

PROGRAM

Tid	Dag 1	Dag 2
7.00		Frukost
8.00		MSB
9.45		Fika
10.15		Föreläsning – Fredrik Sträng
12.00	Lunch	Lunch
13.00	Brandchef Anders Ahlström	HkBM / Årsmöte KiRtj
13.15	Föreläsning - Emma Lillskogen	
14.30	Fika	
15.00	MSB - Locka fler tjejer till yrket	Slut
15.15	Brandman - Att jobba som brandman	Hemfärd
15.30	Föreläsning - Jonas Colting	
17.00	<ul style="list-style-type: none"> • Frågestund med tjejerna • minimässa 	
18.00	Inkvartering Hotell	
18.30	Kvällsaktivitet med Jonas Colting	
20.00	Middag	

FÖRELÄSARE



Emma Lillskogen arbetar med jämställdhetsintegrering inom Uppsala kommun och har arbetat med projektet "Hållbar jämställdhet" där bland annat brandförsvaret deltagit. Hon arbetar med att utvecklar kommunens service och tjänster så att de blir mer jämställda, dvs., det ska vara lika lätt för kvinnor som för män att ta del av medborgarservicen. Emma kommer att beröra härskartekniker och hur man kan bemöta dessa samt prata om hur man som individ kan påverka för en mer jämställd arbetsplats.



Jonas Colting är en ofta anlitad föreläsare, skribent, rådgivare och coach med träning och hälsa som sitt favoritområde. Jonas pratar och skriver i synnerhet om hälsa som ett livslångt projekt och hur våra inlärdade och förutfattade meningar om åldrande, funktionalitet och förmåga låter vår inneboende potential gå ouppfylld. Han håller sig i världstoppen i den hårdaste konditionsidrotten av dem alla; triathlon där han bland annat vunnit VM-brons på distansen Ironman. Läs mer om Jonas på www.colting.se



Fredrik Sträng är en av Sveriges mesta äventyrare som lär er att bestiga ert eget Mount Everest, berget som är inte bara är ett prestigefyllt mål för en äventyrare utan kanske den starkaste metaforen för målsättningar och framgångar som vi har. Vart får du viljan och motivationen ifrån? Hur lyckas du leva ut dina drömmar och uppnå dina uppsatta mål? Hemligheten är som du frågar får du svar, och resultatet speglar sättet du tänker på. Läs mer om Fredrik på www.strang.se

ÖVRIGT

- För att locka fler tjejer till yrket kommer kvinnliga gymnasieelever och arbetssökande att bjudas in till att delta på föreläsningen av Jonas Colting. En introduktion av SMO -utbildningen och hur det är att jobba som brandman kommer därför att hållas innan föreläsningen startar.
- Minimässan kommer att bjuda på ett antal utställare där alla har möjlighet att bland annat testa ny utrustning och bolla idéer med företagen för vidareutveckling av material.
- Kvällsaktiviteten med Jonas Colting kommer att vara i form av en löpträning i grupp där alla har möjlighet att delta oavsett tidigare erfarenheter av löpning.