



Hälsa, mat och miljö

För dig som vill utvecklas och lära dig mer om kommunikation, levnadsvanor, friskvård och miljö.

Lär dig mer om kommunikation, relationer, kärlek och kropp, hur du kan utvecklas i din matupplevelse eller planera din fritid och friskvård. Du kan också lära dig mer om viktiga levnadsvanor och hur du återvinning och återbruk fungerar.

Kursstart	Augusti 2025
Sista ansökningsdag	20 maj 2025
Plats	Studium, Styrmansgatan 21B, Göteborg

Vi är skolan för dig som är vuxen och behöver extra stöd!

Hos oss får du chans att lära dig nya saker, helt i din egen takt. Du kan studera på deltid eller heltid. Vi har både yrkesutbildningar och enskilda kurser.

I alla våra kurser och utbildningar utgår vi från vad du redan kan och vad du behöver lära dig. Du får lära dig mer för att klara dig bättre i vardagen och i samhället. Vi har trygga, erfarna lärare som hjälper dig på bästa sätt. Du får använda datorer, surfplattor och böcker. Ibland får du gå på studiebesök för att lära dig mer.

Studieplanering

Tillsammans med lärare och vägledare planerar du dina studier och innehållet i undervisningen utifrån dina behov och tidigare kunskaper. Undervisningen hos oss sker i små grupper i lugn takt. På kurserna får du betyg eller intyg. Utbildningen kostar ingenting. Ibland får du betala för böcker, kopior och arbetskläder.

Dokumenterade intyg

Alla elever som läser på anpassad utbildning kan få sina kunskaper dokumenterade i ett intyg.

Kommunikation, relationer och kärlek

Det här är en kurs för dig som vill ha stöd och kunskap när det gäller kommunikation med andra, till exempel vänner, familj, arbetskamrater och partners. Det är också en kurs om känslor, kärlek, sex och samlevnad. Vi ser på filmer, läser texter och diskuterar tillsammans.

Den första delen av kursen handlar om kommunikation mellan människor i olika miljöer och situationer till exempel på arbetsplatsen eller på fritiden. Vad passar att prata om med vem, och när?

Den andra delen av kursen handlar om romantik, dejting och sex. Vi pratar bland annat om hur man kan träffa en partner och vad som är bra att tänka på när man dejtar någon. Vad betyder egentligen samtycke och vad är säkert sex?

Kursen förbereder för fortsatta studier i ämnen som berör människans livsvillkor. Kursen ges en gång i veckan under 2 studieperioder. Du får ett intyg på att du har deltagit i kursen.

Kommunikation och relationer
– Anmälningsskod KOMREL