

Välkommen till

FÖRENINGEN FÖR
CHEFER  **LEDARE**

STUDIEDAGAR 2026

15–16 OKTOBER

House of People
Barnhusgatan 12–14
Stockholm

*Begränsat
antal platser!*

Årets tema är

Mod att leda

Moderator: Rebecca Rosenlind Sellergren

Studiedagar med Chefer & ledare 15–16 oktober 2026

*Varmt välkommen till två dagar
fyllda av energi och kunskap!*

Rebecca Rosenlind Sellergren *Moderator*
Gudrun Hjorth *Recenserar*

Torsdag 15 oktober

08:30 – 09:30 Registrering och kaffe

09:30 Moderator Inledning

09:40 – 10:45 Lena Skogholm Svåra samtal med hjärnans hjälp –
vad hjärnforskning lär oss om reaktioner
och bemötande

Paus 5 min

10:50 – 12:00 Petra Svedberg Där ansvaret tar slut – och konsekvenser
uppstår eller värde skapas

Lunch 45 min

12:45 – 14:00 Rachael Tripney Berglund Chefens inställning avgör arbetsmiljön

14:00 – 14:45 Emina Sesto Att vara ung och chef

Kaffe 30 min

15:15 – 16:30 Ida Kjos Våga leva, agera och vara modig

Fredag 16 oktober

08:20 Moderator Inledning

08:30 – 09:30 Elly Reynolds Att leda i kris

Kaffe 30 min

10:00 – 11:00 Jakob Carlander Chefens svåraste samtal

11:05 – 12:00 Emma Spak NSPL nationell samordning och planering

Lunch 60 min

13:00 – 14:15 Charlotte Signahl Skiträdd, oklok och skör som en tulipanas!
Utvärdering

ANMÄLAN TILL STUDIEDAGARNA 2026

Mod att leda

Tid och plats

15–16 oktober 2026

House of People

Barnhusgatan 12–14

Stockholm

Anmälan och avgift

Anmälan görs via vår hemsida www.cheferochledare.se

Deltagaravgiften inkluderar två dagars konferens, lunch och kaffe.

Avgiften är 6.900 kr för *medlem* och 7.900 kr för *icke medlem*.

På hemsidan kan du även ansöka om medlemskap. Om du önskar lösa ett medlemskap i föreningen och därmed betala den lägre deltagaravgiften till studiedagarna ska medlemsavgiften betalas in senast 10 dagar innan anmälan till studiedagarna.

I samband med din anmälan kommer du få betalningsinstruktioner (e-faktura).

Antalet platser är begränsade. Anmälan är bindande och återbetalning sker ej.

Platsen kan dock överlåtas till annan person, vilket ska meddelas via e-post till kontakt@cheferochledare.se

Varmt välkommen!

Styrelsen

Presentation av föreläsarna:

REBECCA SELLEREGREN

Rebecca Sellergren är en omtyckt och erfaren moderator och konferencier som i över 10 år stått på scener runt om i landet och guidat publiken med varm och fast hand. Med nyfikenhet och skärpa för hon samtalet framåt och får både talare och publik att känna sig trygga och inkluderade.

Till vardags är Rebecca även verksam inom kultursektorn, bland annat genom kulturnätverket Dramalogen, och hörs även som programledare i P4 Halland.

LENA SKOGHOLM

Svåra samtal med hjärnans hjälp – vad hjärnforskning lär oss om reaktioner och bemötande

Lena Skogholm har som beteendevetare och pedagog de senaste 25 åren fördjupat sig inom hur vi kan ha nytta av hjärnforskning på ett konkret sätt oss människor emellan och för egen del.

Det är inte alltid så lätt att hantera svåra samtal. Det kan finnas mycket känslor, orimliga förväntningar och vara svåra situationer. Men kunskaper om hjärnan skapar ökad säkerhet i svåra samtal. När du vet vad som händer, varför och hur du kan hantera situationen minskar din stress och det tar mindre energi från dig att hantera de svåra samtalen. Du agerar både mer empatiskt och mer professionellt.

PETRA SVEDBERG

Där ansvaret tar slut – och konsekvenser uppstår eller värde skapas

Petra Svedberg är Direktör för Demokrati och Ledarskap på Sveriges Kommuner och Regioner. I rollen leder hon SKR:s samlade arbete med att stärka demokratins legitimitet genom att utveckla ledning och styrning i offentlig sektor.

Föreläsningen tar avstamp i ett oöckoämt men avgörande faktum – Vi kan alla lyckas var och en för sig och ändå misslyckas tillsammans. Vi utforskar vad det innebär att gå från att styra och leda delar, till att ta ansvar för helheten. Vad systemledning faktiskt är i praktiken, varför det efterfrågas allt mer och vad som händer med ansvar, roller och styrning när vi börjar leda det som ingen äger ensam men alla är beroende av.

