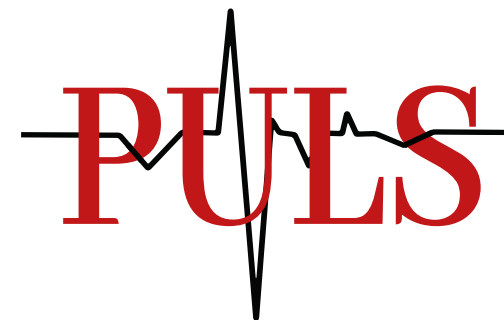




### **VILL DU VETA MER ELLER ANSÖKA?**

Ansök enkelt på [sjusam.se/aktiviteter](https://sjusam.se/aktiviteter) Eller prata med din handläggare så hjälper de dig vidare.

PULS finns i alla kommuner i Sjuhärad. Kontaktuppgifter hittar du på hemsidan.

[sjusam.se/aktivkraft](https://sjusam.se/aktivkraft)

**Ditt liv, din framtid**

**– vi finns här för att stötta dig hela vägen.**

### **EXTRA STÖD NÄR DU VILL HITTA KRAFTEN FRAMÅT**



För unga vuxna 20-30 år med funktionsnedsättning som vill få stöd att ta nya steg mot arbete, studier och framtid.



## **DITT NÄSTA STEG BÖRJAR HÄR**

Känns det som att du har fastnat? Misslyckanden och motgångar kan göra att vem som helst tappar tron på sig själv och sin framtid.

PULS-modellen är ett utökat stöd inom Aktiv Kraft för att ge dig en ny chans. Här får du tid, stöd och vägledning för att hitta din egen väg – i din takt.

Vi som ger stödet ser inte hinder – vi ser möjligheter.

## **VAD DU FÅR I PULS**

I PULS får du ett personligt stöd som hjälper dig att växa, våga och tro på dig själv igen. Hos oss kan du:

- Få en egen handläggare som stöttar dig hela vägen
- Utforska möjligheter till studier genom studiebesök eller prova-på
- Träna på rutiner, ansvar och utveckla självkänsla
- Få samtal och vägledning som stärker ditt mod och din motivation
- Testa på arbetsträning, praktik och jobbskuggning

Du behöver inte känna dig ensam – du och din handledare gör resan tillsammans

## **HUR DET FUNGERAR**

- Tiden i PULS kan vara upp till 12 månader, utefter den tid du behöver.
- Vi gör en plan tillsammans med dig – utifrån dina mål och drömmar.
- Du har samma kontaktperson hela tiden som följer dig och peppar dig framåt.
- Vi jobbar steg för steg – små framgångar leder till stora förändringar.

## **VEM ÄR PULS TILL FÖR?**

PULS finns för unga vuxna (20–30 år) med funktionsnedsättning som behöver mer tid och stöd för att ta sig vidare i livet.

Du kanske har försökt förut utan att det blivit som du tänkt – här får du en ny möjlighet, i en trygg miljö, där vi ser dig och dina styrkor.

