

# UNG, ARBETSLÖS OCH SVÅRT ATT KOMMA VIDARE I LIVET? GÖR PRAKTIK I MALMÖ I VÅR!



Känner du att ditt liv saknar en riktning? Har du tappat orken att ta dig upp och hitta motivation för studier eller jobb? Åk med Sundbybergs folkhögskola till Malmö i vår! Vi hjälper dig att komma på fötter och komma vidare i livet.

Genom ESF-projektet MOVES får **du som varken jobbar eller studerar**, är mellan **18-30 år** och boende i **Stockholms län** möjligheten att göra **testa på att bo och praktisera i en ny stad**.

Genom Moves stärks du din tro på dig själv och din förmåga. Du får chansen att träffa nya människor och vara en del av en gemenskap, och du får mycket individuell stöttning från oss som jobbar i projektet för att du ska kunna bryta negativa mönster och hitta ny motivation i livet.

**Målet** är att du ska upptäcka nya drömmar för ditt liv, och att du ska få erfarenheter som gör det lättare för dig att börja plugga eller hitta jobb när projektiden är över.

Att delta i projektet tar ungefär **en termin** och består av:

- ◆ några veckors förberedelser hos oss på folkhögskolan
- ◆ en praktikperiod på ca 7 veckor i Malmö
- ◆ en "framtidshögskola" där du (med dina nya erfarenheter i bagaget) får stöd att ta nästa steg i livet.

**Det kostar ingenting att delta.** Vi betalar för resa, försäkringar, boende och mat under praktikperioden, och om du har ersättning från t.ex. Försörjningsstöd behåller du det under hela projektet.



Du är välkommen att ansöka oavsett vilka behov just du har, men du måste kunna klara av att resa, bo tillsammans med andra, sköta enklare arbetsuppgifter och du får inte ha några drogproblem.

**Låter det som något för dig eller någon du känner?**

**Ring, sms:a eller mejla så får du veta mer!**

**Johanna Hillerbrand Rune (Pedagog)**  
johanna.hillerbrand@sundbyberg.fhsk.se  
076 - 081 63 59

**Nadine Gaib (Projektledare & kurator)**  
nadine.gaib@sundbyberg.fhsk.se  
073-506 21 01

**Gruppstart: mars 2022. Rekrytering sker löpande tills gruppen är full.**