskab | Lokalpolitiker  Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| EVALUERING OG AFSLUTNING | | | |
| Modul 15: Evaluering og forandringshistorie | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato:  Tid:  Sted:  Underviser: | På evalueringsmodulet reflekterer I sammen over forløbet, genopfrisker hvad I som Bydelsmødre har lært og hygger jer sammen.  Alle skal udfylde evalueringsskemaet via det digitale værktøj, som I hver især har installeret på jeres telefoner. Det er meget vigtigt, at alle får udfyldt data til dokumentation på modulet. | **Dagens formål er at:**   1. Evaluere uddannelsesforløbet 2. Få indblik i egen forandringshistorie 3. Hygge og plan for diplomoverrækkelse   **Dagens emner:**   * Hvad har I hver især fået ud af uddannelsen? * Hvilken betydning har det fået for jer? * Hvornår skal vi fejre det? | Koordinator Evt. frivilligkoordinator |
| Afslutning og diplomoverrækkelse | | | |
| **Dato og sted** | **Emne** | **Indhold – hvad skal vi lære om** | **Forslag til underviser** |
| Dato: Tid:  Sted: | **Overrækkelse af Diplom og afslutning – festlighed**  2 timer | Overrækkelse af diplomer, badge, tørklæde og tasker på Rådhuset af borgmester.  **Program**   * Borgmesteren holder tale og overrækker diplomer. * Bydelsmødrene holder tale. * Koordinatorer holder tale. * Fællesbilleder og fejring. | Kontakt rådhuset  Borgmesteren overrækker diplomer |