

CYBERNAUTERNES KATALOG 2026



CYBERNAUTERNE

OM CYBERNAUTERNE

Cybernauterne er et kooperativ, der arbejder med digital forståelse, internetkultur og cybersikkerhed – og vi kan formidle vores viden til alle, der er interesserede.



Cybernauterne er opstået gennem en fælles kærlighed til teknologi og kritisk tilgang til den digitale udvikling. Vi er specialiseret i at formidle til folk, der ikke er it-nørder eller har specielle tekniske færdigheder. Vi deler gerne ud af vores ekspertise og tilbyder foredrag, undervisning og rådgivning om en bred palette af emner i den digitale verden.

Web ↗ cybernauterne.dk

Insta ↗ [@cybernauterne](https://www.instagram.com/cybernauterne)

TikTok ↗ [@cybernauterne](https://www.tiktok.com/@cybernauterne)

Podcast ↗ [Cybernormer](#)

Mail ↗ kontakt@cybernauterne.dk

INDHOLD

- 1 Om vores tilbud
- 2 Børn og unges digitale liv
- 3 “Kunstig intelligens” & algoritmer
- 4 Internetkultur & sociale medier
- 5 Tech & demokrati
- 6 Ekstremisme & konspirationsteorier
- 7 Cybersikkerhed & digitalt selvforsvar
- 8 Priser & tilbud

1

OM VORES
TILBUD

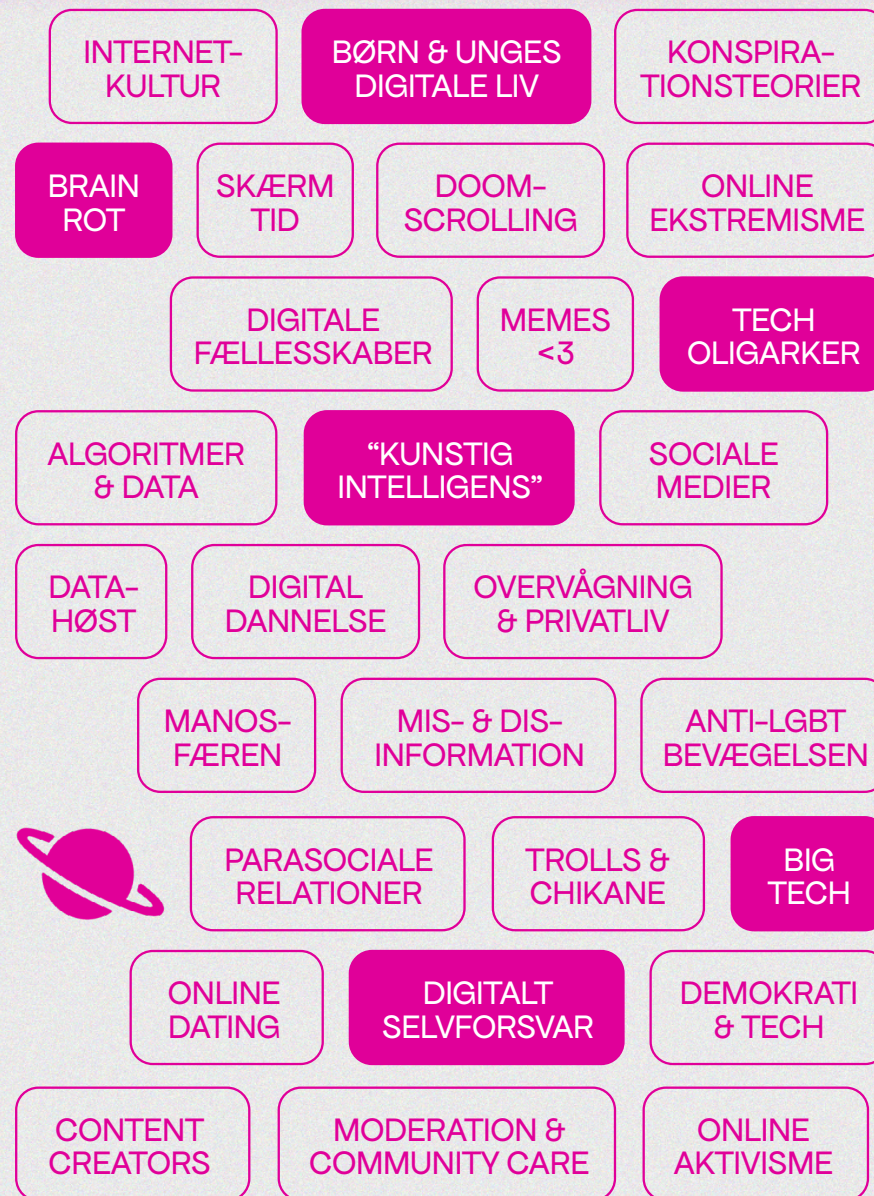
Vores fælles virkelighed bliver mere og mere digital, udviklingen går stærkt, og det kan være svært at følge med. Cybernauterne formidler viden om den digitale udvikling i øjenhøjde og møder publikum, hvor de er.

