

# ALLMÄN KURS med PULS

10/1 - 8/6 -- 16/8 - 20/12 2023

**PULS är en av våra inriktningar och Du väljer själv om du vill gå en eller flera terminer.**

## Utbildningen vänder sig till dig som

- kanske har haft svårt att få tidigare skolgång att fungera men som nu känner att du vill ge studier en ny chans
- vill stärka din känsla av att vara delaktig i en grupp såväl som i samhället
- inte vill läsa traditionella skolämnen på heltid



## Utbildningens övergripande mål är att

- deltagaren utvecklas och växer på ett personligt plan bland annat genom nya upplevelser och utbyte med andra deltagare.
- deltagaren hittar rutiner, verktyg och motivation som främjar studier och hälsa

medlefors





## Innehåll

50 % av tiden är PULS-lektioner. Då arbetar vi bland annat med följande områden:

- Matlagning och kost
- Hälsa & friskvård
- Struktur i vardagen
- Träna att uttrycka tankar och åsikter på olika sätt
- Omvärldskunskap - hur du fungerar i samhället och tillsammans med andra
- Hur du får skolan att fungera



Resterande tid i skolan kan man studera andra ämnen till exempel svenska, engelska, matematik, motion, kreativ verkstad, yoga och kör-sång tillsammans med deltagare från andra inriktningar.

