

KARRIERE GUIDEN

Få styr på alle
dine veje til
ungdoms-
uddannelserne

MØD DE UNGE

Læs deres historier
om at være på
ungdomsuddannelse

UNGDOMS- UDDANNELSERNE

Vi gi'r dig overblikket
over indhold, krav og
muligheder

ZOOM IND PÅ DIG SELV

Opgavesider, der gør dig
klogere på dine tanker,
drømme og styrker

TILHØRER

Navn: _____

Klasse: _____



KARRIEREGUIDEN.NU
Supplerende website
med vejledning, spil,
film og gode links

NORDSJÆLLAND

MØD DE UNGE

Hilsen fra undervisningsministeren.....	3
Code råd fra vejledernes formand.....	4
Når drømmen alligevel går i opfyldelse.....	6-7
Svendebrev, studenterhue og SoMe stjerner – EUX.....	8, 11
EUD-voxbop.....	10
I HTX-elevernes fodspor: På besøg på HCØ.....	12-13
SOSU-EUD-voxbop.....	14
Man skal turde ombestemme sig – HHX.....	16-17
Jeg skulle finde en maske, der var mig.....	18
STX voxbop.....	20
En tech-direktørs bekendelser.....	22, 25
Med åbent mindset kan alle blive iværksættere.....	24
Fremtid med murerske eller hvid kittel – EUD.....	26
Et år på efterskole blev nøglen til uddannelsessystemet.....	28
Postkort fra Maryland, USA.....	30
Et år med mening: 10. klasse styrker både faglighed og fællesskab.....	32-33
Det fede er, at man står med en færdig pakke – og stadig kan læse videre – EUX Business.....	34
HF på Gribskov Gymnasium baner vejen frem.....	36-37
Når uddannelsen er den samme i Honolulu, Houston og Hassers – IB.....	38-39

Der er et stærkt sammenhold i mit malersjak – EUD.....	40
SOSU-EUX-voxbop.....	42-43
Vores nye skole har en fed atmosfære.....	44-45
Jeg lærer bedre ved at gøre – end ved at høre – FGU ..	46-47
Her er hænderne i centrum – Fri Fagskole.....	48-49
HTX-voxbop.....	50
Et studie af dem, der passer på os – HHX.....	51
Business og samfund med globalt udsyn på STX.....	52-53
EUX-Business-voxbop.....	54
Fra STU til erhvervsuddannelse: Bastian fandt vejen videre.....	55
Søskendefokken, der valgte mejerivejen: Når interesse er arveligt –EUD.....	56-57
Junior mesterlære – en ny måde at gå i skole på.....	58-59
Byliv og klubtilbud er lige udenfor døren på efterskolen ..	60
EUD-voxbop.....	62
Øvelse i at stå fast trods bølgegang.....	63
Fra designer til S-togsfører.....	64-65
10. klasse med hænderne i fokus.....	66
Min uge i praktik.....	67
HHX-voxbop.....	68
En uddannelse i metalindustrien åbner døre til hele verden – EUD.....	69
På forkant med grøn omstilling.....	70

ZOOM IND PÅ DIG SELV

Uddannelsesvejledning.....	74
Kære forældre.....	75
Code vaner kan være nøglen.....	76
De 24 styrker.....	78-81
Sæt dig et mål.....	83
Hvad har betydning for dig?.....	86
Find dine interesser.....	87
Dit leverum.....	88-89
Besøg på ungdomsuddannelser.....	90
Forberedelsesmateriale til INTRO-dage.....	92-95
Min vigtigheds-skala.....	96
Erhvervspraktik.....	98-105
UNOUNG.DK.....	107
Flere veje med ug.dk.....	108-110
Map din vej.....	111
Din vej videre efter 9. og 10. klasse – uddannelsesoversigt ..	112
Uddannelsessteder NORDSJÆLLAND.....	113
Ansøgning via optagelse.dk.....	114
SPS, mulighed for støtte.....	115

ALT OM UNGDOMS UDDANNELSERNE

10. klasse.....	116-117
Erhvervsuddannelser, intro.....	118
EUX.....	121
Alle Erhvervsuddannelser på kort.....	123-136
De gymnasiale uddannelser, intro.....	138
De obligatoriske fag og niveauer.....	141
HHX.....	144
HTX.....	145
STX.....	146
HF.....	147
FGU.....	148-149
STU, TAMU, IGU.....	150
Andre uddannelser.....	151
VUC.....	155

KARRIERE GUIDEN

KarriereGuiden 2025-2026
Ungdomsuddannelsesmagasin
udgives i samarbejde med den
kommunale ungevejledning
i Nordsjælland

REDAKTION
Compass Fairs
Stamholmen 192
2650 Hvidovre
Tlf. 2149 4860
www.compassfairs.dk

REDAKTØR
Christina Qvistgaard
cq@compassfairs.dk

ANNONCER
Jacob Porse
jp@compassfairs.dk
Tlf. 9189 8510

LAYOUT/GRAFISK/
TRYK
Jan Haste
Tryk: Step Print Power
14.000 eks.