Vi har holdt foredrag, workshops og faciliteret samtaler for mange forskellige aldersgrupper og professioner; ngo'er, politikere, journalister på mediehuse, aktivister, lærere, skoleelever, forældre, fagpersonale og pensionister. Der er aldrig dumme spørgsmål og vi sørger generelt for at deltagerne bliver inddraget og får mulighed for at dele deres tanker og viden.

Dette katalog er en oversigt over de emner, vi beskæftiger os med i løbet af 2026. Alle foredrag og workshops kan tilpasses efter tids- og formatmæssige ønsker.

Brænder du inde med et meget specifikt emne eller vinkel, som du ikke ser i kataloget? Vi kan helt sikkert hjælpe dig alligevel! Se eksempler på vores ekspertområder til højre, men vores viden spænder meget bredere end dét.

Send os en mail på kontakt@cybernauterne.dk med din forespørgsel, så laver vi et tilbud til dig.



BØRN OG UNGES DIGITALE LIV

Er skærmen roden til alt ondt? Skal sociale medier forbydes? Og hvorfor bruger de egentlig så meget tid på telefonen? I Cybernauterne er vi meget interesserede i hvad børn og unge laver online, og bruger meget tid på at snakke med dem om det. I dette foredrag præsenterer vi den nyeste research og forsøger at nuancere debatten om børn og unges digitale liv.

UNDERVISNINGSFORLØB FOR 6.-8. KLASSE
& DERES FORÆLDRE

Dette undervisningsforløb er udviklet i samarbejde med SSP over flere år og har været udbudt til skoler i KBH NV og KBH N. Forløbet indeholder både en foredrags- og workshopdag for eleverne og et foredrag og samtale-facilitering for forældrene.

- Vi anbefaler at købe begge foredrag for at få mest muligt ud af forløbet.
- Undervisningsforløbet kræver 1 undervisningsdag og aften + forberedelse.
- Læs mere om de to forskellige foredrag herunder.
- Kontakt os for detaljer vedr. planlægning.

HAR DU TALT MED DINE FORÆLDRE
OM INTERNETTET I DAG

Det er vigtigt, at børn og unge, ved hvilke ubehagelige oplevelser de kan blive udsat for på nettet, og hvordan de skal håndteres, *inden* det er for sent. I dette foredrag fortæller vi om emner som catfishing, ulovlig billeddeling og afpresning og fortæller eleverne om deres rettigheder, og hvorfor det er vigtigt at kunne tale med sine forældre.

- Tilegnet 6.-8. klassesetrin.
- Kan målrettes andre klassesetrin, hvis det ønskes.

HAR DU TALT MED DIT BARN
OM INTERNETTET I DAG?

Hvordan starter man samtalen? I dette foredrag fortæller vi om vigtigheden af at interessere sig oprigtigt og videregive beskeder fra unge om, hvad de ville ønske deres forældre vidste og forstår. Forældrene får mulighed for at vidensdele med hinanden og går fra arrangementet med idéer til, hvordan de kan skabe et fortroligt rum for deres børn og spørge på en måde, der ikke er irriterende.



HVEM PÅVIRKER DIG? (FOR UNGE)

Unge i Danmark får størstedelen af deres nyheder fra sociale medier, og især gennem de indholdsskabere og influencere, de følger. Det er både sjovt og underholdende, men også et felt fyldt med misinformation, scams og skadelige krops- og kønsidealer.

I dette kombinerede foredrag og workshop gennemgår vi de mest almindelige former for scams, unge udsættes for af influencere, og sætter dem til at lære tips og tricks til at genkende dem. Med fokus på kildekritik og hvordan man finder troværdig information, sættes eleverne til at researche de content creators, de ser. Formatet kan både laves for klasser eller årgange samlet, eller inddeles i grupper baseret på køn, da drenge og piger møder meget forskellige typer igennem de sociale mediers algoritmer.

