

# Moves

**Moves** skapar möjligheter för unga kvinnor och män att få erfarenheter från arbetslivet i Sverige och utomlands. Erfarenheten stärker deltagarnas självkänsla och underlättar en etablering i arbetslivet, ökar motivationen till studier och förebygger utanförskap.

Moves drivs av Sjuhärads samordningsförbund och är ett nationellt projekt finansierat av ESF.



## Upplägg av insatsen:

- **Fas 1 (27/8 - 30/10)**, innefattar aktiviteter enskilt samt i grupp med inslag av coaching, arbetsträning, språkträning, interkulturell träning samt annan relevant förberedelse inför resan.
- **Fas 2 (2/11 - 11/12)**, innefattar praktik utomlands. Varierande utbud av praktikplatser som är anpassade efter individens behov.
- **Fas 3 14/12 - 31/12)**, innefattar summering och avslut med berörda parter.

## Omfattning:

Aktiviteter upp till heltid med viss anpassning efter individens förutsättningar. 10 deltagare per grupp.

*Aktivitetserna genomförs i stor utsträckning på Fristad folkhögskola.*

## Målgrupp:

Moves rekommenderas för kvinnor och män i åldern 18-30 år som är i behov av samordnat stöd för att närma sig eller komma ut på arbetsmarknaden alternativt börja studera. Främst riktar sig programmet till personer med potential och vilja till förändring, men där bristande självförtroende, initiativförmåga och handlingskraft hindrar nästa steg.

## För mer information:

Kontaktpersoner

Malin Karlsson, malin.karlsson@sjusam.se

Telefon: 073 - 140 27 64

Mikael Törnqvist, mikael.tornqvist@sjusam.se

Telefon: 073 - 200 33 72

*”Jag hade inga framtidsplaner alls, trodde aldrig jag skulle klara av någonting eftersom jag var sjukskriven ett år och jag såg inte ljus på framtiden. Men nu har jag tagit steget och flyttat och fått ett arbete jag stortrivs med! Är så tacksam över att jag fått göra denna resa, nu vet jag att jag också kan!”*

Deltagare utlandspraktik

**Nästa info- och rekryteringsträff:  
2/6 kl. 10.30  
Fristad Folkhögskola**