



## Tips och råd inför din PRAO

1. Vid behov, ring gärna PRAO-platsen innan.
2. Du skall följa arbetstiderna. Var noga med att komma i tid!
3. Du skall följa arbetsplatsens regler och handledarens anvisningar.
4. Använd inte mobilen under arbetstid/lås in den.
5. Ta egna initiativ, var nyfiken och visa intresse för arbetsuppgifterna, arbetsplatsen och de som jobbar där.
6. Fråga om du till exempel inte vet vad du skall göra, om det är något du inte förstår eller något som verkar svårt.
7. Du som arbetar inom vård och skola har tystnadsplikt, vilket innebär att du inte får berätta om sådant du får se eller veta som kan vara känsligt.
8. Tänk på klädseln. Den skall passa för årstiden, arbetsplatsen och arbetsuppgifterna.
9. Det är viktigt med handhygien om du skall hantera livsmedel på till exempel restaurang eller café.  
Tvätta händerna noga. Ha hela och rena kläder. Sätt upp håret. Använd inte ringar.
10. Gör ditt bästa och lämna ett gott intryck efter dig, det kan öka dina möjligheter att eventuellt få komma dit och jobba senare. Ta vara på din praktiska arbetslivsorientering.
11. Du skall äta lunch enligt anvisningen på Praktik-kortet.
12. PRAO-knappen skall du ha på dig varje dag.
13. Om du blir sjuk skall du stanna hemma. Kontakta både din handledare och skolan. Ring till PRAO-platsen om du blir sen någon dag.
14. Tacka för din PRAO-tid!

LYCKA TILL!