

# En bok om arbete



---

© 2023 FDUV r.f.

**Författare:** Melanie Shametaj, Erika Backman

**Lättläst språkgranskning:** LL-center

**Bearbetning av text till lättläst:** Leif Pietilä

**Layout och illustrationer:** Studio Strandman

**ISBN:** 978-952-7099-51-3

# En bok om arbete



# Innehåll

---

Inledning .....	2
Det finns olika sätt att arbeta .....	4
Uppgifter .....	13
Skillnaden mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet .....	18
Uppgifter .....	23
Hjälp med att hitta lönearbeten .....	28
Uppgifter .....	34
Mål för framtiden .....	40
Uppgifter .....	45
Stöd och service .....	52
Uppgifter .....	60
Om boken .....	65
Ordlista .....	67



# Inledning

---

Den här boken är till för dig som vill lära dig mer om arbete och sysselsättning. Du är kanske intresserad av lönearbete. Eller så vill du veta mer om sysselsättning på ett arbetscenter.

Du kan läsa alla kapitel i boken, om du vill, eller så kan du läsa bara det som intresserar dig.

I boken finns också uppgifter som du kan göra. Uppgifterna hjälper dig fundera på vad arbete betyder för dig och på hurdant arbete du själv vill ha i framtiden. Du kan göra uppgifterna själv eller tillsammans med andra.

I slutet av boken finns en ordlista. I ordlistan finns korta förklaringar till ord som används i boken.

Den här boken är till nytta för alla som vill ha hjälp med att hitta, få eller behålla ett arbete. I den här boken använder vi ofta ordet intellektuell funktionsnedsättning, men boken är också avsedd för andra personer som behöver stöd.



# Det finns olika sätt att arbeta

---

Det här kapitlet handlar om olika former av arbete. Här kan du kan läsa till exempel om lönearbete, arbetsverksamhet och arbetsersättning.

Alla har rätt att arbeta. I FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning står det att alla ska ha rätt till arbete. Det betyder att personer med funktionsnedsättning har rätt att få stöd för att hitta och få arbete.

Många personer med funktionsnedsättning vill ha ett arbete, men det kan ändå vara svårt att få arbete.

Det kan bero på olika saker, till exempel på att:

- man inte får hjälp med att hitta ett arbete
- arbetsgivare inte vet att personer med funktionsnedsättning vill och kan arbeta
- arbetsuppgifterna inte är anpassade för en person med funktionsnedsättning.

## Det är viktigt att du lär dig mer om arbete

Det är viktigt att du lär dig mer om arbete av olika slag. När du vet mer om hur olika arbeten fungerar är det lättare att veta vilket arbete som passar just dig.

Det är också viktigt att du lär dig vad olika ord betyder, så att du kan vara tydlig när du pratar om arbete.

Det är också lättare för dig att planera hurdant arbete du vill söka om du vet hur det fungerar att ha ett arbete.

## Vad är lönearbete?

Lönearbete betyder att den som arbetar får pengar, alltså lön. När du har ett lönearbete, är du **anställd** och är en **arbetstagare**.



Den som ger dig arbete  
och betalar din lön  
är en **arbetsgivare**.  
Arbetsgivaren kan vara  
ett företag, en organisation  
eller en person.

Du och arbetsgivaren gör ett avtal  
som heter **arbetsavtal**.  
I arbetsavtalet står det  
hur mycket du får i lön  
och vilka arbetsuppgifter  
du ska göra.

Du och arbetsgivaren  
ska följa många **regler**.

Regler som du ska följa:

- göra dina arbetsuppgifter
- göra arbetet under den tid  
som är överenskommen
- följa arbetsgivarens instruktioner.

Regler som arbetsgivaren ska följa:

- betala lön till dig
- se till att det är tryggt  
på arbetsplatsen
- berätta tydligt för dig  
vilka arbetsuppgifter  
du ska göra.

## Vad är arbetsverksamhet?

**Arbetsverksamhet** är sysselsättning för personer med funktionsnedsättning eller för personer som vill träna på arbete.

**Sysselsättning** betyder att man gör olika sorters uppgifter men man är inte i ett lönearbete.

Arbetsverksamheten kan ordnas på ett arbetscenter.

Arbetsverksamhet ordnas till exempel för personer med intellektuell funktionsnedsättning.

När du deltar i arbetsverksamhet är du en **servicetagare**.

På ett arbetscenter finns det handledare som stöder servicetagare.

I arbetsverksamheten deltar du i olika produktiva arbetsuppgifter.

Produktivt arbete betyder att du tillverkar produkter eller gör tjänster som andra har nytta av.

Du kan också göra uppgifter som behövs för att verksamheten på arbetscentret ska fungera.

I arbetsverksamhet kan du till exempel:

- göra hantverk
- packa olika produkter
- filma och banda in program
- hjälpa till på en enhet med att städa eller duka
- göra utarbeten, till exempel att kratta löv.

## Vad är utlokaliserad arbetsverksamhet?

Det finns också **utlokaliserad** arbetsverksamhet.

Ordet **utlokaliserad** betyder att arbetsverksamheten, alltså sysselsättningen flyttats bort från arbetscentret.

Då gör du dina uppgifter på en vanlig arbetsplats.

Det är ändå fråga om arbetsverksamhet, inte om lönearbete.

Den som deltar i utlokaliserad arbetsverksamhet är en servicetagare.

Utlokaliserad arbetsverksamhet kan vara att:

- städa på ett daghem
- sortera varor i en matbutik
- torka bord på ett café.

Om du deltar i utlokaliserad arbetsverksamhet är du inte en arbetstagare som får lön.

Du är en servicetagare som får **arbetsersättning**.

Utlokaliserad arbetsverksamhet ordnas för personer med intellektuell funktionsnedsättning.

Utlokaliserad arbetsverksamhet ordnas för att du ska få öva dig att göra arbetsuppgifter.

Handledare eller arbetstränare stöder dig då du har utlokaliserad arbetsverksamhet.

Utlokaliserad arbetsverksamhet är till för träning, och ska inte pågå under långa perioder.

## Vad är arbetsersättning?

Arbetsersättning är pengar som betalas till servicetagaren, alltså till den som deltar i arbetsverksamhet eller i utlokaliserad arbetsverksamhet.

Arbetsersättningen kan vara olika stor för olika servicetagare.

En del servicetagare får ingen arbetsersättning alls.

Hur mycket arbetsersättning du får beror på vilka arbetsuppgifter du gör.

## Hur stor är arbetsersättningen?

Arbetsersättningen är högst 12 euro per dag, men den kan också vara mindre.

Om du deltar i utlokaliserad arbetsverksamhet kan du få 12 euro per dag.

Om du är sysselsatt på ett arbetscenter får du ungefär 5 euro i arbetsersättning för varje arbetsdag.

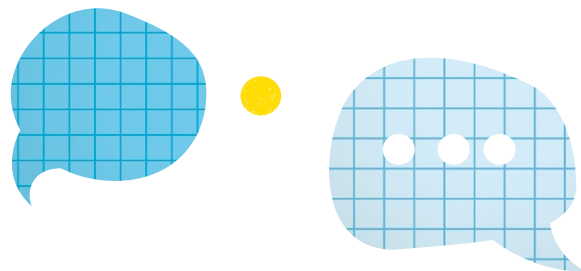
Du kan prata med din handledare om hur din egen arbetsersättning räknas ut.

## Arbetscenter säljer produkter och tjänster

När du är servicetagare på ett arbetscenter kan dina uppgifter ha att göra med att sälja produkter och tjänster till kunder.

Dina uppgifter kan vara att:

- packa föremål som ska säljas
- göra bakverk som ska säljas på café
- göra hantverk eller konstverk som säljs i arbetcentrets butik.



Kunderna som kommer till arbetscentret  
betalar för produkter  
och tjänster de köper.  
Det är ändå inte servicetagaren  
som får pengarna, utan arbetscentret.  
Servicetagaren får i stället arbetsersättning.  
Många tycker att det är ett orättvist system.

## Det finns många olika arbeten

Det finns också andra former av arbete,  
till exempel att:

- vara företagare
- vara konstnär eller hantverkare
- vara aktiv i en förening
- vara med i ett andelslag
- göra korta arbetsinsatser, alltså snuttjobb
- vara frivilligarbetare.

Det går bra att kombinera  
arbeten av olika slag.

Du kan till exempel ha ett lönearbete  
några dagar i veckan och  
arbeta som frivilligarbetare  
på andra dagar.

Du kan också kombinera  
olika arbeten på något  
annat sätt som passar dig.



Om du är frivilligarbetare  
gör du arbetsuppgifter  
för att du vill hjälpa till.  
Då får du ingen lön  
eller ersättning för arbetet.

Om du är med i ett andelslag,  
arbetar du tillsammans med andra.  
Ett andelslag är ett slags företag.  
I andelslaget producerar ni  
produkter eller tjänster  
som ni säljer till kunder.  
Alla som är med i andelslaget  
delar på pengarna som ni får  
genom ert arbete.

## **Du ska vara med och bestämma**

Du ska själv vara med och bestämma  
om vilket arbete eller vilken  
sysselsättning du vill ha.  
Ditt arbete ska planeras  
så att det passar dig.

Du ska också vara med  
och bestämma om  
vilket stöd du behöver.  
Om du vill ha ett lönearbete  
ska du få hjälp med att hitta det.



# Uppgifter

---

Uppgifterna i det här avsnittet hjälper dig att fundera på vad arbete betyder för just dig. Du får möjlighet att fundera på olika former av arbete.

Du kan göra uppgifterna ensam eller tillsammans med någon annan. Du kan också prata om uppgifterna i grupp.

13

## Varför arbetar du?

Det finns olika orsaker till att vi arbetar, till exempel:

- för att få pengar
- för att få nya vänner på arbetet
- för att lära oss nya saker och känna att vi behövs.

Fundera på vad arbete betyder för just dig.

Nedan räknar vi upp olika alternativ.

Välj de som passar in på dig.

Du kan också skriva ner egna exempel.



Jag arbetar för att:

- vara tillsammans med andra
- få pengar
- få göra arbetsuppgifter jag tycker om
- hjälpa andra
- lära mig nya saker
- känna mig stolt
- ha någonting att göra på dagarna
- träffa olika sorters människor
- få koncentrera mig på mina egna uppgifter.

## Vad är det som gör att en arbetsdag känns bra?

Tänk på en vanlig dag när du arbetar eller är i skolan. Fundera på vilka händelser på arbetet eller i skolan som gör att det känns bra för dig. Det kan ha att göra med hur du blir bemött eller det kan ha att göra med dina arbetsuppgifter.

Beskriv tre eller flera händelser på ditt arbete eller i skolan som:

- gör att du mår bra
- gör dig ledsen eller arg.

## Får du arbetsersättning eller lön?

För lönearbete betalas lön,  
och för arbetsverksamhet  
betalas arbetsersättning.

Om du kombinerar lönearbete  
och arbetsverksamhet  
kan det hända att du får  
både lön och arbetsersättning.  
Du kan prata med din handledare,  
arbetstränare eller chef om det här,  
om du vill.

Vet du hur mycket arbetsersättning du får

- för en dag?
- under en månad?

Ta reda på hur din arbetsersättning räknas ut.

Vet du hur mycket lön du får

- för en arbetsdag?
- under en månad?

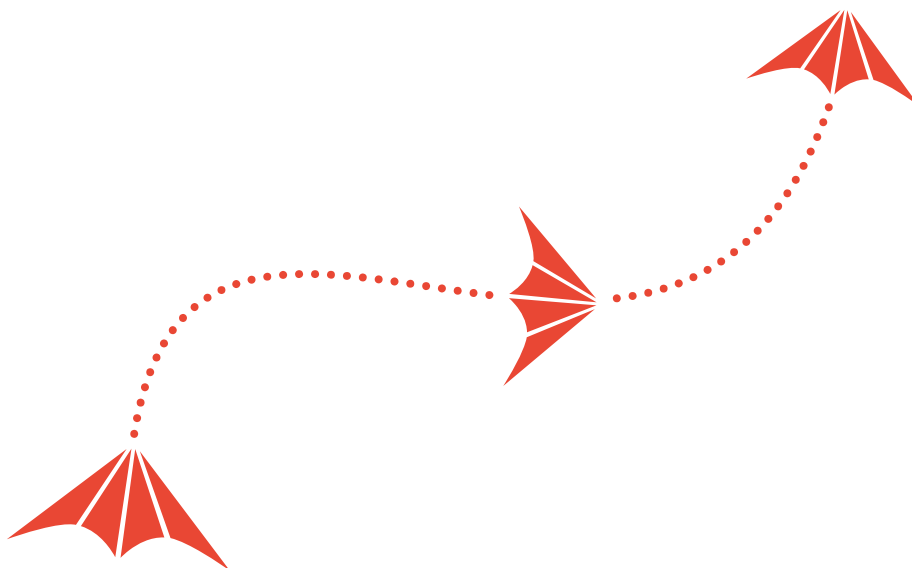
Ta reda på hur din lön räknas ut.

## Känner du till olika former av arbete?

Hur många olika former av arbete  
och sysselsättning känner du till?  
Vet du på vilka arbetsplatser  
de olika formerna av arbete finns?  
Känner du någon  
som har sådana arbeten?

Listan nedan kan hjälpa dig  
att tänka på olika former av arbete.

- Frivilligarbete
- Företagare
- Konstnär
- Hantverkare
- Föreningsaktiv
- Medlem i ett andelslag
- Snuttjobb
- Lönearbete
- Arbetsverksamhet





# Skillnaden mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet

---

I det här kapitlet kan du läsa om skillnaden mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet. Det finns olika åsikter om utlokaliserad arbetsverksamhet.

## Lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet är olika saker

Ibland kan det vara svårt att förstå skillnaden mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet, och mellan lön och arbetsersättning.

Lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet liknar varandra på många sätt, men de är ändå olika saker. Därför är det viktigt att vi alla är tydliga när vi pratar om lönearbete eller utlokaliserad arbetsverksamhet. Då är det lättare att förstå skillnaderna.

Handledare på arbetscenter  
stöder dig då du deltar i  
utlokaliserad arbetsverksamhet.  
Det finns också arbetstränare  
som stöder den som  
vill ha ett lönearbete.  
Ibland är det arbetstränaren  
som stöder dig på  
utlokaliserad arbetsverksamhet.

**I tabellen kan du se vilka skillnaderna är mellan  
lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet**

Lönearbete	Utlokaliserad arbetsverksamhet
Du är en arbetstagare	Du är en servicetagare
Du får lön	Du får arbetsersättning
Du har ett arbetsavtal	Du deltar i arbetsverksamhet
Du tar själv ansvar för dina arbetsuppgifter	Du tränar på att göra arbetsuppgifter
Du kan få stöd av en arbetstränare	Du får stöd av en handledare eller arbetstränare

Du kan prata med din arbetstränare  
eller handledare om skillnaden  
mellan utlokaliserad arbetsverksamhet  
och lönearbete, om du vill.

## Det finns många ord för utlokaliserad arbetsverksamhet

Det finns många olika ord som betyder samma sak som utlokaliserad arbetsverksamhet.

Utlokaliserad arbetsverksamhet kan också kallas:

- öppen arbetsverksamhet
- öppet arbete
- flitpengsverksamhet
- arbete med stöd.

I den här boken använder vi ordet utlokaliserad arbetsverksamhet.

20

## Utlokaliserad arbetsverksamhet är till för att du ska få öva

Utlokaliserad arbetsverksamhet ordnas för att personer med intellektuell funktionsnedsättning kan träna och lära sig arbetsuppgifter på en arbetsplats.

Utlokaliserad arbetsverksamhet ska pågå tills du har lärt dig arbetsuppgifterna. Ändå är det flera som deltar i utlokaliserad arbetsverksamhet i många år. Därför ska det finnas en plan för hur länge den utlokaliserade

arbetsverksamheten ska pågå.  
Det ska finnas ett tydligt mål  
med den utlokaliserade arbetsverksamheten.  
Målet kan vara att du ska få  
lönearbete på den arbetsplats  
där du har utlokaliserad arbetsverksamhet.

När den som deltar i  
utlokaliserad arbetsverksamhet  
har lärt sig arbetsuppgifterna  
och kan göra dem,  
ska han eller hon bli anställd.  
Att bli anställd betyder att  
personen får ett arbetsavtal  
och lön som alla andra  
på arbetsplatsen.

## **Det finns olika åsikter om utlokaliserad arbetsverksamhet**

Många tycker att utlokaliserad  
arbetsverksamhet är bra,  
för det ger personer med  
intellektuell funktionsnedsättning  
sysselsättning.

Andra tycker att det är dåligt  
med utlokaliserad arbetsverksamhet,  
för då får personer med intellektuell  
funktionsnedsättning inte lön  
på samma sätt som alla andra  
som arbetar på arbetsplatsen.



Organisationer som arbetar för mänskliga rättigheter säger att det är fel om personer med intellektuell funktionsnedsättning inte får lön då de gör produktiva arbetsuppgifter. Lön så som alla andra får.

Ingen får diskrimineras på grund av sin funktionsnedsättning. Diskriminering betyder att någon blir behandlad sämre än andra. Diskriminering betyder till exempel att en arbetsgivare inte anställer en person för att personen har en funktionsnedsättning. Det är fel.





# Uppgifter

---

I det här avsnittet finns uppgifter som hjälper dig att fundera på skillnaderna mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet. Uppgifterna hjälper dig att fundera på dina egna åsikter, det vill säga på vad du själv tycker.

Du kan göra uppgifterna ensam eller tillsammans med någon annan.

Du kan också prata om uppgifterna i grupp.

## **Vad är skillnaden mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet?**

Gör en lista på tre eller flera skillnader mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet.

Om du har egen erfarenhet av arbete och utlokaliserad arbetsverksamhet, kan du också fundera på hur du själv märker skillnaderna.

## Förklara vad utlokaliserad arbetsverksamhet är

Tänk dig att du ska berätta om utlokaliserad arbetsverksamhet för någon som inte vet vad det är.

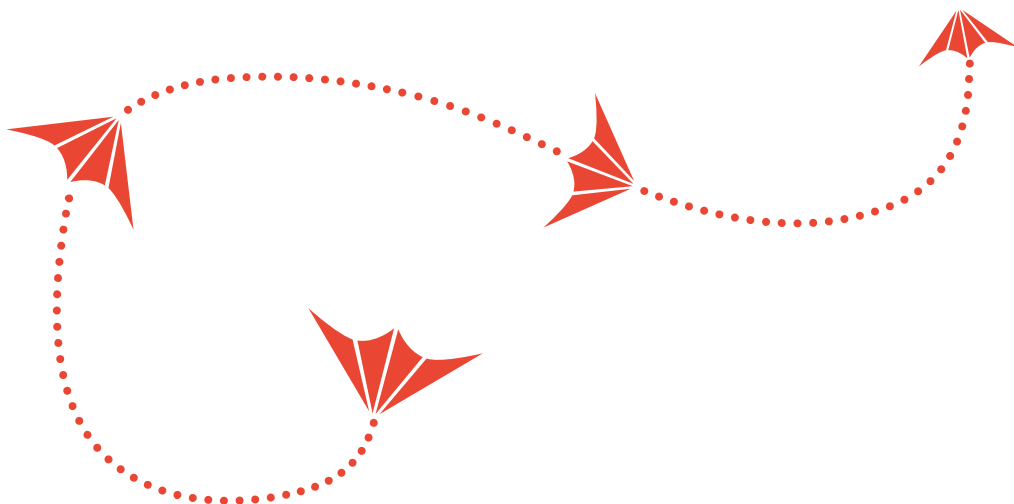
Ge en tydlig förklaring på vad utlokaliserad arbetsverksamhet är.

Du kan också göra en video där du förklarar saken.

## Fundera på dina egna åsikter om utlokaliserad arbetsverksamhet

Fundera på vad som är bra och vad som är dåligt med utlokaliserad arbetsverksamhet.

- Beskriv situationer då det är bra att ordna utlokaliserad arbetsverksamhet.
- Beskriv situationer då det är dåligt att ordna utlokaliserad arbetsverksamhet.



## Att bli behandlad annorlunda

Har du själv någon gång upplevt att du blivit behandlad på ett annat sätt än andra?

Om du gör övningen tillsammans med någon annan eller i grupp kan du berätta om händelsen som du var med om.

- Hur kändes det?
- Varför tror du att du blev behandlad annorlunda?

## Vilka ord använder du för att beskriva utlokaliserad arbetsverksamhet?

Gör en lista på alla ord som du har hört att man använder för att beskriva utlokaliserad arbetsverksamhet.

- Tycker du att vissa ord är bättre att använda än andra?
- Varför tycker du det?

## Arbetsuppgifter

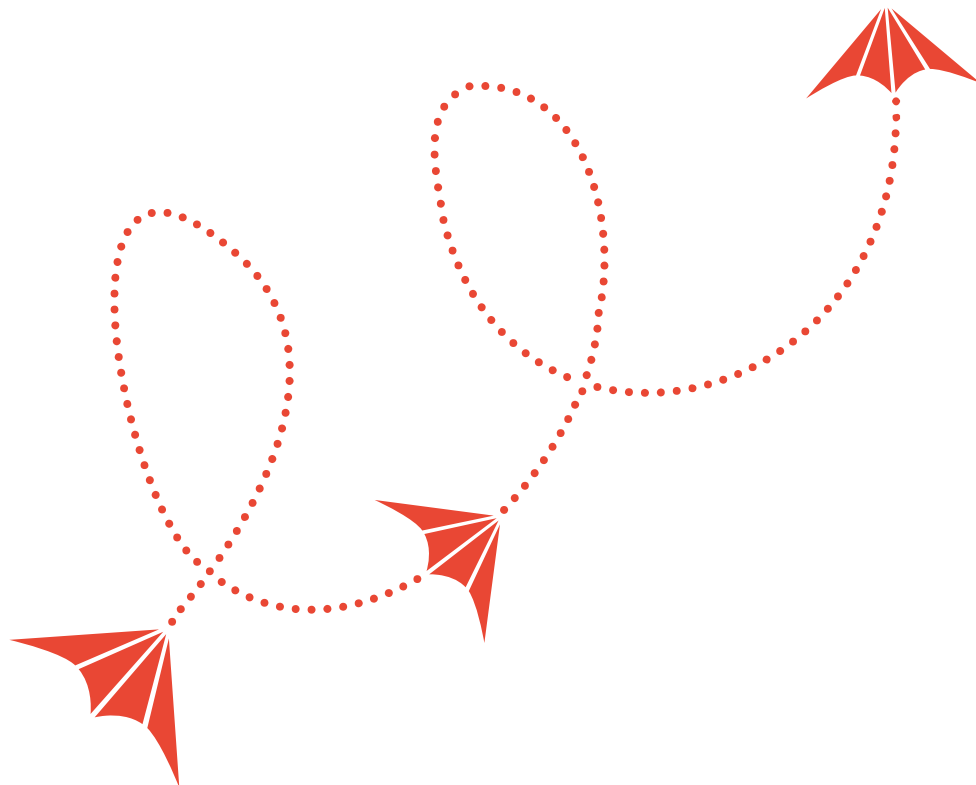
Fundera på de arbetsuppgifter som du gör på din arbetsplats, i skolan eller på praktik.

Varför gör du arbetsuppgifterna?

Jag gör mina uppgifter för att:

- lära mig nya saker
- träna mina färdigheter
- kunder ska få sina produkter eller tjänster
- jag vill hjälpa till
- jag vill ha något att göra.

Fundera på vad som händer om du inte gör dina arbetsuppgifter.





# Hjälp med att hitta lönearbete

---

I det här kapitlet kan du läsa om vilket stöd du kan få för att hitta ett arbete.

Du kan läsa om vad en arbetstränare gör och hurdant stöd du kan få på en arbetsplats.

I slutet av kapitlet berättar vi om kamrathandledning.

28

## Arbetsträning kan hjälpa dig att få lönearbete

Personer med intellektuell funktionsnedsättning kan behöva hjälp med att få ett arbete.

Ett sätt att hjälpa dem är att ge dem arbetsträning.

Arbetsträning är stöd som hjälper personer att hitta och få lönearbete.

Arbetsträning kan också hjälpa den som redan har ett arbete men behöver stöd för att kunna behålla arbetet.

I arbetsträning är det viktigt att:

- du får sådan hjälp som du vill ha och som du har nytta av
- arbetssökningen börjar så snabbt som möjligt
- det ska vara frågan om ett lönearbete, alltså inte arbete på ett arbetscenter
- både arbetstagaren och arbetsgivaren får stöd
- stödet ges så länge det behövs.

Ibland används också

det engelska ordet för arbetsträning.

Det är bra om du också känner till det.

På engelska heter det

Supported Employment.

Det betyder att få stöd för anställning.

Det är samma sak som arbetsträning.

Ibland används det engelska ordet

för att vara tydlig med

vilken metod som används

i arbetsträningen.





## Vad gör en arbetstränare?

En arbetstränare hjälper dig att få lönearbete.

Det gör arbetstränaren genom att:

- hjälpa dig att hitta ett arbete som du själv vill ha
- prata med arbetsgivare för att fråga om det finns arbete för dig
- berätta för dig hur din ekonomi påverkas av arbetet
- förklara och visa för dig hur arbetsuppgifterna ska göras
- besöka dig på arbetsplatsen för att stöda dig.

Arbetstränaren kan också hjälpa dig att hitta en studieplats, om du vill studera.

## Vem får stöd av en arbetstränare?

Det kan vara svårt för personer med intellektuell funktionsnedsättning att få lönearbete.

Därför ska de få stöd av en arbetstränare, om de vill.

Om du vill få stöd av en arbetstränare, kan du prata med socialarbetaren i det välfärdsområde som du bor i.

Socialarbetaren hjälper dig att kontakta en arbetstränare. Du kan också be om hjälp av en handledare på ett arbetscenter.

Du har rätt att få stöd med att hitta ett arbete som du vill ha och som passar dig. Du ska få sådant stöd så länge som du behöver det.

## **Du får öva och lära dig arbetsuppgifter på arbetsplatsen**

Det är viktigt att du får möjlighet att öva på arbetsuppgifter på arbetsplatsen. Då kan du lära dig att göra dem.

Ibland övar personer med intellektuell funktionsnedsättning på arbetsuppgifter på ett arbetscenter. Det fungerar inte alltid bra, eftersom alla ställen är olika.

Den som studerar kan göra praktik på en arbetsplats. Praktik ordnas för den som studerar till ett yrke eller som vill lära sig mer om arbetslivet. När du övar eller är på praktik på en arbetsplats ska du få hjälp med att lära dig arbetsuppgifterna.

## Arbetsplatsregler

På alla arbetsplatser finns särskilda regler, som kallas för arbetsplatsregler.

De handlar om hur saker ska göras på arbetsplatsen.

När alla arbetstagare känner till arbetsplatsreglerna och följer dem, så fungerar arbetet bättre.

När du känner till arbetsplatsreglerna är det lättare för dig att känna dig som en i gänget på arbetsplatsen.

Det är viktigt att du vet vilka arbetsuppgifter du ska göra. Du ska också veta vilken tid du börjar och slutar ditt arbete.

Arbetsplatsreglerna kan också handla om:

- vem du kan be om hjälp om det händer något oplanerat
- när du kan hålla paus
- vem du ska berätta för om du blir sjuk och inte kan gå till arbetet
- hur du ska göra om det händer en olycka eller om det börjar brinna.

Arbetstränaren kan förklara reglerna för dig, så att du förstår vad alla regler betyder.

## Kamrathandledning

Om du funderar på arbete kan du också ha nytta av kamrathandledning.

Kamrathandledning betyder att en person med intellektuell funktionsnedsättning är med och hjälper andra personer som har intellektuell funktionsnedsättning.

Kamrathandledaren har egen erfarenhet och kan därför stöda dig.

Kamrathandledaren får själv stöd i sitt uppdrag av en arbetstränare eller handledare.

Kamrathandledaren kan till exempel:

- berätta för dig hur det fungerar att ha ett lönearbete
- hjälpa dig att lära dig vägen till ditt arbete
- vara med och leda en diskussionsgrupp där man pratar om arbete
- förklara skillnaderna mellan lönearbete och utlokaliserad arbetsverksamhet
- uppmuntra dig.



# Uppgifter

---

I det här avsnittet finns uppgifter som hjälper dig att fundera på arbetsträning. Du får också fundera på stödet som en arbetstränare kan ge dig.

Du kan göra uppgifterna ensam eller tillsammans med någon annan. Du kan också prata om uppgifterna i grupp.

## Var kan du hitta stöd?

Ta reda på om det finns stöd för att få lönearbete i den region du bor.

Stöd för att hitta ett arbete kan ha olika namn.

I vissa regioner kallas det Arbete med stöd.

Ta reda på vad stödet heter i ditt välfärdsområde.

Du kan be din lärare, handledare eller socialarbetare om hjälp med uppgiften.

## Egna erfarenheter av arbetsträning

Har du egen erfarenhet av arbetsträning?

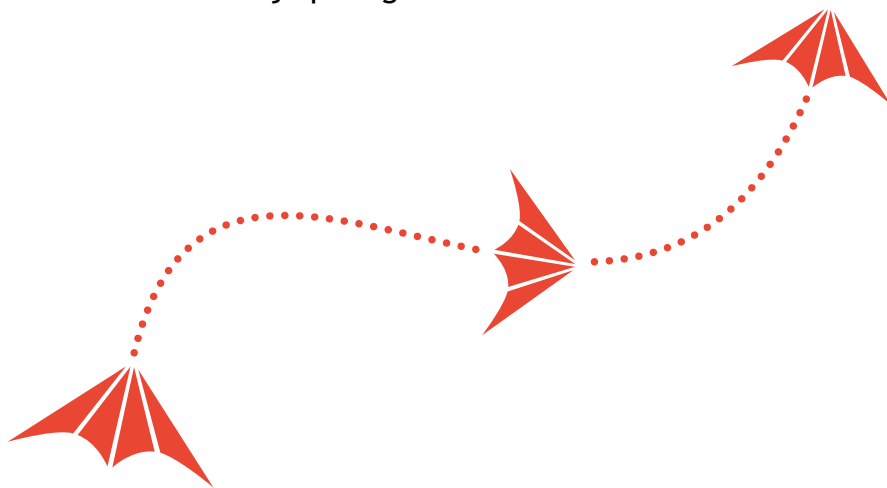
Eller vill du ha arbetsträning  
för att få hjälp med att hitta arbete?

- Gör en lista på saker som du behöver hjälp med för att hitta ett arbete. eller
- Gör en lista på saker som du behöver hjälp med på ditt arbete som du redan har.

## Vem kan hjälpa dig?

Fundera vilka personer du känner som kan hjälpa dig att få arbete.

- Gör en lista på personer som kan hjälpa dig.
- Skriv också upp på vilket sätt de kan hjälpa dig.



## Känslor på arbetsplatsen

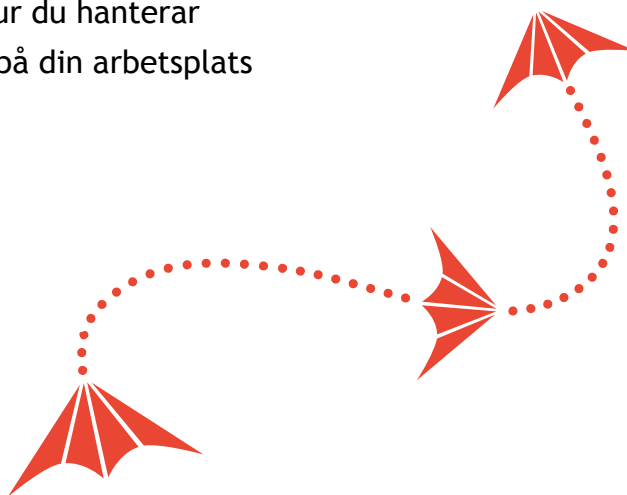
När du är på en arbetsplats eller i skolan  
behöver du tänka på  
hur du visar dina känslor.

Du kan ha många olika känslor  
under en arbetsdag eller skoldag.

Du behöver tänka på  
hur du kan visa dina känslor  
så att det fungerar bra  
på arbetet eller i skolan.  
Det kallas att hantera sina känslor.

Det är viktigt att du sköter dina arbetsuppgifter  
oberoende om du är glad eller arg.  
Om du är arg på en vän  
ska du ändå inte vara arg  
eller ovänlig mot dina kunder.  
Om du är glad och väntar på något roligt  
ska du ändå sköta dina arbetsuppgifter.

Fundera på hur du hanterar  
olika känslor på din arbetsplats  
eller i skolan.



## Hur hanterar du dina känslor?

Nedan finns exempel som hjälper dig att fundera på hur du kan göra för att hantera dina känslor. Ge också egna exempel.

Jag hanterar mina känslor så här:

- frågar om jag kan hålla en extra paus
- berättar för en arbetskamrat eller studiekompis hur jag känner mig
- tänker bara på mina arbetsuppgifter
- ringer till min arbetstränare eller handledare
- andas lugnt.

Det finns också känslor som kan vara bra att visa på arbetsplatsen.

Fundera på hurdana känslor som kan vara till nytta i arbetet eller i skolan.

Nedan finns exempel som hjälper dig att fundera på känslor som du kan visa på arbetet eller i skolan. Ge också egna exempel, om du vill.

På arbetet eller i skolan kan jag vara:

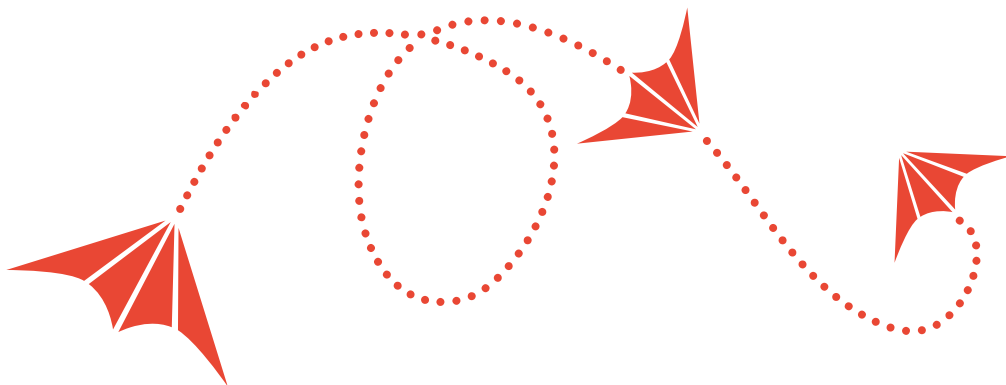
- lugn
- uppmärksam
- vänlig
- intresserad
- glad
- koncentrerad.



## Uppmuntra dig själv och andra

Tänk tillbaka på en tid då du själv  
var ny på en arbetsplats  
eller när du själv började studera.

Vilken hälsning skulle du ge  
till ditt unga jag?  
Kan du ge goda råd  
eller uppmuntrande ord  
som skulle ha varit till nytta  
för dig i den nya situationen?  
Skriv, rita eller gör en video.  
Du kan också skicka  
en uppmuntrande hälsning  
till någon annan som du tror behöver det.





# Mål för framtiden

---

I det här kapitlet får du läsa om varför det är bra att ha mål som du jobbar för att nå. Du kan också läsa om vad du ska tänka på när du gör upp en plan. I planen ska du skriva upp dina egna mål.

## Det är viktigt att ha egna mål

Alla människor har rätt att bestämma om saker som berör deras egna liv. Du har rätt att bestämma och påverka sådant som gäller ditt arbete.

Att ha ett mål betyder att du vet hur du skulle vilja att saker ska vara. Vi kan ha många olika mål, både stora och små. Våra mål kan förändras i olika livssituationer.

Prata med din lärare, handledare eller arbetstränare om du vill ha hjälp med att sätta upp egna mål för ditt arbete.

Du kan till exempel ha följande mål:

- få ett lönearbete
- få pröva på olika arbetsuppgifter
- få lära dig mer om ett yrke
- byta arbetsplats
- få hjälp med att ta reda på olika alternativ.

## Berätta om dina egna mål för andra

Det är bra att berätta om dina egna mål för andra.

Då kan du

- visa och berätta för andra vad du själv vill
- få stöd och hjälp med det som du behöver hjälp med
- få information som du har nytta av
- få uppmuntran.

Dina vänner och din familj kan ha åsikter om vad som är bäst för dig. Men det är viktigt att du själv funderar vad du vill. Din åsikt är viktig eftersom det handlar om ditt eget liv. Du har rätt att bestämma själv och påverka ditt eget liv.

## En plan hjälper dig komma vidare

När du vet vad du själv vill  
ska du göra upp en plan.  
En plan kan bestå av  
både stora och små mål.  
Du kan skriva upp vad du  
behöver göra för att nå ditt mål.

Planen hjälper dig att veta  
vilka steg du behöver ta  
för att komma vidare.  
Du kan också använda bilder  
eller göra planen på något annat sätt  
som passar dig.

Din arbetstränare, handledare  
eller lärare kan hjälpa dig.  
Ni kan prata om vad du ska göra  
och vad den som hjälper dig  
ska göra för att du ska lyckas.

## Planen ska vara realistisk

Din plan ska vara realistisk.  
Realistisk betyder att  
du faktiskt har möjlighet  
att göra verklighet av planen.  
Därför ska du fundera på  
om din plan går att genomföra  
i just ditt liv.

Det kan vara svårt för en person med intellektuell funktionsnedsättning att klara av vissa arbeten.

Det kan vara arbeten där det krävs

- förmåga att fatta snabba beslut
- förmåga att förstå text eller siffror
- speciell utbildning för att få göra arbetet.

Fundera på de här frågorna:

- vad kan du?
- vilka saker klarar du av?
- vilka saker kan du lära dig?

## Om du misslyckas

Du behöver också fundera på hur dina beslut påverkar ditt liv. Det kan hända att det inte går som du planerat och att du misslyckas i ditt försök.

Det kan hända att du måste försöka många gånger för att lyckas.

Misslyckanden hör till livet.

Det kan också hända att du måste ändra på din plan.

Du ska få hjälp med att fundera hur du gör om det inte går som du planerat. Din arbetstränare kan hjälpa dig med det.

Ni kan gå igenom din plan  
tillsammans och prata om det  
som du gjort för att nå dina mål.  
Ni kan göra så med jämna mellanrum.

## Ta reda på mer

Det kan hända att du behöver  
ta reda på mer för att veta  
hur olika arbeten passar dig.

Det kan också hända att du behöver  
lära dig mer eller pröva på  
olika arbetsuppgifter  
på olika arbetsplatser.

Du kan behöva fundera på följande frågor:

- vilka arbetsuppgifter tycker du om?
- vilken miljö gillar du att arbeta i?
- vilket stöd behöver du av andra?





# Uppgifter

---

Här kan du göra uppgifter som hjälper dig att ställa upp egna mål. Uppgifterna hjälper dig att fundera på vilket arbete du skulle vilja ha. De hjälper dig också att fundera på om du vill ha en förändring i ditt liv.

Du kan göra uppgifterna ensam eller tillsammans med någon annan eller diskutera uppgifterna i grupp.

## Gör upp egna mål för arbete

Fundera på vad du själv vill just nu eller vad du drömmer om i framtiden.

Fundera på om du vill ändra på något eller om du behöver sätta upp nya mål för dig själv.

Du kan skriva eller rita eller svara på det sätt som bäst passar dig.



## Berätta för andra om dina mål

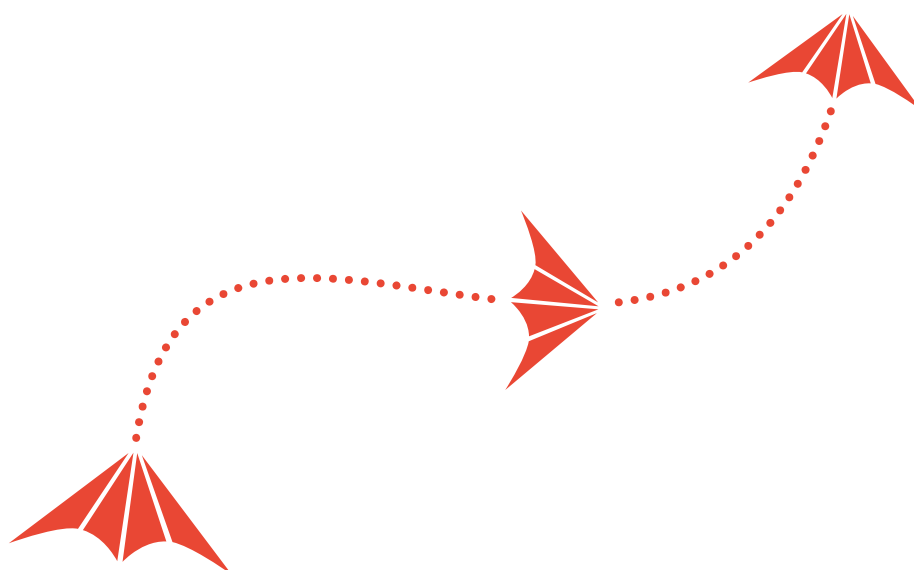
Fundera på dina vänner och familj.  
Hur många av dem vet vad du själv vill?  
Berätta för någon av dem  
om dina egna drömmar för framtiden.  
Du kan också göra en video eller en plansch.

## Gör upp en plan

Har du en plan för vad du ska göra  
för att komma vidare?  
Gör en ny plan eller uppdatera din gamla plan.

Svara på frågorna:

- vad ska du göra först?
- vem hjälper dig?
- vad behöver du ta reda på för att komma vidare?
- när kollar ni situationen på nytt?



## Arbetsplatser nära ditt hem

Ta reda på vilka arbetsplatser det finns i närheten av ditt hem.

Du kan till exempel gå på promenad och försöka hitta olika sorters arbetsplatser. Vilka företag ser du?

Vilka arbetsuppgifter kan det finnas i de olika företagen?

Du kan göra en lista på hurdana arbetsplatser det finns nära ditt hem.

## Intervjua någon du känner

Du kan intervjua någon i din familj, en granne eller personal om deras drömjobb.

- Fråga vad personen har för drömjobb.
- Be att personen berättar varför hon eller han är intresserad av just det jobbet.
- Fundera på om du själv har något drömjobb.

## Lätt eller svårt?

Olika arbetsuppgifter kan kännas lätta eller svåra. Det beror på personens egenskaper och erfarenheter.

Fundera på vad du tycker är lätt på arbetet eller i skolan.

Fundera också på sådant som du tycker är svårt.

- Skriv en lista på det som är lätt för dig.
- Skriv en lista på sådant som är svårt för dig.

Nedan finns exempel på sådant som du kan ta upp på din lista. Du kan också ge egna exempel.

Exempel på saker som kan vara lätta eller svåra:

- jobba i grupp
- jobba ensam
- läsa och följa instruktioner
- skriva
- ordna saker
- prata med andra människor
- vara noggrann
- göra uppgifter som kräver styrka
- göra uppgifter som kräver små rörelser
- använda dator
- klara av förändringar i schemat.

## Vad tycker du om att göra?

Fundera på saker som du tycker om att göra. Vi är ofta duktiga på sådant som vi tycker om. Skriv upp eller berätta för andra vad du tycker speciellt bra om att göra.

## Se det fina hos sig själv och andra

Vi har alla olika egenskaper som vi kan använda. Våra egenskaper är varken bra eller dåliga. Vi använder våra egenskaper på olika sätt i olika situationer.

Ibland kan vi behöva se de fina egenskaperna hos andra för att sedan upptäcka de fina egenskaperna hos oss själva.

Fundera på någon du tycker om, en vän, släkting, en skolkompis eller arbetskompis eller personal.

Svara på frågorna:

- vad tycker du är fina egenskaper hos just den personen?
- har någon sagt fina saker om dig?
- vad tycker du att är fina egenskaper hos dig själv?

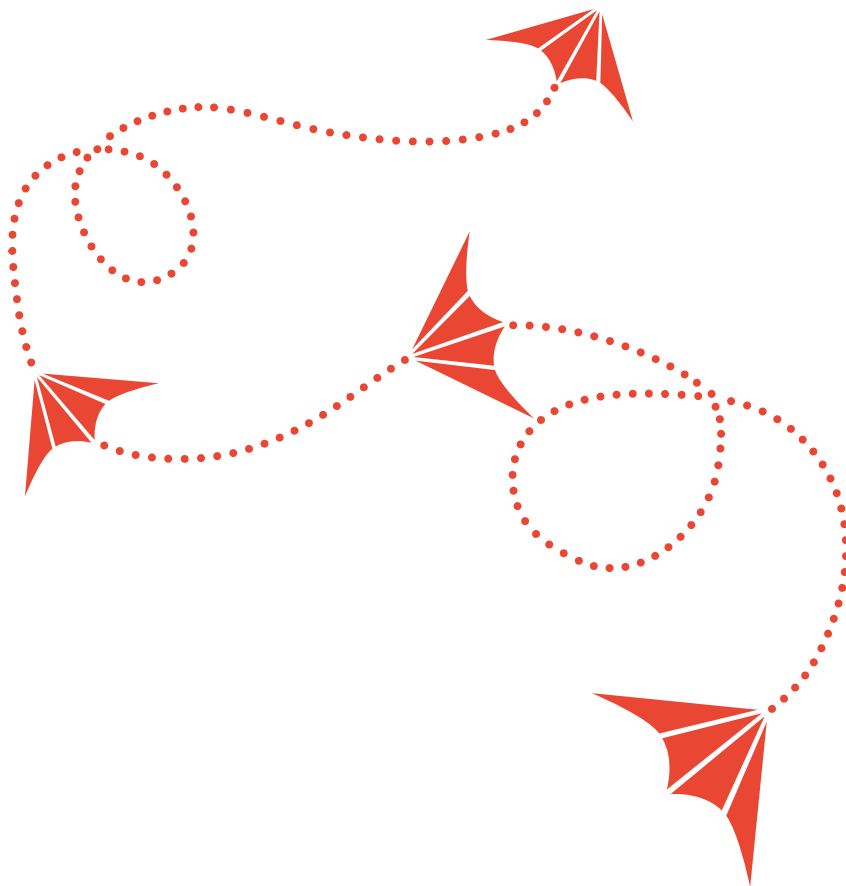
## När allt inte går som planerat

Fundera på hur det känns för dig när något inte går som du planerat.

Fundera på en situation då du upplevde att saker inte gick på det sättet som du planerat eller förväntat dig.

Vilka känslor hade du då?

Försök beskriva några av de här känslorna med ord eller bilder.





# Stöd och service

---

I det här kapitlet kan du läsa om Arbets- och näringsbyrån.

Du kan läsa om vilken hjälp du kan få via Arbets- och näringsbyrån.

Du kan också läsa om att kombinera lön och sjukpension.

## Vad är Arbets- och näringsbyrån?

Arbets- och näringsbyrån hjälper den som söker arbete att hitta det.

Arbets- och näringsbyrån kallas också för TE-byrån.

Förkortningen TE-byrån kommer från de finska orden Työ- ja Elinkeinotoimisto.

TE-byråerna reder också ut om personer som inte har arbete kan få understöd.

Understöd är pengar man kan få under den tid man inte har arbete.

Om du vill ha ett arbete, ska du anmäla dig hos TE-byrån. Då blir du arbetssökande.

## Du kan få hjälp vid Arbets- och näringsbyrån

Ibland tror personer med intellektuell funktionsnedsättning att TE-byrån inte kan hjälpa dem. Ibland tänker föräldrar och handledare det också.

Det kan bero på att många med intellektuell funktionsnedsättning får stöd via funktionshindersservicen och har en pension.

Att få stöd via funktionshindersservice eller att ha en pension är ändå inget hinder för att få hjälp vid TE-byrån. Det betyder att en person med intellektuell funktionsnedsättning kan få stöd och hjälp vid TE-byrån.

Du kan få stöd och hjälp vid TE-byrån även om du

- har en sjukpension
- deltar i arbetsverksamhet
- deltar i utlokaliserad arbetsverksamhet
- har ett arbete men vill byta till ett annat arbete.



## Vad är en sysselsättningsplan?

TE-byrån hjälper dig göra upp en sysselsättningsplan.

Det är en plan som du gör på TE-byrån tillsammans med en person som jobbar där.

I planen skrivs det upp vad du ska göra för att få ett lönearbete. Du är med och bestämmer hur din plan ska se ut.

I planen kan det till exempel stå att:

- du ska pröva på ett arbete genom en arbetsprövning
- du ska få lönesubvention, alltså ett stöd som hjälper dig få ett arbete
- du vill pröva på arbete i ett företag som hjälper personer med funktionsnedsättning att få arbete.



## Vad är arbetsprövning?

När du deltar i arbetsprövning kan du pröva på olika arbetsuppgifter på en arbetsplats.

Du ska komma överens om arbetsprövningen både med en arbetsgivare och med en person som jobbar på TE-byrån.

Du ska komma överens om hurdana arbetsuppgifter du vill pröva på under arbetsprövningen.

Du ska också komma överens om hur länge du deltar i arbetsprövningen.

## Hur lång är en arbetsprövning?

Det finns regler för hur länge en arbetsprövning kan hålla på.

Du kan bli beviljad arbetsprövning för 12 månader som mest.

Du kan pröva på olika arbetsplatser och olika sorters arbetsuppgifter. Ibland räcker det med till exempel tre månader på en arbetsplats för att du ska veta om arbetet passar dig.

Senare kan du pröva på  
någon annan arbetsplats.  
Du kan vara högst 6 månader  
på arbetsprövning  
på samma arbetsplats.

## Vad är lönesubvention?

Lönesubvention är ett ekonomiskt stöd.  
Det kallas också för lönestöd.  
Lönesubventionen är pengar  
som betalas ut till arbetsgivaren  
för att anställa en arbetstagare.

Lönesubventionen ska  
göra det lättare för personer  
med funktionsnedsättning  
att bli anställda.  
Det är TE-byrån som bestämmer  
vem som får lönesubventionen.

Lönesubventionen betalas till arbetsgivaren,  
men den beviljas alltid  
för att hjälpa personen som söker arbete.

TE-byrån kan också bevilja  
andra stöd för att hjälpa den  
som söker arbete.  
Till exempel stöd för special-  
arrangemang på arbetsplatsen.

## Du kan arbeta och ha pension

Personer med intellektuell funktionsnedsättning kan ha en sjukpension eller få rehabiliteringsstöd. Det är Folkpensionsanstalten, alltså FPA, som bestämmer om pension eller om rehabiliteringsstöd. Du kan arbeta och få lön även om du har en sjukpension eller rehabiliteringsstöd.

Det är FPA som bestämmer hur mycket pengar den som har sjukpension kan tjäna. Då säger man att FPA bestämmer om en inkomstgräns.

År 2023 är inkomstgränsen 922 euro per månad. Det betyder att du kan tjäna 922 euro per månad och samtidigt få pension. Om du tjänar mera än 922 euro per månad ska du lämna bort pensionen. Det är bra att kolla vad inkomstgränsen är, eftersom den kan ändra från år till år.

## Du kan pausa pensionen

Den som har en pension kan välja att sätta den på paus.

Om pensionen är på paus betalas ingen pension alls under den tiden.

Du kan själv välja att pausa pensionen om du har ett arbete och tjänar mer än inkomstgränsen.

Du ska meddela FPA om du vill pausa din pension.

Du kan pausa pensionen i minst tre månader.

Som mest kan du pausa pensionen i två år.

Om din pension är på paus betyder det att du kan få den tillbaka genom att meddela om det.

## Lön kan påverka bostadsbidraget

Personer med intellektuell funktionsnedsättning kan få bostadsbidrag.

Det betyder att FPA betalar en del av hyran.

Om du får lön kan det påverka hur mycket pengar du får i bostadsbidrag.

Om du har ett lönearbete  
ska du meddela FPA  
hur mycket du får i lön.  
Du ska få hjälp med att räkna ut  
hur ett lönearbete påverkar din ekonomi.

## Oro för att förlora pensionen

Pensionen är en ekonomisk trygghet för många.  
Personer som får sjukpension  
kan vara oroliga att de ska  
förlora sin pension om de får  
ett lönearbete.  
Oro för att förlora pensionen  
kan göra att någon inte vågar  
försöka skaffa ett lönearbete.

Du ska få hjälp med att planera  
din ekonomi så att du  
inte behöver vara orolig.  
Du ska också få hjälp med att förstå  
hur du kan pausa pensionen  
om du vill pröva på det.

En arbetstränare hjälper dig planera  
så att du vet hur du kan  
kombinera arbete och pension.





# Uppgifter

---

Här kan du göra uppgifter som hjälper dig att fundera på TE-byråns service.

Det finns också uppgifter som hjälper dig att fundera på din ekonomi.

Du kan göra uppgifterna ensam eller tillsammans med någon annan.

Du kan också prata om uppgifterna i grupp.

## Information på internet

På internet finns webbplatser med mycket information.

Du kan gå in på webbplatser via din telefon, dator eller surfplatta.

Du kan bekanta dig med olika webbplatser.

Du kan också göra det tillsammans med en handledare eller någon annan.

Myndigheter som FPA och TE-byrån har egna webbplatser.

TE-byråns egen webbplats har adressen [www.jobbmarknad.fi](http://www.jobbmarknad.fi)

- Använd sökfunktionen för att hitta arbetsplatser i din region.
- Bekanta dig med hur olika arbetsplatsannonser ser ut.

FPA:s egen webbplats finns på adressen [www.kela.fi](http://www.kela.fi)

- På webbplatsen kan du välja information på lätt svenska.
- Använd sökfunktionen för att till exempel söka information om sjukpension eller något annat du vill veta mera om.

## Känner du, dina vänner och din familj till TE-byrån?

Fråga vänner och familjemedlemmar om de känner till TE-byrån.

Fråga om de vet att personer med intellektuell funktionsnedsättning kan få stöd via TE-byrån.

Berätta vad du själv vet att TE-byrån kan hjälpa med.

## Vad är lönesubvention?

Fundera om du förstått hur lönesubvention kan hjälpa någon att få ett jobb.

Förklara vad lönesubvention är för en vän, en släkting eller någon annan.

Du kan också göra en video eller förklara det med hjälp av text och bild.



## Att ha inkomster och utgifter

Det är viktigt att du vet  
hur mycket pengar du får  
och hur mycket pengar du använder.

Inkomster betyder pengar  
som du får i pension eller i lön.  
Utgifter betyder pengar  
som du betalar för hyra, mat eller annat.

Fundera på din egen ekonomi.  
Du kan rita eller skriva  
för att göra det tydligt för dig.

Svara på frågorna:

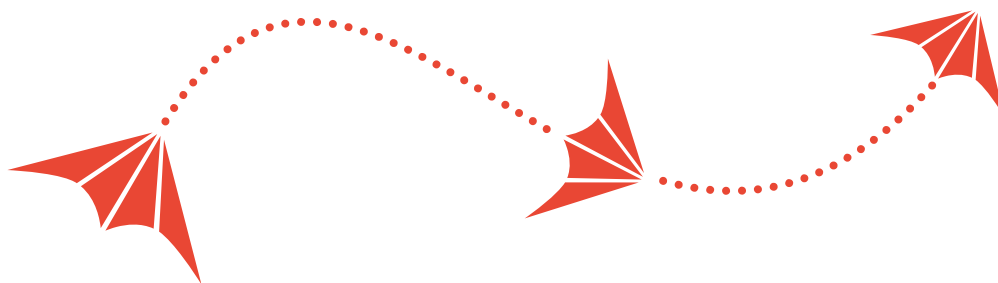
- Har du inkomster, alltså pengar du får varje månad?
- Om du får pengar av FPA, vad heter de ekonomiska stöden?
- Har du utgifter, alltså sådant som du betalar för varje månad?  
Till exempel hyra och mat.
- Hur mycket pengar kan du använda varje månad på fritiden, till exempel för att gå på bio, gå ut och äta eller köpa något?
- Kan du nämna en person som kan hjälpa dig planera din ekonomi?

## Att ha sjukpension

Ibland tänker vi att pension är endast för äldre personer. Men en ung person med till exempel intellektuell funktionsnedsättning kan ändå få sjukpension. Sjukpension är en inkomst för den som inte har lönearbete.

Fundera på frågorna eller diskutera dem i grupp.

- Vem kan lyfta sjukpension och varför?
- Vad tycker du om ordet pension?
- Kan en person med intellektuell funktionsnedsättning välja att inte lyfta pension?



## Oro kring ekonomi

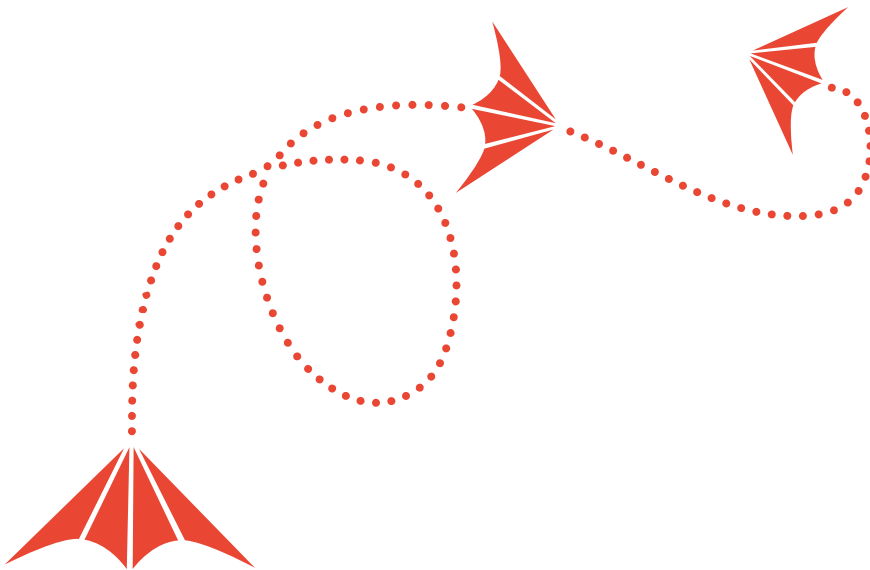
Fundera om du känner oro eller osäkerhet för att kombinera lönearbete och ekonomiska stöd.

Känner du oro eller osäkerhet kring att

- kombinera lönearbete och pension
- anmäla dig som arbetssökande på TE-byrån
- lönearbete påverkar ditt bostadsbidrag.

Diskutera tillsammans i grupp eller med någon annan om sådant som känns oroande eller osäkert.

Du kan också skriva upp det som oroar dig. Sedan kan du fundera på var eller av vem du kan få veta mer om de frågor som gör dig osäker.



# Om boken

---

Arbete är en viktig del av vuxenlivet.  
Därför är det viktigt att veta  
om olika sorters arbeten  
och hur det fungerar att ha ett arbete.  
Om du har en pension,  
men ändå vill arbeta,  
behöver du också information  
om hur det fungerar.

Det finns många olika sätt att arbeta.  
Alla kan delta i samhället  
och arbetslivet på olika sätt.  
Alla ska få möjlighet att få ett arbetsliv  
som passar och känns rätt.

Den här boken hjälper läsare  
att fundera på hurdant arbetsliv  
de själva vill ha.  
Boken kan användas på arbetscenter,  
i skolor och i hemmen.

## **Det är få som har lönearbete**

Finland ska följa FN:s konvention  
om rättigheter för personer  
med funktionsnedsättning.

I konventionen står det att  
personer med funktionsnedsättning  
ska ha rätt att arbeta.  
Det betyder att personer med funktionsnedsättning  
ska ha samma rätt till arbete  
som andra i samhället har.

Trots det har väldigt få personer med intellektuell funktionsnedsättning ett lönearbete.

De jobbar på arbetscenter eller deltar i utlokaliserad arbetsverksamhet i stället. Då har de inte arbeten som man får lön för.

Därför behöver personer med intellektuell funktionsnedsättning bättre stöd för att få arbete och mera kunskap om olika former av arbete.

## **Projektet Steget vidare**

FDUV hade projektet Steget vidare mellan åren 2020 och 2022.

Syftet med projektet var att fler skulle få kunskap om arbete.

Projektets syfte var också att fler personer med intellektuell funktionsnedsättning skulle få hjälp med att få lönearbete.

Projektet ordnade kurser och utbildningar och tog kontakt med arbetsgivare.

Innehållet i den här boken är sådant som tagits upp på de utbildningar och i de diskussionsgrupper som projektet ordnade.

Projektet fick pengar av STEA, alltså av understödscentralen för Social- och hälsoorganisationer.

# Ordlista

---

Här kan du läsa en kort beskrivning på ord som används i boken.

I ordlistan finns sådana ord som är viktiga att känna till för att förstå hur det fungerar på arbeten eller när det gäller service.

## **Arbetsersättning**

Arbetsersättning är pengar som betalas till servicetagare som deltar i arbetsverksamhet. Ersättningen kan variera mellan 0 och 12 euro.

## **Arbetstränare**

Arbetstränare är en person som hjälper arbetssökande personer som har svårt att få arbete. Arbetstränaren hjälper med att hitta lämpliga arbetsplatser, tar kontakt med arbetsgivare och ger stöd på arbetsplatsen.

## **Arbetsprövning**

Arbetsprövning ordnas av TE-byrån. Arbetsprövningen görs på en arbetsplats. Arbetsprövning hjälper personen att ta reda på om arbetet passar. Arbetsprövningen kan pågå i högst sex månader på samma arbetsplats.

## Arbetsverksamhet

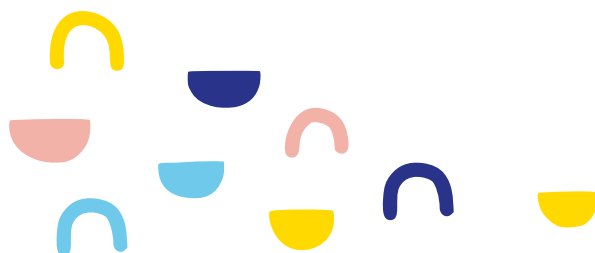
Arbetsverksamhet ordnas för personer med funktionsnedsättning. Arbetsverksamhet ordnas på arbetscenter. Arbetsverksamhet är sysselsättning och träning.

## Arbets- och näringsbyrån

Arbets- och näringsbyrån är en myndighet som hjälper personer att få arbete. Oftast används den finska förkortningen TE-byrån. Ordet TE-byrån kommer från det finska namnet.

## Diskriminering

Diskriminering betyder att någon blir behandlad sämre än andra. Personer kan bli behandlade sämre på grund av en funktionsnedsättning eller något annat. Diskriminering i arbetslivet är förbjudet i lagen.



## **Kamrathandledning**

Kamrathandledning är när en person som själv har en funktionsnedsättning ger handledning till en annan person med funktionsnedsättning.

Det är till exempel kamrathandledning när en person med intellektuell funktionsnedsättning handleder en annan person med intellektuell funktionsnedsättning som vill lära sig mer om arbete.

## **Lönearbete**

Lönearbete är ett arbete där den som gör arbetsuppgifterna får lön, alltså pengar.

Arbetstagaren och arbetsgivaren gör ett avtal.

Det finns villkor för hur mycket lön som betalas för arbetsuppgifterna i lönearbete.

## **Lönesubvention**

Lönesubvention är pengar som TE-byrån betalar till arbetsgivaren för att anställa personer som behöver stöd i arbetet.

Lönesubventionen beviljas alltid för att hjälpa den som söker arbete. Den som är anställd får en vanlig lön.



## **Produktivt arbete**

Produktivt arbete är arbetsuppgifter som görs för att tillverka produkter eller erbjuda tjänster.

Det kan också vara arbetsuppgifter som behövs för att arbetsplatsen ska fungera, eller för att arbetsverksamheten ska fungera.

## **Rehabiliteringspenning för unga**

Personer i åldern 16-19 år som har en funktionsnedsättning kan få rehabiliteringspenning för unga. De kan få rehabiliteringspenning om de studerar till ett yrke eller deltar i studier som hjälper dem få ett arbete.

## **Rehabiliteringsstöd**

Rehabiliteringsstöd liknar sjukpension, men betalas under en viss tid. Tiden kan vara till exempel ett eller två år. Rehabiliteringsstödet beviljas för att det ska finnas tid att ta reda på om en person som har en sjukdom eller en funktionsnedsättning kan och vill ha ett arbete.

## **Sjukpension**

Om en person är sjuk eller har en funktionsnedsättning, kan det hända att personen inte kan skaffa tillräckligt med pengar genom arbete. Då kan personen beviljas sjukpension. Sjukpensionen ska trygga personens ekonomi.

## Supported Employment

Supported Employment är det engelska namnet för arbetsträning. På svenska betyder Supported Employment stöd för anställning. Det viktiga i metoden är att utgå från vad personen som söker arbete själv vill. Det ska vara fråga om ett arbete som man får lön för. Stödet ska ges så länge som det behövs.

## Sysselsättningsplan

Sysselsättningsplan är en plan som du gör på TE-byrån tillsammans med en person som jobbar där. I planen skrivs det upp vad du ska göra för att få ett lönearbete.

## Utlokaliserad arbetsverksamhet

Utlokaliserad arbetsverksamhet ordnas för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Arbetsuppgifterna görs utanför arbetscentret på en vanlig arbetsplats. Det är inte fråga om ett lönearbete.







---

Den här boken riktar sig till alla som behöver stöd  
att hitta arbete och behålla ett arbete.

Boken är särskilt för dig som har  
en intellektuell funktionsnedsättning.

Boken berättar om olika sätt att arbeta  
och att det går att kombinera lönearbete  
med att ha en pension.

I boken finns också uppgifter som hjälper dig  
att fundera på din egen arbetsituation  
och på hurdant arbetsliv du vill ha.

Boken kan användas på arbetscenter,  
i skolor och i hemmen.

Alla ska få möjlighet att få ett arbetsliv  
som passar och känns rätt.

Boken är sammanställd av FDUV.