Petra har bred och mångårig erfarenhet av ledande uppdrag inom offentlig sektor, bland annat som kommunchef, samt från regional verksamhet och hälso- och sjukvård. Hon har arbetat nära både förtroendevalda och tjänstepersoner och har god förståelse för de krav som ställs på styrning, ansvarsfördelning och professionellt samspel i komplexa organisationer.

RACHAEL TRIPNEY BERGLUND

Chefens inställning avgör arbetsmiljön

Forskare vid Mälardalens Universitet inom arbetsmiljö med fokus på psykosocialt säkerhetsklimat (PSK), arbetsmiljö och medarbetar-driven innovation.

Föreläsningen fokuserar på PSK som handlar om ledningens roll i att bygga en hälsosam arbetsmiljö, minska risken för sjukskrivningar och psykisk ohälsa. Varför är PSK viktigt och hur kan aktuell forskning bidra till att bygga ett högt psykosocialt säkerhetsklimat? Föreläsningen syftar till att ge chefer insikt och verktyg för att förbättra arbetsmiljön och främja medarbetarnas välmående och engagemang.

EMINA SESTO

Att vara ung och chef

Emina är verksamhetschef i Uppsala kommun och blev chef redan som 21-åring. Hon brinner för ungt ledarskap och drivs av att få människor att växa, bygga starka team och bidra till verklig

förändring. Hennes ledarskap präglas av modet att inte alltid ha alla svar. Genom att bjuda in medarbetare i beslutsfattandet – även när det är svårt – har hon skapat en inkluderande kultur där fler känner ansvar och delaktighet. På vägen har hon också mött och hanterat starka åsikter kopplade till sin ålder.

IDA KJOS

Våga leva, agera och vara modig

Ida Kjos delar personliga erfarenheter och insikter om självledarskap, sårbarhet och styrkan i att våga vara människa – också i ledarrollen. En inspirerande föreläsning om att skapa tillit, riktning och mod i både sig själv och andra.

ELLY REINOLDS

Att leda i kris

Elly är specialläkare, grundare och landschef för OperationAid samt forskare på Försvarshögskolan.

Hon arbetar aktivt med hjälpinsatser på plats i krigsdrabbade områden i Ukraina och har bla utvecklat ActiveKids som skapar aktiviteter för hundratals barn i södra Ukraina.

På Försvarshögskolan ingår hon i en forskargrupp som studerar hur värdkedjan i Sverige kan fungera i samband med ett modernt krig. Vidare har hon engagerat sig i ukrainska kvinnors utmaningar i Sverige. Elly bidrar med sitt arbete till fred och säkerhet genom forskning och kunskapspridning bla för att förbättra för ukrainska kvinnors liv både i Ukraina och Sverige.

JAKOB CARLANDER

Chefens svåraste samtal

Det finns en liten grupp medarbetare som både tillskriver chefen makt men som samtidigt berövar chefen all makt och manövertrymme. Den här föreläsningen erbjuder stöd, praktiska råd och strategier för att hantera de mest utmanande samtalen med medarbetare – situationer där konflikter, kritik och missnöje riskerar att undergräva både arbetsmiljö och verksamhetens mål.

EMMA SPAK

NSPL nationell samordning och planering

Emma är läkare och sedan oktober 2025 chef för ett nytt uppdrag i Sverige; Nationell samverkan och planering, NSPL, som ska vara en gemensam samverkansresurs för Sveriges regioner. Uppdraget syftar till att stärka Sveriges totalförsvär genom att utveckla och stärka regionernas samlade strategiska och operativa förmåga inför en höjd beredskap och krig.

Emma har med sina många år och breda erfarenhet inom svensk hälso- och sjukvård bra förutsättningar för att leda ett komplext strategiskt arbete där hennes roll blir central i att hitta balansen mellan krisberedskapens krav och världens befintliga utmaningar.

CHARLOTTE SIGNAHL

Skiträdd, oklok och skör som en tulipanaros!

På sitt alldeles egna och underbara sätt ska Charlotte få avsluta Studiedagarna om utmaningarna med att vara ledare och människa. Vi ska alla vara modiga, kloka och hållbara men innerst inne är vi ofta skiträdda, okloka och sköra. Inte nog med att vi ska klara av ledningsgruppsmöten, vi ska även vara medmänniskor, reflekterande förebilder och hålla budgeten, allt detta gäller varje månad. På tisdagar ska vi dessutom... Föreläsningen utgår från ACT metoden och innehåller verktyg för att stärka dig som ledare.