



SØNDERJYLLAND



FH Sønderjylland tilbud til medlemsorganisationer i 2026



BUPL
SYDJYLLAND

Dansk Sygeplejeråd



HK

DANSK
METAL



R Radiograf
Rådet

KOST OG
ERNÆRINGS
FORBUNDET
SUNDHED ER EN RET

f Fydevarer
forbundet
NMF

BLIK&RØR
ARBEJDERFORBUNDET

3F

hkcf HÆRENS KONSTABEL-
OG KORPORALFORENING

TL TEKNISK
LANDSFORBUND

MALERFORBUNDET

DANSK
EL-FORBUND

Dansk Socialrådgiverforening

SOCIALPÆDAGOGERNE

FOA

Tre spændende foredrag i kalenderen



Lars Rasmussen

Tirsdag d. 27. Januar 2026

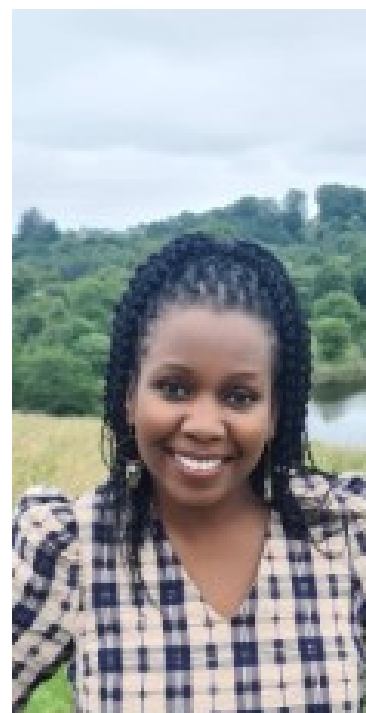
Lars Rasmussen fortæller sin stærke historie om ADHD, autisme og vejen tilbage til toppen. Et ærligt og motiverende foredrag om, at alle kan blive til noget – hvis bare vi får lov.



Poul Erik Skammelsen

Torsdag d. 26. februar 2026

Poul Erik Skammelsen fortæller levende om de begivenheder, der har formet verden, med indsigt og personlige oplevelser.



Carolynne Kaddu Rasmussen

Tirsdag d. 14. april 2026

Carolynne Kaddu Rasmussen fortæller sin stærke livshistorie om flugt fra politisk uro i Uganda, mødet med Danmark og kampen for at skabe et nyt liv for sig og sine børn.

TILMELD DIG HER



SØNDERJYLLAND

TILMELDING: SCAN QR KODEN

Lars Rasmussen



Mød tidligere landsholdsspiller, TV-personlighed og forfatter Lars Rasmussen, som med sin bog "WHAT THE FUCK, LARS?" har rørt og inspireret tusindvis af mennesker. Bogen er godkendt som undervisningsmateriale af Det Kongelige Bibliotek og har allerede opnået bestsellerstatus.

I foredraget "Alle kan blive til noget – hvis bare vi får lov" deler Lars sin personlige rejse med ADHD og autisme, og hvordan disse diagnoser – som længe var usynlige fjender – blev hans største styrker. Med varme, humor og ærlighed fortæller han om livet i verdenseliten, om store nederlag og endnu større sejre, og om de redskaber der hjalp ham tilbage på sporet.

Foredraget giver inspiration til alle, der arbejder med mennesker, lever med udfordringer eller blot ønsker nye perspektiver på motivation, kommunikation og menneskeligt potentiale. Et livsnært, rørende og motiverende oplæg, der efterlader publikum med troen på, at alle kan blive til noget.

- 📅 Tirsdag d. 27. Januar 2026
- 🕒 kl. 18:00 til 20:30
- 📍 Sønderborg Stand Hotel
- 💰 125,- (for FH medlem) inkl. dagens ret og en genstand

TILMELD DIG HER

SCAN QR KODEN



BUPL
SØNDERJYLLAND

Danske Sygeplejeforbund

HK

DANSK
METAL



R
Rastaport

KOST
ERNÆRINGS
FORBUNDET

Danske
Lærere
FORBUNDET

BLIK&RØR

3F

hkcf

TL
TENNIS
LANDSFORBUND

HALLERFORBUNDET

DANSK
ELFORBUND

Dansk Forbund
for
Mennesker med
Hjerte

SOCIAL MEDIE DAGS GEFNE

FOA

Foredrag

Få historierne om verdens brændpunkter og valget i USA

Poul Erik Skammelsen



Som en af Danmarks mest erfarne journalister har Poul Erik Skammelsen dækket verdens brændpunkter i flere årtier – fra Berlinmurens fald og massakren på Den Himmelske Fredsplads til krige, naturkatastrofer og otte amerikanske præsidentvalg.

