



## PRAO – regler för Kubikskolan

PRAO betyder praktisk arbetslivsorientering. Du kommer att "jobba" på en arbetsplats under en vecka. Det finns många anledningar att göra prao:

### Mål för PRAO (eleven):

- Kunskap i att använda de resurser som finns i skolan och utanför för att finna möjliga yrken och utbildningar.
- Förmåga att analysera och jämföra olika yrken.
- Förmåga att identifiera faktorer, såsom kvalifikationskrav, arbetsförhållanden, etniska och könsmissiga faktorer.
- Förmåga att samarbeta med andra både jämnåriga och äldre.
- Ett positivt förhållande till att ta till sig ett antal förmågor, kunskap och förståelse som är relevant för ett vuxet liv.
- Självförtroende, en känsla av personligt värde, förmåga att gå vidare även vid bakslag och besvikelse.
- Förmåga att genomföra arbetsuppgifter både självständigt och i grupp.

### Innan din praovecka

- Ska du göra din praovecka i restaurangbranschen så är det viktigt att veta att man inte får ha reptildjur hemma, tänk igenom din hygien t.ex. tvätta händerna ofta, välvårdande naglar, uppsatt hår osv.
- Läs igenom "Så får barn och ungdomar arbeta, [www.av.se/publikationer/broschyrer/adi\\_043.aspx](http://www.av.se/publikationer/broschyrer/adi_043.aspx)
- På [www.eniro.se](http://www.eniro.se) kan du t.ex. hitta en vägbeskrivning till företaget.
- Berätta att du ser fram emot praon och fråga om det är något du bör ha med dig eller känna till innan du kommer.

### Under praoveckan

- Första intrycket är mycket viktigt. Presentera dig med ett leende och en stadig hand.
- Respektera verksamheten på arbetsplatsen. Kompisbesök är inte tillåtet.
- Använd sunt förnuft. Var trevlig, intresserad och kom i tid. Ta initiativ till olika arbetsuppgifter så får du en variationsrik och lärorik prao. Skriv ner dina erfarenheter i en dagbok.
- Be om intyget när veckan är slut, där det står vad du har gjort och hur det har gått för dig. Det kan vara bra när du senare vill söka ett sommarjobb.

### Vid sjukdom

- Meddela sjukfrånvaro till arbetsplatsen och ring till skolan.

### Transport och tider

- Kontrollera hur du tar dig till och från din arbetsplats och vilka arbetstider som gäller. Du får inte börja arbeta innan klockan 06.00 och inte sluta senare än klockan 20.00 (max 7 timmar/dag).

### Lunch

- Du ordnar själv din lunch och ingen mat ersättning utgår. Du är naturligtvis välkommen att äta på Kubikskolan om det passar.

### Ingen Lön

- Du får ingen lön för det arbete du gör, PRAO är skolgång!

### Försäkring

- Du är försäkrad genom skolan under prao-tiden. Det är viktigt att du följer arbetsplatsens regler.

### Efter praoveckan

- Skriv ett kort eller ett mejl och tacka för din praotid.

**Lycka till med din PRAO!**