→ Anbefales fra 7. klasse og op.

ONLINE KØNSIDEALER (FOR UNGE)

Giga Chad, looksmxing, tradwives og clean girl æstetikken... Hvor tidligere generationer af unges køns- og kropsidealer blev præget af reklamer i magasiner og indhold på TV, er det nu i højere grad influencere, memes og trends på sociale medier, der informerer idealer for, hvordan unge opfører sig og ser ud. Til dette oplæg og workshop gennemgår vi trends og memes, hvem der tjener penge på dem, og hvordan man som ung kan gå kritisk til de trends, man ser på sociale medier.

HVAD ER EN MAND I 2026? (FOR UNGE DRENGE)

Det hypermaskuline ideal trives på sociale medier, hvor fitness influencere og mandeguruer i Andrew Tate-stil lærer unge drenge om alt fra hustlerøkonomi og hvordan man scorer kvinder, til hvordan man sidder på en stol som en rigtig mand. Denne type indhold skaber problemer i klasseværelset, og vi er tit i kontakt med fortvivlede lærere eller fagpersoner, der ikke ved hvordan de skal tage snakken.

Cybernauterne har et hold af unge mænd, der selv har været en tur omkring manoscærens kaninhul. De kender jargonen og kan tage samtalerne i øjenhøjde med de unge drenge. I dette format kommer de ud og afholder en workshop og snak med drenge på jeres skole, klub eller fritidstilbud, om hvordan disse idealer kan forme negative selvbilleder og stereotyper om både mænd og kvinder, og hvordan man finder en mere balanceret indgang til sin selvforståelse som ung mand.



3

“KUNSTIG INTELLIGENS” & ALGORITMER

AI ER FREMTIDEN?

“Kunstig intelligens er fremtiden!” eller er det? I dette specielle format finder vi ud af, hvordan vi nåede her til, hvordan Elon Musks og andre tech-oligarkers planer om fremtiden og koloniseringen af Mars hænger sammen med denne udvikling, og hvordan planerne om fremtiden har mange konsekvenser for menneskeligheden i nutiden.

DERFOR SKAL DU BOYCOTTE “AI”

Har du brug for et overblik over, hvorfor “kunstig intelligens” er dårligt? I dette foredrag får du at vide hvad “AI” er og ikke er og hvilke konsekvenser hypen omkring det har for jorden, samfundet, demokratiet og de menneskelige relationer. Der er flere grunde til at boykotte, end du tror!

ALGORITMERNES MAGT

Hvad er en algoritme? Og hvordan påvirker de os egentlig på sociale medier? I dette oplæg dykker vi ned i hvordan en algoritme i virkeligheden opererer, hvordan Big Tech bruger data om os til at fastholde os på sociale medier, og hvordan det kan være skadeligt. For selvom din algoritme måske viser dig søde kattevideoer, så har en ny undersøgelse vist at både TikTok og YouTube anbefaler manofæriske indhold til dig hvis du er en mand – helt ned til 2 minutter efter du har oprettet din profil. Algoritmer styrer nemlig i hvad der vises på de sociale medier, men også i høj grad hvad, der får lov at blive. Og alt dette har en masse bias indbygget i sig.



4

INTERNETKULTUR & SOCIALE MEDIER

SEIZE THE MEMES OF PRODUCTION



Memes er overalt online og alle elsker dem. Memes kan være sande, sjove, cringe, grove, politiske — men vigtigst af alt er at de er relaterbare. Til dette foredrag kigger vi nærmere på memets historie, anatomi og forskellige former for memes. Vi dykker ned i satirens verden og hvordan memekultur hænger sammen med systemkritik og politisk aktivisme. Foredraget slutter med en workshop, hvor deltagerne lærer at producere deres egne memes.

FARVEL TIL BIG TECH

Silicon Valleys tech-milliardærer er efterhånden blevet upopulære blandt både politikere og befolkningen i Europa. Hvad end det drejer sig om datasikkerhed, politisk bias, at de ikke lever op til lovgivningen og bedriver monopoler, er rigtig mange trætte af Meta, Twitter, Google og Microsoft.