I sine foredrag fortæller han levende om de begivenheder, der har formet verden, og giver et skarpt indblik i både international politik og det delte USA. Med sin store erfaring som korrespondent og vært, formidler han komplekse emner med nærvær, indsigt og stærke personlige fortællinger.

Poul Erik Skammelsen har været ansat på TV2/TV2 NEWS siden 1988 og har været udsendt til de fleste af verdens brændpunkter. Han har været studievært på flere tv-programmer.

- Torsdag d. 26. februar 2026
- kl. 18:00 til 20:30
- Folkehjem i Aabenraa
- 125,- (for FH medlem) inkl. dagens ret og en genstand

TILMELD DIG HER

SCAN QR KODEN



BUPL
BYDJYLLAND

Dansk Sygeplejerskeforbund

HK

DANSK METAL



R Radiograf Rådet

KØST OG ERNÆRINGS FORBUNDET

FN Fællesbevægelsen

BLIK&RØR

3F

hkcf

TL TEKNIK LANDSFORBUND

MALERFORBUNDET

DANSK EL-FORBUND

Dansk Socialt Medarbejderforbund

SOCIAL MEDAGØGERNE

FOA

Foredrag:
Hovedet i himlen og fødderne på jorden

Carolynne Kaddu Rasmussen



Carolynne Kaddu Rasmussen stammer fra Uganda, hvor hun i 1970 blev født ind i landets overklasse med forældrenes forventning om, at hun skulle følge sin fars fodspor som læge. Men hendes liv tog en drejning.

Som ung mor og gift med en politiker blev hun hårdt ramt af den politiske uro i 1990'ernes Uganda. Hendes mand måtte flygte af politiske årsager, og kort efter hans flugt blev hans bror dræbt. Højgravid og med et barn i hånden lykkedes det Carolynne med nød og næppe at flygte ud af landet.

Efter år i skjul blev hun genforenet med sin mand i Danmark, men mødet med en ny kultur og de mange traumer sled på familien. Efter en svær skilsmisse stod Carolynne alene tilbage med fire børn i et fremmed land. I dag har hun fem børn og er gift med en dansk mand.

I sit foredrag "Hovedet i himlen og fødderne på jorden" fortæller Carolynne varmt og ærligt om livets slag, håb, mod og troen på, at man kan rejse sig igen – med hovedet i himlen og fødderne solidt plantet på jorden.

 Tirsdag d. 14. april 2026

 kl. 18:00 til 20:30

 Sønderjyllandshallen

 125,- (for FH medlem) inkl. dagens ret og en genstand

TILMELD DIG HER

SCAN QR KODEN



BUPL
BYD JYLLAND

Dansk Sygeplejerske



HK

DANSK
METAL



R Rødt Råd

ERNÆRINGS
FØRBUNDET

68 Fælles
forbundet
FNF

BLIK&RØR
ARBEJDSFORMIDLER

3F

hkef HANDELSKAMMERET
FØRBUNDET

TL TEKNISK
LANDSFØRBUND

HALLERFØRBUNDET

DANSK
EL-FØRBUND

Dansk Brancheforening

SOCIALMEDIAKØBERNE

FOA

Foredrag:

Positiv psykologi i praksis – arbejdsglæde, motivation og samarbejde

Mikael Kamber



Mikael Kamber er journalist, tv-vært og en af Danmarks mest efterspurgte foredragsholdere inden for trivsel og positiv psykologi. Han er kendt for sin levende formidling, humor og evne til at give publikum konkrete værktøjer, de kan tage direkte med hjem i hverdagen.

I sine foredrag deler han indsigter om, hvordan vi kan skabe mere arbejdsglæde, styrke samarbejdet og finde motivationen – også når presset er stort. Han viser med forskning og praktiske eksempler, hvordan små ændringer i hverdagen kan gøre en stor forskel for både den enkelte medarbejder og hele arbejdspladsens trivsel.

Et foredrag, der kombinerer viden, energi og praksisnære værktøjer – og som giver medarbejdere lyst til at gøre en forskel både for sig selv og for fællesskabet.