KÆRE ELEV

Stort tillykke – du har nu afsluttet skolen! En hel verden af muligheder åbner sig foran dig, og det næste skridt er nu op til dig. Hvad vil du bruge din tid på? Hvad drømmer du om?

Der er mange veje at vælge imellem. Vil du noget med håndværk, business, mennesker eller måske noget mere bogligt? Valget kan føles både spændende og lidt skræmmende. Du skal vælge det, der giver mest mening for dig.

Jeg kan selv huske, da jeg stod i dine sko. Efter 9. klasse valgte jeg gymnasiet, fordi det virkede som den "rette" vej. Men jeg opdagede hurtigt, at det ikke var noget for mig. Jeg droppede ud efter kun fire måneder og fandt i stedet min vej som murer. Det viste sig at være den helt rigtige beslutning for mig. Jeg kunne mærke glæden ved at arbejde med hænderne, bygge noget, der kunne ses og bruges.

Derfor vil jeg opfordre dig til at tage dig tid til at tænke over, hvad du ønsker. Hvad interesserer dig? Hvad brænder du for? Det er vigtigt, at du vælger en vej, der motiverer dig, og som giver mening for dig – og ikke hvad der ser godt ud på papiret, eller hvad dine venner og familie måske tror er bedst for dig.

Det er okay ikke at have alle svarene nu. Du kan skifte retning senere, hvis du finder ud af, at noget andet passer bedre til dig. Jeg er et levende bevis på, at det er muligt at

finde sin egen vej, selvom man ikke har hele planen på plads fra starten.

Der er ingen uddannelser, der er mere værd end andre. Om du vælger en erhvervsuddannelse eller en gymnasial uddannelse, er ikke afgørende. Hver uddannelse har sin egen værdi og kan føre til et spændende og meningsfuldt arbejdsliv. Det vigtigste er, at du vælger noget, der motiverer dig og gør dig glad.

Mit råd til dig er at være nysgerrig. Brug tid på at undersøge dine muligheder, læs om de forskellige uddannelser, besøg skoler og snak med folk, der arbejder inden for de områder, du overvejer. Der er masser af mennesker, der er klar til at hjælpe dig med at finde den rette vej, uden at bestemme for dig. I sidste ende er det dig, der skal tage beslutningen.

Held og lykke med dit valg og det næste kapitel i dit liv!

Med venlig hilsen
Børne og Undervisningsminister
Mattias Tesfaye



// Foto: Keld Navntoft

Andres erfaringer

// Karina Meinecke, uddannelsesvejleder og formand for Danmarks Vejlederforening

Når man står lige midt i at skulle træffe valg om uddannelse, kan det godt føles som en meget stor ting. Man kan være sikker i sit valg, men man kan også føle sig usikker. Der er mange der kommer med gode råd, og "Det kan godt føles lidt irriterende at få råd, fordi folk taler rigtig meget ud fra dem selv, og det er ikke nødvendigvis fordi det passer på én selv." Sådan svarer en af de unge jeg taler med i podcast-serien Godt i Gang, da jeg spørger, om hun har nogle gode råd til unge, der er ved at skulle træffe valg om uddannelse.

Måske skal vi i stedet kalde det nogle gode erfaringer, man giver videre. Her viderebringer jeg nogle af de erfaringer og tanker, de

unge fra podcasten har gjort sig. Tænk over dem, tal med andre om dem, og brug det, du synes, giver mening for dig.

Det er ikke unormalt ikke at vide, hvad man skal

Hvis man ikke ved, hvilken uddannelse man skal vælge, kan man nogle gange føle, at man er den eneste, der har det sådan. Men det er man bestemt ikke. Det er helt normalt at være i tvivl. Det er en god idé at finde ud af, hvad man har lyst til og hvad man ikke har lyst til. Man kan f.eks. tage i erhvervspraktik, tage i brobygning eller tale med nogle om deres karrierevej.

Det er ikke en skam at finde ud af, at man vil noget andet

Det er vigtigt, at man ikke er bange for at træffe et forkert uddannelsesvalg. Det kan jo ske. Man kan godt springe ud i noget og så finde ud af, at det ikke var det, man ville. Mærk efter. Hvis man er i noget, som viser sig slet ikke at være det rigtige, så er det ok at hoppe fra og finde en anden uddannelse. Det handler om, at du har det godt og ikke brænder dig selv ud, og at du laver noget, du er stolt over. Og som en af podcast-deltagerne siger: Uddannelse er aldrig spild. Man kan altid tage noget viden med sig.

