

Voksenlederkurs 2023

Fredag

18:00 – 20:00	Middag
20:00 – 21:00	Felles velkomst

Del 1

Lørdag

09:00 – 11:00	Rollemodeller, maktforhold og grensesetting (å være en god leder) <i>I denne bolken får du en introduksjon til voksenlederrollen. Vi går gjennom hva det betyr å være en god rollemodell for andre og blir mer bevisst på maktforholdet mellom deltakere og ledere. Vi blir også kjent med begrepene grenseoverskridende atferd, seksuell trakassering og seksuelt overgrep, og lærer forskjellen mellom taushetsplikt og meldeplikt.</i>
11:00 – 12:45	Psykososial førstehjelp <i>Denne bolken er felles for del 1 og del 2, og her skal vi snakke om hvordan vi som voksenledere kan møte deltakere som er i behov av psykososial førstehjelp. Vi skal utforske hva psykososial førstehjelp er, hvilke situasjoner vi kan komme til å møte på, og hva vår rolle i møte med deltakerne er.</i>
12:45 – 13:30	Lunsj
13:30 – 16:30	Grunnleggende førstehjelp <i>I denne bolken tar vi for oss det mest grunnleggende innen førstehjelp, og med tips og triks til hvordan du kan løse en førstehjelpssituasjon som du kan komme opp i. Vi jobber ut i fra de mest vanlige skadene som kan skje. Hva kan du håndtere selv, og når bør du oppsøke hjelp?</i>
16:30 – 17:00	Snacks
17:00 – 19:00	Inkludering og tilrettelegging – praktisk <i>Under denne bolken får du lære om hvordan du kan legge til rette for deltakere med ulike behov under 4H-arrangement gjennom en gøy, praktisk utfordring</i>
19:00 – 20:00	Egentid
20:00 ->	Middag og sosialt

Søndag

09:00 – 11:00	Praktisk leirliv 1.0: Hjelp det regner og Jens får ikke gått på do! <i>I denne bolken blir vi kjent med typiske utfordringer som ledere vil møte på leir, som leirsjuka, våte telt, kalde soveposer og kresne deltakere. Vi lærer mer om hvordan slike situasjoner kan forhindres og tips og triks til hvordan løse dem når de allerede har oppstått.</i>
11:00 – 12:45	Den gode samtalen: Hvordan støtte dagens ungdom? <i>Denne bolken er en oppfølging av bolken "psykososial førstehjelp", og er felles for del 1 og del 2. Vi skal snakke om hvordan vi som voksenledere kan være gode lyttere, hvor vårt ansvar stopper og hvordan vi kan bli trygge i å støtte deltakerne våre, og i våre roller som ledere.</i>
12:45 – 13:30	Lunsj

Del 2

Lørdag

09:00 – 11:00	Hvordan være en god teamleder? (Teamleder for drømmelaget <3) <i>I denne bolken skal vi snakke om forskjellen mellom å være sjef og å være leder, og hvordan skape godt samhold blant voksenlederne i din gruppe. Hva er det viktig å huske på, hvordan kommuniserer vi, og hvordan ivaretar vi teamet på en god måte?</i>
11:00 – 12:45	Psykososial førstehjelp <i>Denne bolken er felles for del 1 og del 2, og her skal vi snakke om hvordan vi som voksenledere kan møte deltakere som er i behov av psykososial førstehjelp. Vi skal utforske hva psykososial førstehjelp er, hvilke situasjoner vi kan komme til å møte på, og hva vår rolle i møte med deltakerne er.</i>
12:45 – 13:30	Lunsj
13:30 – 14:30	Hvordan ta vare på deg selv som leder? <i>Det å være leder på leir kan virke som en stor og skummel oppgave der man er på jobb hele døgnet. I denne bolken skal vi lære om hvordan du som leder kan sette grenser for deg selv, og hvilket støtteapparat du har som leder.</i>
14:30 – 16:30	Praktisk leirliv 2.0: Hjelp vi har en sau i teltet! <i>I denne bolken blir vi kjent med ulike uventede og uønskede situasjoner som kan oppstå under en leir, som ledere ikke har noen kontroll over. Vi skal også få en innføring i hvorfor uønsket og utfordrende atferd oppstår og lære om tilpasset lederskap.</i>
16:30 – 17:00	Snacks
17:00 – 19:00	Inkludering og tilrettelegging – teori <i>4H Norge er en inkluderende organisasjon, og i denne bolken skal vi utforske hva som ligger i dette. Hvordan tilrettelegger man på en god måte, og hva tilrettelegger man for? Hvilke utfordringer kan vi møte på, og hvordan kan vi trene oss på å tenke løsningsorientert?</i>
19:00 – 20:00	Egentid
20:00 ->	Middag og sosialt

Søndag

09:00 – 11:00	Operativ beredskap <i>Her tar vi for oss beredskap på et grunnleggende nivå. Hva forventes av deg som leder, og hva bør du gjøre for å være forberedt på det uventede?</i>
11:00 – 12:45	Den gode samtalen: Hvordan støtte dagens ungdom? <i>Denne bolken er en oppfølging av bolken "psykososial førstehjelp", og er felles for del 1 og del 2. Vi skal snakke om hvordan vi som voksenledere kan være gode lyttere, hvor vårt ansvar stopper og hvordan vi kan bli trygge i å støtte deltakerne våre, og i våre roller som ledere.</i>
12:45 – 13:30	Lunsj