TILMELD DIG HER

SCAN QR KODEN



- Tirsdag d. 12. maj 2026
- kl. 18:00 til 20:30
- Sønderjyllandshallen
- 125,- (for FH medlem) inkl. dagens ret og en genstand

BUPL
SYDJYLLAND

Dansk Sygeplejerske



HK

DANSK
METAL



R
Fællesråd

KØST
ERNÆRINGS
FØRBUNDET

6
Fællesråd
JYSK

BLIK&RØR
ARBEJDSFORMIDLER

3F

hkcf
Helse og Arbejdskraft

TL
TEKNIKK
LANDSFØRBUND

HALLERFØRBUNDET

DANSK
EL-FØRBUND

Dansk Brancheforening

SOCIALMEDIAKOGEBERNE

FOA

Foredrag:
"Er du tilfreds med duften i bageriet?"
Et humoristisk foredrag om livs- og arbejdsglæde.



SØNDERJYLLAND

Christine Feldthaus



Trænger du til en humoristisk opsang midt i hverdagens hamsterhjul med travlhed både på jobbet og i fritiden?

Husker du at stoppe op og grine lidt af en verden, der forandrer sig konstant? Og hvor du er i afvikling, hvis du ikke er i udvikling?

Er det altid de andres skyld, at det ikke rigtigt kører for dig, eller kan du selv optimere din livs- og arbejdssituation, hvis du virkelig sætter alt ind på det? Få nogle skarpe bud fra frk. So F***ing Special på, hvordan livet her i andedammen måske kunne blive lidt mere værdsat. Og få nogle provokerende spark til at komme videre, hvis noget har sat sig på tværs i dit univers.

 Tirsdag d. 20. oktober 2026

 kl. 18:00 til 20:30

 Sønderjyllandshallen

 125,- (for FH medlem) inkl. dagens ret og en genstand

TILMELD DIG HER

SCAN QR KODEN



BUPL
BYD-JYLLAND

Dansk Sygeplejeråd



HK

DANSK
METAL



R
Radiograf
Rådet

KØST
OG
ERNÆRINGS
FORBUNDET



BLIK&RØR
ARBEJDS- OG FRIHEDSRÅDET

3F

hkkf
HISTORISK KULTUR
KONSERVATIONSFORBUNDET

TEKNISK
LANDSFORBUND

HALLEFFERBUNDET

DANSK
EL-FORBUND

Dansk Selskab af Mænd og Kvinder

SOCIALMEDICINERNE

FOA

Aktiv^{fra}ist
til
INVESTOR

Anders Morgenthaler



Anders Morgenthaler er en engageret samfundsdebattør med stærke holdninger til klima, miljø og ligestilling.

Han er kendt for sine tankevækkende foredrag om grøn omstilling, bæredygtighed og ansvarlighed, hvor han med humor og skarphed inspirerer til handling og refleksion.

Anders Morgenthaler har lagt sit forbrug, sine madvaner og sine transportvaner om, så hans klimabelastning er så lille som muligt. Han gør det for verdens skyld, for sine børns skyld – og i sidste ende for sin egen skyld.

Han fortæller med både humor og alvor om rejsen mod et mere bæredygtigt liv og påstår, at det hverken føles som et afsavn eller et fald i livskvalitet – tværtimod.

Hvis du synes, det lyder frelst, vil du kun blive bekræftet. Men hvis du har lyst til at omlægge dine egne vaner, så kom til et spændende foredrags- og debataften med Anders Morgenthaler og lær, hvordan du bliver frelst!

TILMELD DIG HER

SCAN QR KODEN



- Mandag d. 2. november 2026
- kl. 18:00 til 20:30
- Sønderjyllandshallen
- 125,- (for FH medlem) inkl. dagens ret og en genstand

BUPL
BYGJYLLAND

Dansk Sygeplejeråd



HK

DANSK
METAL



R
Radiograf
Rådet

KØT
OG
ERNÆRINGS
FORBUNDET

FOU
Fælles
Uddannelses
Forbundet

BLIK&RØR
ARBEJDSMILJØ

3F

hkcf
Helsekvalitet
Centrum for
Kvalitet

TL
TEKNIKK
LANDSFORBUND

MILJØFORBUNDET

DANSK
ELFORBUND

Dansk
Sundheds
Service

SOCIALPÆDAGOGERNE

FOA

Kontakt os

Maj Ellegaard Bechmann
AOF Erhverv
Udviklingsdirektør



+ 45 22 52 37 73



Meb@aof erhverv.dk

AOF Erhverv leverer uddannelse,
udvikling og oplevelser for fagforbund
og virksomheder med fokus på
målgruppen og et relevant udbytte.

