



Härnösands  
kommun

# Lärvux Härnösand

Kurskatalog 2023-2024





# Komvux som anpassad utbildning – Lärvux

Lärvux är till för dig som har en intellektuell funktionsnedsättning (IF) eller en förvärvad hjärnskada.

Om du hör till någon av grupperna och är mer än 20 år kan du söka till Lärvux.

## Att läsa på Lärvux

Du och din lärare planerar dina studier tillsammans.

Du läser dina kurser i mindre grupper.

Du kan också läsa en kurs individuellt.

Kurserna du läser ska ge dig kunskaper du behöver för att bättre klara av ditt arbete, ditt boende eller din fritid.

Att läsa på Lärvux kostar ingenting.

## STUDIE- OCH YRKESVÄGLEDARE



**Anna Åsard**

0611-34 86 36

anna.asard@harnosand.se

## REKTOR



**Ameli Engström**

0611-34 85 44

ameli.engstrom@harnosand.se

## SPECIALPEDAGOGER



**Thomas Bergfors**

073-275 40 56

thomas.bergfors@harnosand.se



**Olof Skyttner**

070-251 01 25

olof.skyttner@harnosand.se



**Eva Forsell**

070-295 57 37

eva.forsell@harnosand.se



**Ing-Marie Boström Svensson**

073-460 29 12

ing-marie.bostrom@harnosand.se



## Nyheter – vad har hänt?

För dig som vill...

- » diskutera aktuella frågor i samhället



## Sex och samlevnad

För dig som vill...

- » lära dig mer om sex och relationer
- » lära dig mer om preventivmedel
- » diskutera känslor
- » diskutera samtycke



## Livsfrågor

För dig som vill...

- » diskutera livsfrågor som har betydelse för dig
- » prata om kamratskap, vänskap och relationer
- » prata om demokrati och alla människors lika värde
- » veta mer om lagar och regler



## Pengar/ekonomi

För dig som vill...

- » kunna använda matematik i vardagen
- » bli bättre på att hantera din ekonomi







## Kropp och hälsa

För dig som vill...

- » veta mer om vad som får dig att må bra
- » veta mer om hur kroppen fungerar
- » lära dig om motion och olika sätt att röra sig



## Service och bemötande

För dig som vill...

- » veta hur det fungerar på en arbetsplats
- » veta vad en bra arbetsmiljö är
- » veta hur du blir en bra arbetskamrat



## Trafikantkunskap

För dig som vill...