Vær åben overfor de muligheder der kommer din vej

Nogle gange sker der noget, man ikke lige regnede med. Det kan være, at man opdager, at der findes en uddannelse, man aldrig har hørt om, eller man kan komme i erhvervspraktik, som noget, man ikke lige

havde tænkt over. Vær åben overfor de muligheder der kommer din vej. Måske viser det sig at være lige det, du ledte efter.

Det er okay at spørge om hjælp

Man skal ikke være bange for at bede om hjælp. Det kan både være til stort og småt. Nogle gange går man og spekulerer over noget og så er det godt at få talt om det, andre gange kan det være hjælp til lektier, eller noget helt andet. En af podcast-deltagerne opfordrer til at man bruger sine forældre eller finder en person, som man ser lidt op til, som kan støtte og guide én. Man kan også hive fat i en voksen i sit netværk. Det kan være en lærer, en klubpædagog, et familiemedlem, en nabo eller en anden, man føler sig tryk ved.

Lad være med at lytte til andre, hvis de er nedladende

Nogle gange oplever man, at nogle i ens omgangskreds har fordomme om det, man drømmer om. Det kan godt være svært. Hvis du oplever, at andre er nedladende om det, du gerne vil uddannelsesmæssigt, så prøv at lade være med at lytte til dem. Du har ret til dine drømme. Men tænk også over, hvordan du taler om andres drømme. Hjælper du andre med at støtte op om deres drømme og planer?

Vil du gerne høre mere om de unges erfaringer og historier, så find podcasten Godt i Gang. Den findes både som videopodcast og på lyd.



Sund mad - din fremtid

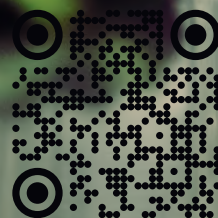
Lav
sund og
lækker mad
der hjælper
andre

ERNÆRINGSASSISTENT

Bliv klar
til en karriere
i alt fra sports-
klubber til
sygehuse

Få
en kreativ
uddannelse
med fokus på
ernæring

Lær
at lave klima-
venlig mad, bruge
sæsonens råvarer
og mindske
madspild



blivernaeringsassistent.dk



//Christina Qvistgaard

Når drømmen alligevel går i opfyldelse

Selvom man sidder i 9. klasse og er drønhamrende skoletræt, betyder det ikke, at man aldrig bliver til noget!

Det er Caroline et rigtig godt eksempel på. For hvem skulle have troet, at den smilende og glade dyrlægestuderende Karriereguiden møder, for bare få år siden var en trist og deprimeret teenager uden tro på sig selv og verden?

Caroline Jensens uddannelsesrejse har bragt hende vidt omkring både geografisk fra Nordsjælland til Midtjylland og Sønderjylland, et smut over Australien og København, men også som en opdagelse af sig selv. Som 15-årig var drømmen at blive dyrlæge, men den drøm døde med et 02 i dansk, fortæller hun. Og alligevel sidder hun i dag og nærmer sig afslutningen på drømmestudiet. Vejen dertil har været utraditionel.

Her kan du læse Carolines historie:

"I 9. klasse havde jeg det ikke særlig godt. Jeg passede ikke ind 8-16 systemet og havde svært ved at være motiveret, og var nok mere fraværende, end jeg var til stede.

Vi havde meget ambitiøse lærere og alt var meget gymnasiepræget, og jeg gad bare ikke 3 år mere med en forlængelse af folkeskolen.

Jeg endte med ikke at afslutte 9. klasse og fik konstateret både stress og depression. Tanken om, at jeg aldrig ville blive til noget tyngede mere og mere. Alt virkede uoverskueligt.

Både mine forældre og lærere ville gerne have mig på gymnasiet, men jeg ville egentlig gerne være ridelærer. Det fik jeg at vide, var noget, der hørte fritiden til.

Mine forældre var på Skills og faldt i snak med en fra Tronsø Fri Fagskole og fik et godt indtryk. De havde en ridelinje og det med heste fyldte meget for mig. Vi besøgte skolen og jeg kunne godt lide, at man fik sin egen hest, mens man gik der. Jeg kunne også godt lide blandingen af de praktiske fag og skolefag. Fag jeg kunne se, hvad jeg skulle bruge til.

Så som 15-årig flyttede jeg helt til Grindsted. Langt væk hjemmefra. Den første jeg mødte, var en 2 meter høj landmand fra Sønderjylland, som jeg overhovedet ikke kunne forstå. Det var lidt skræmmende at være omkring så mange mennesker. Men jeg blev tæt med min

roomie og fandt en gruppe stille og rolige mennesker. Jeg er ikke den mest sociale, men det var ok. Jeg skulle finde mig selv – og det gjorde jeg. Blandt andet ved hjælp af nogle lærere, der virkelig så mig.

På et tidspunkt var jeg med en ven fra landbrugslinjen ude at køre traktor, og det kunne jeg godt se mig selv i.

Jeg hørte om EUX landbrugslinjen på Grindsted Landbrugs-skole, og det passede godt til mig.