Men hvor skal vi så gå hen? Der findes et hav af alternativer derude, men det kan være svært at navigere i. Til dette foredrag kan du få hjælp fra Cybernauterne, der deler ud af praktiske guides og viden om hvordan man siger farvel til Big Tech og hjælper med en realistisk flytteplan, hvad end det er Spotify eller Microsoft, man er træt af.

FANKULTUR & PARASOCIALE RELATIONER

Swifties, der sender dødstrusler. Star Wars fans der gør oprør mod “woke” casting. Siden 90’ernes boybands har intens fandyrkelse været en del af popkulturen, men sociale medier og online fora har intensiveret fankulturen til indimellem usunde højder.

Til dette foredrag ser vi på den digitale fankultur, når den samler, men også når den splitter. Vi undersøger følgeres parasociale relationer med influencere, giftige og ekskluderende fankulturer og hvordan underholdningsindustriens opdyrkning af fanidentiteter på nettet kan løbe løbsk.

5

TECH & DEMOKRATI

TECH OLIGARKERNE ER HER

Hvem er tech oligarkerne, hvilket samfund er de ved at opbygge, og hvorfor er de alle tilsyneladende så fascinerede af sci-fi romaner? Elon Musk, Larry Ellison, Peter Thiel, Mark Zuckerberg og Jeff Bezos har både milliarder i formue, og en hidtil uset global magt, fordi deres virksomheder leverer infrastruktur til erhvervssektorer, uddannelsessystemer, sundhedssektorer og militær verden over. Teknofeudalisme, kalder den græske filosof Yannis Varoufakis det system de er ved at opbygge, hvor vi alle er daglejere i deres cloudimperier.

AKTIVISME PÅ SOCIALE MEDIER

Er du nysgerrig på hvordan du skal være aktivistisk på sociale medier? I dette foredrag gennemgår vi forskellige strategier, man kan bruge til at være aktivistisk online. Vi lærer dig, hvordan du passer på dig selv, hvordan du skal håndtere modstandere og trolls og viser dig, hvordan du kan spotte og tackle deres strategier. Vi deler både vores personlige erfaringer og erfaringer fra andre, vi har rådgivet og undervist.

MIS- OG DISINFORMATION I DEN DIGITALE TIDSALDER

Hvilken rolle spiller kunstig intelligens og sociale medier? Og hvad kan vi gøre for at modstå det postfaktuelle samfund? I dette foredrag dykker vi ned i, hvad det betyder for vores medielandskab og demokrati, at vi i stigende grad udsættes for digital misinformation.

TROLDE, CHIKANE OG DIGITALT SELVFORSVAR



Sociale medier giver mulighed for at engagere sig i den offentlige samtale uden om nyhedsmedierne og nå et stort publikum. Men som offentlig debattør risikerer man også at blive udsat for troldeangreb, chikane og andre digitale trusler. Til dette foredrag/workshop gennemgår vi troldearsenalet, og giver praktiske redskaber til, hvordan man praktisk kan beskytte sig imod det. Vi har afholdt workshops i digitalt selvforsvar for både politisk aktive, forskere, journalister og social media redaktører, og kan tilpasse indholdet til at fokusere på både hvordan man beskytter sig selv, sine ansatte, fagfæller eller kommentarspor på sociale medier.

6

EKSTREMISME & KONSPIRATIONSTEORIER

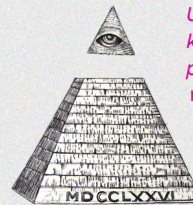
MANOSFÆREN I DANMARK OG INTERNATIONALT

Måske har du hørt om influenceren Andrew Tate eller incel-bevægelsen? De er aktører i et større digitalt fænomen, der kaldes *manosfæren*. Manosfæren er de digitale rum, hvor mænd mødes og diskuterer køn og maskulinitet – og modsætter sig feminismen og moderne ligestilling, som de synes, er gået for vidt. Cybernauterne har fulgt manosfæren i Danmark og internationalt siden 2006, og lavede i 2025 en større kortlægning af den danske manosfære. I dette foredrag deler vi gavmildt ud af vores ekspertviden på området.

ALT-RIGHT PIPELINE: SÅDAN RADIKALISERER HØJREEKSTREMISTER PÅ NETTET

Nynazistiske og højreekstreme grupper rekrutterer ikke længere på gaden, men via online spil som Roblox og CS Go, eller gennem humoristiske videoer og memes på YouTube og TikTok. Vi gennemgår hvordan den såkaldte "alt-right pipeline" fungerer, og hvad der skal til for at de – hovedsageligt – unge mænd, der fanges i dens net, kommer ud igen.

KONSPIRATIONSTEORIERNES ÆRA



Undrer du dig over vaccine-skeptikere, flat-earthers, QAnon og illuminati? Eller kender du nogen, der under corona-krisen begyndte at dele konspirationsteorier på sociale medier? I Cybernauterne holder vi øje med udviklingen i konspiration-miljøerne både herhjemme og i udlandet. Vi tilbyder en lang række foredrag om fænomener som antisemitiske konspirationer, QAnon-bevægelsen, coronaskeptikere og UFO'er.

→ Vi tilpasser foredraget til målgruppen.

→ Kan også laves som en engagerende undervisningsaktivitet i fx udskoling og ungdomsuddannelser.

ANTI-LGBT BEVÆGELSEN I DANMARK OG INTERNATIONALT

Hvorfor snakker politikere, nyhedsmedier og folk på internettet hele tiden om transpersoner i sport eller juridisk kønsskifte for børn? Anti-gender og anti-LGBT bevægelsen er et internationalt fænomen, hvis konsekvenser tilbageruller LGBT-retigheder i lande som Polen, England og USA, og gør det ultimativt sværere og farligere at være transperson i hele verden. I dette foredrag kigger vi nærmere på hvor anti-LGBT og anti-gender bevægelserne kommer fra, præsenterer deres subtile og taktiske måder at sprede ideologer på ("hundefløjter"), og ser hvordan bevægelsen flygter sig fra internethære til de store statsmagter.

7 CYBERSIKKERHED & DIGITALT SELVFORSVAR

CYBERSIKKERHED: SÅDAN PASSER DU PÅ DIG SELV ONLINE

Vil du lære hvordan du forsvarer dig selv på nettet mod phishing, hacking og hvordan generelt får bedre IT-sikkerhedspraksisser? I dette kombinerede foredrag og workshop får du konkret viden om hvordan hackere og phishere opererer, hvordan du bedst beskytter dig mod digitale angreb, og hvordan du skaber de bedste forudsætninger for at beskytte dig selv digitalt. Alle kan være med, og du behøver ikke have nogen viden om IT-sikkerhed inden, da du får en grundig og praktisk grundviden.

ONLINE DATING: SÅDAN PASSER DU PÅ DIG SELV ONLINE

Hvordan navigerer man i catfishes, røde flag i profilttekster og privatliv på hookup apps? Til dette foredrag gennemgår vi online dating apps historik og udvikling, hvordan de påvirker vores datingliv, og hvordan man kan få en sjovere og mere sikker oplevelse på dem.

COMMUNITY CARE: SÅDAN PASSER DU PÅ DIT ONLINE FÆLLESSKAB

Vi hører meget om den hårde tone online, men der findes også mange konstruktive, positive og hjælpsomme digitale fællesskaber. Nøglen ligger i at sætte en god ramme, moderere og invitere folk ind på en konstruktiv måde. I denne workshop gennemgår vi en række praktiske redskaber til at moderere alt fra Facebook-grupper til Discord-servere, hvordan man laver gode retningslinjer og introducerer også til alternativer til Big Tech.

8 PRISER & TILBUD

I Cybernauterne arbejder vi med sliding scale priser, hvor vi skelner mellem små og store organisationer, derfor vil vi bede dig kontakte os for tilbud, offentlige foredrag og større seminarer eller opgaver. Herunder kan du se hvad de forskellige tilbud indebærer. Priserne er ex. moms.

FOREDRAG	30-60 min	DKK 6000
FOREDRAG + WORKSHOP	1,5-3 timer	KONTAKT
HELDAGSSEMINAR	7 timer	KONTAKT
KONSULENTARBEJDE	pr. time	DKK 1200

Vi målretter altid vores arbejde efter om deltagerne er ansatte i en organisation, er skoleelever, pensionister, nysgerrige eller har brug for praktiske værktøjer.

Transportomkostninger udenfor København dækkes af kunden.

Web ↗ cybernauterne.dk
Insta ↗ [@cybernauterne](https://www.instagram.com/cybernauterne)
TikTok ↗ [@cybernauterne](https://www.tiktok.com/@cybernauterne)
Podcast ↗ [Cybernauterne](https://www.cybernauterne.dk/podcast)
Mail ↗ kontakt@cybernauterne.dk

SEND MAIL