- » lära dig om trafikregler
- » lära dig om säkerhet i trafiken



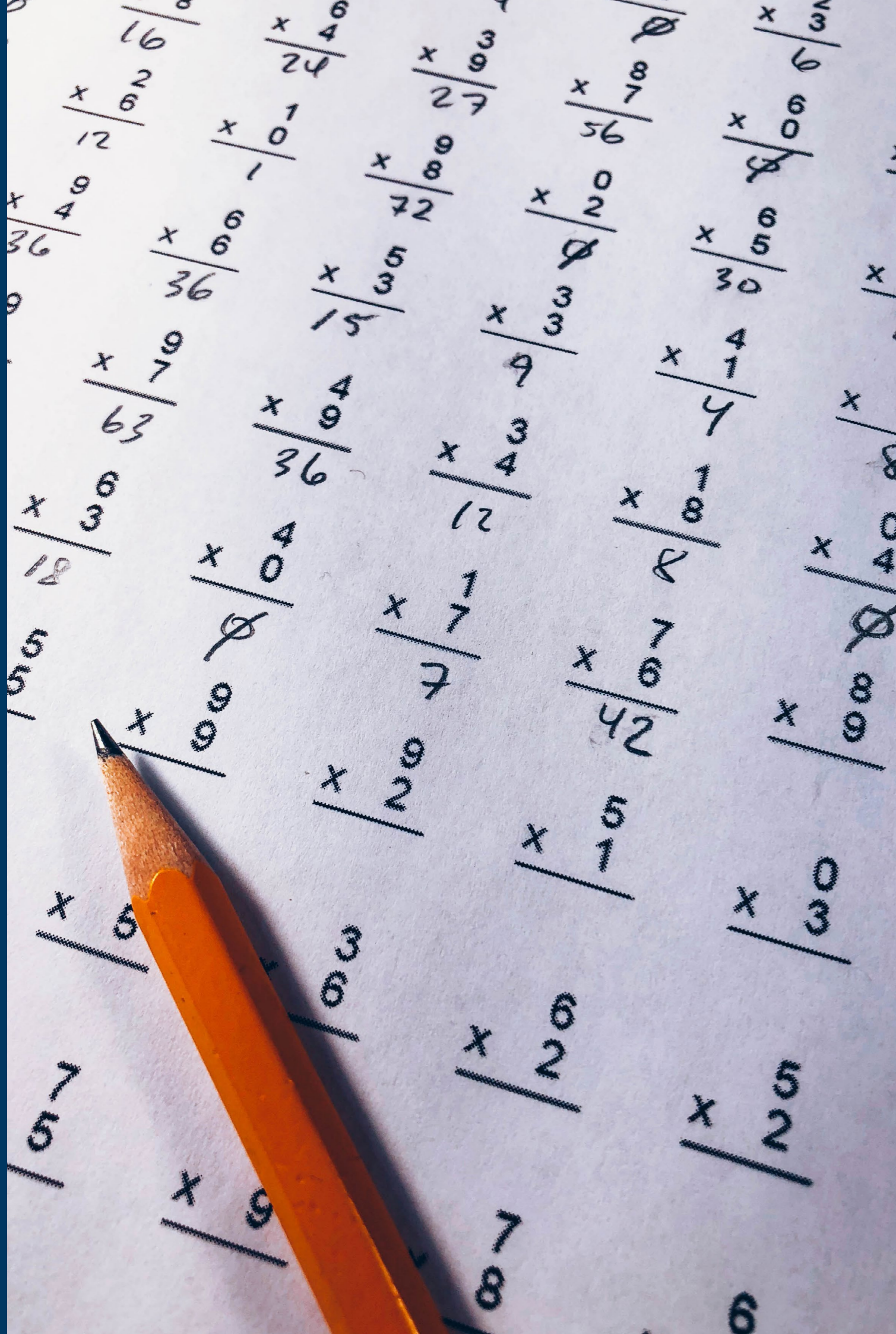
## Hemkunskap

För dig som vill...

- » lära dig laga mat
- » veta mer om hur mat och hälsa hänger ihop
- » lära dig om hygien i köket







## Engelska



För dig som vill...

- » bli bättre på att prata engelska
- » kunna läsa och förstå engelska
- » lära dig mer om hur det är i länder där man pratar engelska

## Matematik



För dig som vill...

- » använda matematik i vardagen
- » bli bättre på att lösa matematikproblem
- » kunna använda matematiska ord och begrepp

## Svenska



För dig som vill...

- » läsa texter och diskutera dem
- » öva på att skriva olika slags texter
- » öva på att uttrycka dig muntligt i olika sammanhang

## Svenska som andraspråk



För dig som har ett annat modersmål än svenska

För dig som vill...

- » läsa texter och diskutera dem
- » öva på att skriva olika slags texter
- » öva på att uttrycka dig muntligt i olika sammanhang





## Människokroppen

För dig som vill...

- » lära dig om hur kroppen fungerar
- » lära dig om dina sinnen



## Djur och natur

För dig som vill...

- » lära dig om växter och djur
- » lära dig om mer om årstider, väder och klimat
- » lära dig om kretslopp i naturen



## Geografi i din närhet

För dig som vill...

- » lära dig om din närmiljö
- » lära dig mer om platser som har betydelse för dig



## Härnösands historia

För dig som vill...

- » lära dig mer om Härnösand
- » veta mer om Härnösands traditioner, hur det var förr i tiden







## Tecken som stöd

För dig som vill...

- » lära dig använda tecken som stöd
- » använda tecken för att kommunicera



## Boktipset

För dig som vill...

- » läsa böcker tillsammans med andra
- » diskutera böcker och delta i samtal om böcker



## Berättande

För dig som vill...

- » använda din fantasi
- » berätta egna historier
- » använda bilder och digitala verktyg för att berätta en historia



## Läsa och skriva

För dig som vill...

- » lära dig att läsa, skriva och förstå olika texter
- » läsa böcker av olika författare
- » läsa nyheter och recept
- » använda digitala verktyg när du läser och skriver







## Pengars användning

För dig som vill...

- » lära dig använda pengar
- » lära dig räkna med sedlar och mynt
- » kunna använda matematik i vardagen



## Kommunikation

För dig som vill...

- » lära dig mer om att samspela med andra
- » lära dig mer om att samtala med andra
- » prova på att använda stödtecken
- » kommunicera med till exempel bilder och symboler



## Digitala verktyg

För dig som vill...

- » lära dig mer digitala verktyg, till exempel läsplattor och mobiltelefon
- » lära dig om att söka information







## Fysik

För dig som vill...

- » veta mer om energi och miljö
- » kunna mer om elektricitet
- » lära dig mer om väder, solen och stjärnor



## Biologi

För dig som vill...

- » lära dig mer om djur och natur
- » lära dig om miljö och miljöfrågor
- » lära dig om människokroppen
- » lära dig om hälsofrågor



## Kemi

För dig som vill...

- » veta mer om vatten, luft och andra ämnen i naturen
- » lära dig hur du använder kemiska ämnen hemma



## Teknik

För dig som vill...

- » bygga olika konstruktioner, till exempel drakar och modellbilar
- » veta mer om tekniska föremål, till exempel bilar, cyklar och kylskåp
- » lära dig om hur man tillverkar tekniska föremål







## Historia

För dig som vill...

- » lära dig om hur det var förr i tiden
- » lära dig om viktiga personer i historien



## Samhällskunskap

För dig som vill...

- » veta hur Sverige styrs
- » lära dig mer om lagar och regler i Sverige
- » lära dig om mänskliga rättigheter
- » diskutera aktuella ämnen



## Religion

För dig som vill...

- » lära dig mer om olika religioner
- » diskutera livsfrågor
- » diskutera hur religioner påverkar människor och samhällen



## Geografi

För dig som vill...

- » lära dig om olika länder och platser i världen
- » lära dig om hur det är på olika platser
- » lära dig om naturfenomen som jordbävningar och vulkaner





## Vill du läsa något annat?

Det finns fler kurser att söka.

Du kan hitta alla kurser som finns att läsa på Härnösands kommuns hemsida under rubriken *Fler utbildningar*:

[harnosand.se/larvux](https://harnosand.se/larvux)

Om du vill ha hjälp med att hitta en kurs, hör av dig till Lärvox!

## Ansökan

Du söker till kurser på blanketten som finns löst i katalogen.

Du kan också hämta en blankett på Lärvox eller skriva ut en blankett från kommunens hemsida.

[harnosand.se/larvux](https://harnosand.se/larvux)

## Om du har frågor

Hör av dig till Lärvox

0611 – 34 85 33



Härnösands  
kommun