Københavneren

Så jeg kom aldrig hjem igen. I løbet af min EUX var jeg bl.a. 1 år i praktik på et meget lille landbrug drevet af en ældre landmand – og der kom jeg som den her nordsjællandske pige, der knap havde set en ko før. Men jeg lærte ekstremt meget. Efter det første år flyttede vores uddannelse til Gråsten. Her var vi flere elever, men lærerne her var også meget gode til at fange mig. Jeg var god i skolen og kom hurtigt til at kede mig, så de gjorde alt for at udfordre mig. Jeg endte med at hjælpe de andre elever meget, og det gav mig motivation. Vi var gode til at hjælpe hinanden. Jeg havde



fx aldrig prøvet at sætte en plov på en traktor før. Jeg blev kaldt københavneren, men de synes vist også, det var lidt spændende, at der kom en storby pige.

I løbet af uddannelsen var jeg også ½ år i Australien i praktik. Jeg arbejdede 2 forskellige steder, bl.a. på en stor kvægfarm. Det var en fed oplevelse. Det var den klassiske oplevelse med at køre rundt på ATV og så havde vi nogle hunde med også. Opgaverne varierede fra at hjælpe med at kælte og så ud at reparere hegn. Et af stederne var der 800 køer. Efter praktikken rejste jeg rundt med en veninde.

Jeg nåede lige hjem og så kom Corona, men fordi vi gik i 3.g., kom vi ret hurtigt tilbage.

Jeg endte med så gode karakterer, at jeg kunne komme direkte ind på dyrlægestudiet, men inden jeg nåede så langt, blev jeg ringet op af et landbrug i Esbjerg, om jeg ville komme til samtale. Så der var jeg i et halvt år – og så havde jeg fået nok af kvæg. Efter at jeg havde arbejdet et stykke tid på et hestestutteri, søgte jeg ind på dyrlægeuddannelsen i København.

Når jeg er færdig med min uddannelse, vil jeg tilbage til Jylland. Jeg kan godt lide at gå ud ad min dør uden at møde mennesker. Min familie er også på vej til Jylland.

Jeg har lært utrolig meget om mig selv i den her tid og fået meget mere selvtillid. Dyrlægestudiet var drømmen, men dengang i 9. klasse var den drøm død med 02 i dansk. Det lykkedes alligevel og nu ved jeg, hvordan jeg skal håndtere det, når jeg bliver skoletræt, for det gør jeg stadig en gang imellem.

Husk, at dit liv ikke stopper efter 9. klasse. Og det spiller ikke, hvis du presser dig selv ind i et system, hvor du ikke passer ind. Tag en dag ad gangen."



Tag på dit livs eventyr med MyEducation

I over 30 år har vi hjulpet unge og voksne med at opdage verden, udvikle sig personligt og få oplevelser, der varer hele livet. Vi arbejder kun med nøje udvalgte partnere, så du er sikret høj kvalitet og tryghed.

For unge mellem 14-19 år

High School-ophold i verdens mest spændende destinationer.

Oplev livet som lokal elev i lande som USA, Canada, Italien, Spanien eller Australien.

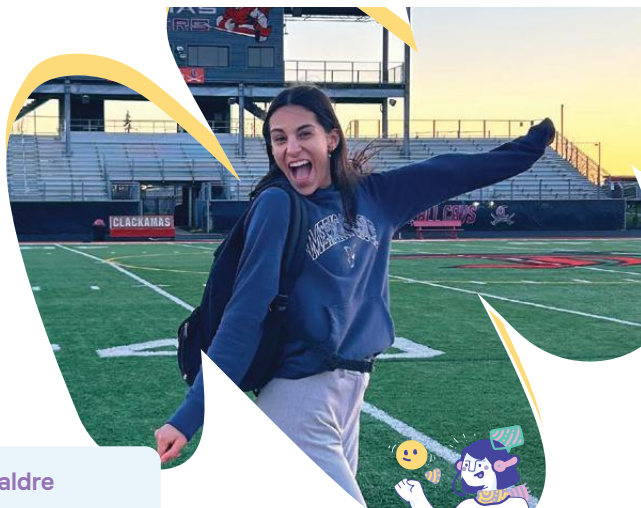
Bliv en del af en værtsfamilie, få nye venner og oplev en hverdag, der styrker både dig og din fremtid.

For alle aldre

Sprogrejser, der gør dig flydende i et nyt sprog på rekordtid.

Forbedr dine sprogkundskaber i fx Frankrig, Spanien eller Tyskland.

Intensivt, sjovt og designet til at forbedre dig i et nyt sprog.



Er du klar til at tage af sted?

Ring til os på
+45 35 15 32 76

Skriv til os på
info@myeducation.dk

Læs mere på
www.myeducation.dk



+30 års
erfaring

Destinationer
i over
30 lande

Skræddersyede
programmer
tilpasset dine mål

Hjælp og
rådgivning
hele vejen

MyEducation
together with





//Christina Omtgaard

Hvis du synes Noah, Oliver og Andreas ser lidt bekendte ud – er det måske fordi du er stødt ind i dem på TikTok, hvor de med stor succes slår deres folder som U/NORD drengene. Over en million visninger er det blevet til på kort tid – og de tre EUX tømrer elever bliver da også flittigt brugt af skolen, når der skal hentes likes til den officielle U/NORD kanal

Når Oliver William Petersen, Noah Weirum og Andreas Lunde Koustrup ikke lige danser og trender sig gennem livet, går tiden med GF2 på Hillerød Tekniske Skole.

Her er det primært værktøj og laptops, der fylder og ikke sociale medier. Og sådan bliver det også, når eleverne efter sommerferien skal i gang med deres respektive læreplaner. For selvom det er et sjovt projekt, er det uddannelsen, der tæller.

En uddannelse, hvor både svendebrev og studenterhue kommer i hus – og hvor mange døre står

pivåbne bagefter. Og netop det, har været tømrerelevernes primære overvejelse i forhold til at vælge EUX vejen.

"Det betyder noget, at man får begge dele," fastslår de. "Ellers kan det være svært at gå videre. Vi er fremtidssikret med den her baggrund, fordi vi altid kan læse videre. Vi har fag på fuldt gymnasialt niveau, og det giver adgang."

"Jeg elsker tømrerfaget og kunne se nogle gode muligheder i at læse videre med EUX," supplerer Oliver, 17 år. "Både min far og bror har taget

tømrer, og min far har læst videre til bygningskonstruktør. Det ser spændende ud, og den mulighed vil jeg også gerne have."

"Jeg har vidst siden 6. klasse, at jeg gerne ville noget bygningsuddannelse. Fx bygningskonstruktør," overtager Noah, 16 år. "Jeg vidste i hvert fald, at jeg vil læse videre. Og så er det smart at tage en håndværkeruddannelse, så man ved, hvad man snakker om senere, når man skal tale med håndværkerne."

Andreas, 16 år afslutter: "Jeg kan godt lide det boglige, men det kan

side 11



eg-info.dk



**GYMNASIET ER DE SJOVESTE OG
MEST UDVIKLENDE ÅR I DIT LIV**

**HELDIGVIS ER DER 2 GODE
TILBUD TIL DIG I HELSINGØR**



**HELSINGØR
GYMNASIUM**
Godt at blive klog på

hels-gym.dk

Navn og alder:

Kristoffer Heerulff, 23 år

Hvilken uddannelse og linje går du på?

Erhvervsuddannelsen maritime håndværksfag med speciale som bådebygger, GF2, Helsingør Tekniske Skole U/NORD.

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse?**Hvilke overvejelser gjorde du dig?**

Jeg har altid sejlet meget og interesseret mig meget for både. Jeg har sejlet kapsejlad i mange år. Jeg startede med at tage en HTX, men jeg fandt ud af ca. halvvejs igennem, at jeg ville være håndværker. Jeg gjorde dog gymnasiet færdigt. Da jeg først skulle vælge ungdomsuddannelse, havde jeg i tankerne, at jeg skulle være ingeniør, men gymnasiet jeg gik på havde flere praktiske værksteder bl.a. et træværksted, og det var virkelig de værksteder, der trak i mig. Samtidig havde jeg svært ved at sidde stille i timerne.



Læs om
bådebygger-
uddannelsen

SIDE 132

At jeg valgte bådebygger, var fordi, jeg godt kan lide, at det er et nichefag, og så er uddannelsen utrolig alsidig, man kommer igennem de fleste former for håndværk og arbejde med forskellige materialer. Primært træ og komposit.

Min far var også bådebygger, men det er ikke ham, der har skubbet mig ind på uddannelsen. Vi har dog arbejdet en del sammen bl.a. med at totalrenovere min families båd, og det var megasjovt.

Det er en uddannelse, hvor man bruger mange kemiske stoffer, men vi er godt beskyttede, så det er ikke noget problem. Jeg havde læreplads allerede inden, jeg startede på uddannelsen. Hos Dansk Marine Center i Aalborg på deres yacht værft.

Hvad bruger du mest tid på/hvad fylder mest?

Lige nu er vi i gang med at bygge nogle små optimistjoller, og så har vi brugt meget tid på at lære om alt det værktøj, vi bruger på uddannelsen. Hvis man kommer fra en håndværksmæssig baggrund, har man jo styr på det allerede, men det er vigtigt at lære. Så det er primært det helt basale, der fylder lige nu og så kommer der meget mere på, når man er ude i lære.

Jeg havde allerede arbejdet på Dansk Marine Center, inden jeg kom her. Det er et reparationsværft, så jeg har prøvet lidt af hvert. Bl.a. har jeg støbt en stævn. Generelt er folk lidt ældre, når de starter på den her uddannelse, men der kommer også folk direkte fra folkeskolen, så vi er spredt i alder fra 16-38 år. Uddannelsen er så alsidig, at man fx vil kunne arbejde som tømrer eller snedker, hvis man ikke lige skal være bådebygger. Vi kommer også igennem både noget VVS, strøm og svejsning. Man bliver selvfølgelig ikke ekspert i det hele, men det er helt klart håndværkets svejtserkniv.

Jeg bor på skolehjem, fordi jeg kommer fra Århus og så tager jeg toget hjem i weekenderne. Folk kommer alle mulige steder fra, fordi det her er det eneste sted i landet, man kan tage uddannelsen. Så vi er mange, der bor på skolehjem og vi laver meget sammen. Vi griller eller fisker eller tager ind til Helsingør. Det er en dejlig by med mange muligheder.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Man skal lægge noget arbejde i at få en læreplads. Jeg kendte en del, fordi jeg har sejlet så meget og arbejdet i branchen, men det kan være svært. Man skal være klar til at lægge nogle timer i det. Kom i gang i god tid. Man skal selvfølgelig også være klar til at rykke nogle kilometer.

Hvad er drømmen?

Jeg tror gerne, at jeg vil arbejde et par år og så vil jeg måske bruge min uddannelse til at blive surveyor. Det er en folk bruger, når de skal købe en båd for at sikre sig, at den er som den skal være. Måske skal jeg bare arbejde som bådebygger. Mange mestre er ved at være oppe i årene, så der kommer et generationsskifte på et tidspunkt. Jeg overvejer også at få mit eget, hvor jeg starter med reparationer.

**Kan du nævne et højdepunkt, opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?**

Jeg synes, det er fedt, at man bliver kastet ud i ting og bare prøver det hele af. Det er meget learning by doing og laver man fejl, ja så skal det bare laves om. Det kan jeg godt lide.

Læs om
EUX

SIDE 121



også blive for kedeligt og så var EUX et godt midterpunkt."

Man skal dog huske at tage tingene rimeligt seriøst, er EUX eleverne enige om. For det er ikke en uddannelse, man kommer sovende til.

"Det er ret hårdt," fastslår de.

De tre er alle sammen enige om, at timerne i værkstedet er et godt afbræk fra de boglige timer. Her får de mulighed for at få værktøj i hænderne og omsætte teori til praksis.

"Vi er glade for at gå her," understreger de. "Det er gode lærere, der virkelig gerne vil os."

Og så kom TikTok

I pauserne kan drengene så give den gas som TikTok stjerner.

"Det startede bare som en joke, og så blev vi mere og mere populære," fortæller de. Vi ser egentlig bare på, hvad der trender, og så laver vi noget selv. Vi har også lavet noget på skolens kanal. Det gør selvfølgelig, at vi snakker mere sammen, men i virkeligheden fylder det ikke så meget."

YFU DANMARK
make the world your home

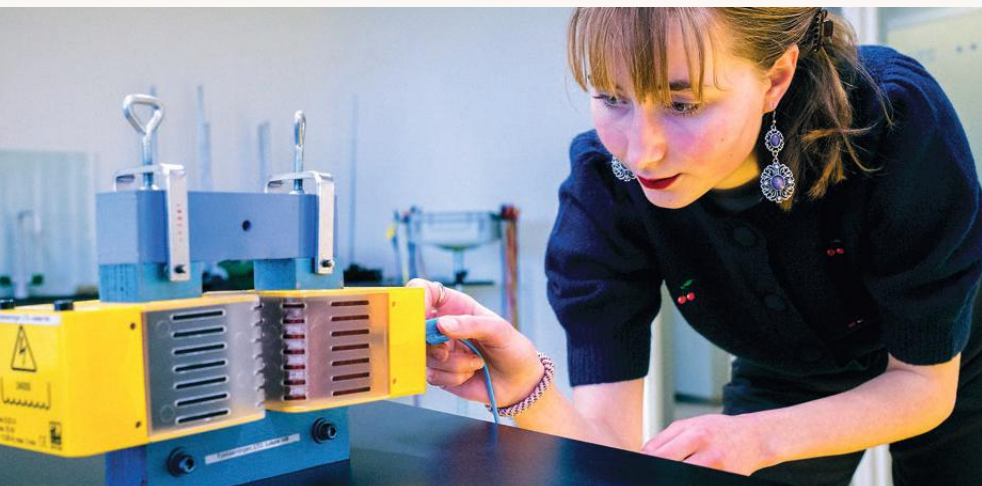
Rejs ud i verden

Scan QR koden for mere information om udveksling

Rejs på udveksling - få oplevelser for livet. Bo hos en værtsfamilie og gå i skole i et andet land. Rejs i trygge rammer med YFU.



PÅ BESØG PÅ HCØ



10:00

Det summer fra sofagrupperne og klasselokalet, hvor døren står på klem. Denne formiddag på H.C. Ørsted Gymnasiet i Lyngby sidder en klasse 3.g'ere, der har teknologi på A-niveau, og laver gruppearbejde. Victor, Aske og Sebastian overvejer, hvilke spørgsmål de skal stille elever på skolen til deres markedsundersøgelse. I januar begynder deres afsluttende projekt i et fag, som mange udefra ikke kender til: Teknologi. Et fag, som alle HTX-elever møder i løbet af deres tre år på skolen. Her arbejder eleverne med problemstillinger og opfinder løsninger gennem idéer, markeds- og brugerundersøgelser og prototyper af et produkt eller en service.

Idéen blev til virkelighed

Ellen og Malaika har begge hævet teknologi til A-niveau. I et af deres forløb forsøgte de at komme et velkendt problem til livs: Mange unge spiser ikke morgenmad, inden en lang skoledag venter forude. "Jeg er selv guilty," indrømmer Ellen. Derfor fik pigerne den idé at kantine skulle sælge sunde, mættende pandekager til studievenlige priser. Pandekagedej blev til i skolens proceskøkken, et stort køkken til undervisningsformål, og i andre projekter har Ellen og Malaika prøvet kræfter af i elværkstedet, er blevet fortrolige med skolens 3D-printere eller har savet træ og hamret søm i byggeværkstedet. "Jeg finder bare på alle mulige mærkelige idéer," fortæller Ellen, der er vild med at tegne og tilføjer: "3D-print er blevet min nye hobby her på gymnasiet. Det er fedt at se noget digitalt komme til live!"

Da Ellen og Malaika lavede projektet, tænkte de "Det her er en vild idé!". De

fremlagde deres rapport og pitched morgenmadsidéen inden sommerferien. Og hverken problemstilling eller idé var helt skævt. For til skoleårets første morgensamling kunne deres rektor meddele, at kantinepersonalet hver morgen ville servere gratis havregrød til alle morgenfriske og sultne gymnasieelever - netop for at få bugt med det problem, som Ellen og Malaika havde opdaget.

Teknologi rimer på fri

Victor, Aske og Sebastian ser teknologi som et kreativt fag med stor frihed, der giver dem en fornemmelse af, hvordan man arbejder med store projekter, fx som ingeniør eller iværksætter. Alle tre bærer nemlig på en drøm om at have deres egen virksomhed i fremtiden. I timen har de været rundt og samle svar til deres markedsundersøgelse, og de når at få de sidste med inden frikvarteret begynder.

11:30

Sultne maver flokkes mod kantinen. Norah fra 2.g sidder tilbage i fysiklokalet på 2. sal på en højstol. I de store glasskabe omkring hende ligger newtonmetere, decibelmålere og amperemetere. Ved siden af slænger blå, røde og gule ledninger sig fra et stativ. I lokalet er der også et apparat, som kan udsende laserlys gennem glas. Dagens emne er nemlig lys og bølger, og Norah er netop blevet klogere på, hvordan hun kan beregne, hvilke vinkler lyset bøjer i, og hvordan hun beregner lysets hastighed. "I fysik bruger vi matematik til at beskrive, hvad vi ser", fortæller hun og fortsætter: "Det meste af undervisningen foregår i laboratorierne, også selvom man har teori. Vi kan tage ting frem, som for eksempel i dag

REPORTAGE:

Hvad laver man på en helt normal dag på H.C. Ørsted Gymnasiet? Tag med Norah en tur i fysiklokalet og forbi planteklubben.

Følg med i Ellen og Malaikas morgenmadsprojekt.

Og kom med til forberedelserne til aftenens Halloween-party

hvor læreren gerne vil vise os noget om lys. Det er en fed måde at integrere lokalet i teoriundervisningen." Norah har fysik på B-niveau og går på studieretningen med bioteknologi og matematik.

Voksende interesse for planter

Vi går ned ad trappen til 1. sal, hvor Norah peger ud ad vinduet mod drivhuset på terrassen. Derude brugte hun en del tid sidste år, da klassen skulle studere planter i et forløb om avl. De plantede frø og skulle bl.a. undersøge planternes højde og hvilke af planterne, der ville blive albino. Drivhuset er gået i hi for sæsonen, men i et af skolens andre lokaler lever de grønne organismer i bedste velgående. De bliver passet og plejet af elever med grønne fingre, der udgør den frivillige planteklub.

Biologi har en særlig plads i hjertet

Der er ingen tvivl om, at biologi er Norahs yndlingsfag, uanset om det handler om planter, dyr eller mennesker: "Jeg synes bare, det hele er virkelig spændende. Alt, vi lærer, er lige så interessant som det forrige." Norah overvejede at søge ind på en samfunds-faglig studieretning på STX, men HTX vandt hendes hjerte. Heldigvis kan hun bruge sin samfundsinteresse i mange fag her på skolen, blandt andet i biologitimerne: "I biologi er det godt at kunne forstå de samfundsmæssige begrundelser som for eksempel om økologi og klima."

13:30

Mens de fleste på skolen er gledet tilbage i undervisningslokalerne, går en håndfuld elever rundt i skolens aula. Én slæber på en forstærker, en anden er ved at teste lyden fra sin bas, og

en tredje er ved at låse døren op til baren. Baren er fuld af de drikkevarer, der om nogle timer skal langes over disken til skoleårets anden fest. Victoria fra 3.g. navigerer velkendt og sikkert rundt blandt fadølsanlæg og sodavandskasser. Hun styrer skolens festudvalg og har været med til at arrangere fester, stå i baren og fjerne de festlige beviser dagen derpå, siden hun gik i 1.g. For Victoria er det et sjovt og stort ansvar: "Det er fedt at mærke, at man gør en forskel for nogle. Uden festudvalget ville der ikke være en fest."

Dansegulv og spillerum

Victoria pakker en papiredderkop ud og finder tape frem. I dag skal festudvalget gøre aulaen klar til dansegulv og en scene, hvor skolens band og dj'en skal sætte gang i gulvet. Rasmus Seebachs Øde ø plejer at fylde dansegulvet, fortæller Victoria. Senere skal to flyttekasser med Twister, Exploding Kittens og en masse andre spil rykkes ind i et af klasselokalerne, der forvandles til spillelounge. Et andet lokale bliver omdannet til garderobe, så de over 300 gæster kan hænge deres jakker og vise deres uhyggelige udklædning frem. Temaet for festen er Halloween,

og der er en præmie på højkant til den bedste udklædning. Men der er ingen krav om, at man skal være udklædt: "Du tager det på, du føler dig mest komfortabel i. Hvis du ikke har lyst til at være udklædt, er det også fint," understreger Victoria. Noget af det, der ifølge Victoria gør HTX-festerne særligt gode, er at alle kan være sig selv, og man er ligeglad med, hvad andre tænker om en. "Folk kig-

ger ikke skævt til dig, hvis du danser mærkeligt. Du er bare dig. Hvad så hvis du danser mærkeligt? Fedt! Det gør vi andre også," griner hun.

H.C. Ørsted Gymnasiet ligger på tre forskellige campusser: I Ballerup, Lyngby og på Frederiksberg. Reportagen ovenfor er fra gymnasiet i Lyngby.

Læs om
HTX
SIDE 145



På Allerød Gymnasium byder vi dig velkommen til tre år, som vil være med dig for altid!

Vi tilbyder et væld af studieretninger, så du kan tilpasse din uddannelse, så den passer perfekt til dig.

På vores hjemmeside allerodgymnasium.dk kan du læse meget mere om, hvilke studieretninger og valgfag vi tilbyder, og du kan prøve at designe din egen studieretning.

Find os også på Instagram, YouTube og Facebook, hvor du kan få et godt indblik i det daglige liv på skolen og læse mere om, hvad der rører sig både fagligt og socialt.

KOM OG VÆR MED! DET ER BÅDE SJOVT, SPÆNDENDE OG LÆRERIGT!

ALLERØD GYMNASIUM



Din
fremtid
starter
her



Til AGs
hoveddør med
offentlig transport fra:

Farum: 14 minutter
Birkerød: 10 minutter
Hillerød: 13 minutter
Værløse: 19 minutter

Bliv
en del af
fælles-
skabet!

Navn og alder:

Laura Jensen, 19 år.

Hvilken uddannelse og linje går du på?

SOSU-assistent EUD. Jeg har et år tilbage af uddannelsen. Jeg kom direkte fra folkeskolen, så jeg har gået på GF1 først.

Hvad var grunden til, du valgte**den uddannelse? Hvilke overvejelser gjorde du dig?**

Jeg har altid godt vidst, hvad jeg skulle – at det skulle være noget med mennesker. Så jeg kunne lige så godt komme i gang med det samme i stedet for at tage på gymnasiet, lige som alle de andre gjorde. For mig var det her den fede måde at gøre det på.

På sigt vil jeg gerne være socialrådgiver. Jeg har altid elsket mennesker og har også arbejdet med børn, da jeg var yngre. Jeg har et stort instinkt for at hjælpe andre.

Hvis jeg kan gøre andre glade, bliver jeg også selv glad. Det er min passion.

**Hvad bruger du mest tid på/
hvad fylder mest?**

Jeg er elev på SOSU H i Hillerød, men lige nu er jeg i praktik i hjemmeplejen i Helsingør. Det er helt vildt fedt. Vi skal igennem forskellige praktikker i løbet af uddannelsen. Bl.a. hjemmeplejen. Man laver noget nyt hele tiden og kommer ud til forskellige mennesker. