



## Praktisk Arbetslivs Orientering – PRAO

PRAO ger praktisk kunskap om arbetslivet

Genom PRAO så får man som elev en inblick i och en upplevelse av arbetslivet. Det ger bl.a. erfarenheter av olika yrken, arbetsplatser och olika arbetsuppgifter, samt kunskap om olika arbetsmiljöer och det sociala samspelet på en arbetsplats.

Tips inför ditt val av plats

Vilket är ditt favoritämne?

Försök att hitta företag som arbetar inom det området. Tycker du till exempel om trä- och metallslöjd kanske det finns något snickeri i närheten. Gillar du hemkunskap kan en restaurang blir bra och tycker du om teknik så kan du söka PRAO-plats på en elfirma.

Vad tycker du om att göra på fritiden?

Sporta? Baka? Läsa böcker? Gillar du bilar? Tycker du om att vara med barn? Är du intresserad av mode? Är du intresserad av politik? Då kanske en sportaffär, ett kafé, ett bibliotek, en bilverkstad, en förskola, en klädaffär eller riksdagen är något för dig?

Fundera på vilket gymnasieprogram du ska välja eller vad du vill arbeta med

Genom din PRAO kan du få massor av kunskap, inspiration och bra erfarenheter.

Tips på hur du kan hitta en PRAO-plats

Fråga nära och kära

Fråga föräldrar, vänner och personal på skolan. De kan kanske komma med tips på spännande företag.

Nätverka

Tänk efter vilket nätverk du har, din släkt och familj, dina föräldrars vänner och arbetskamrater, dina vänners föräldrar, grannar osv. Kanske kan du göra din PRAO hos någon av dem, eller så har någon av dem en annan bra kontakt eller idé till din PRAO?

Finns det något företag som du är nyfiken på vad de gör?

Finns det någonstans där du skulle vilja sommarjobba/extrajobba?

Ett bra sätt att "få in en fot" på arbetsplatsen kan vara att göra sin PRAO där.

Att tänka på när du kontaktar en arbetsplats

Presentera dig!

Vad du heter, vilken skola du går på och i vilken klass du går. Berätta varför du ringer och varför du vill göra din PRAO just på denna arbetsplats, inom detta yrke. Anteckna allt som bestäms.

## Arbetstider

Du följer arbetstiden som står på praktikkortet. Arbetstiden bör vara ca 6-8 timmar samt en lunchrast.

## Frånvaro

Om du blir sjuk så skall du anmäla detta till både PRAO-platsen och skolan.

## Resor

De som redan har busskort skall använda detta under PRAO-perioden. Övriga elever kan få reseersättning om sträckan är så lång att man behöver ta buss. Eleven lägger ut pengar under tiden och efter PRAO-perioden lämnar man in kvitton tillsammans med ifylld ersättningsblankett som man får av SYV. Man får reseersättning som längst till Kalmar. Titta på [www.klt.se](http://www.klt.se) för info om busstider.

## Lunch

Lunchen äter du på närmsta skola, om det är i Borgholms kommun. Meddela SYV om du behöver specialkost.

Du får ersättning för maten på 40 kronor per dag om det inte finns någon skola inom lämpligt avstånd samt om du gör din PRAO i en annan kommun. En matsättningsblankett skall fyllas i efter din PRAO och lämnas till SYV.

## Försäkring

Skolans ansvars- och olycksförsäkring gäller. Var noga med att följa arbetsplatsens säkerhetsbestämmelser.