



EN PLATS FÖR LÄRANDE  
EN PLATS FÖR LÄRANDE



# Allmän kurs med PULS

Utbildningen vänder sig till dig som kanske har tidigare utmaningar med skolgången, men nu känner en ny motivation att ge studier en chans. Vi fokuserar också på att stärka din känsla av delaktighet i både grupper och samhället. PULS står för Personlig Utveckling Livsstil. PULS är en del av Allmän kurs.

**Kurslängd:** 18 augusti - 19 december 2025  
12 januari - 5 juni 2026

**Omfattning:** 100%

**Ansökan:** Ansök på [medlefors.se/utbildning](https://medlefors.se/utbildning)

## Vill du veta mer om upplägg och innehåll?

Kontakta vår studie- och yrkesvägledare  
Johanna Larsson, [johanna.larsson@medlefors.se](mailto:johanna.larsson@medlefors.se)  
eller 0910-575 50 / 072-402 74 22

## Ur utbildningens innehåll

- 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

## Övergripande mål

- 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.

## Behörighet som utbildningen kan ge:

- Svenska
- Engelska
- Matematik
- Samhällskunskap

Se alla våra utbildningar på [medlefors.se](https://medlefors.se).



Läs mer och ansök på  
[www.medlefors.se](https://www.medlefors.se)  
eller skanna QR-koden

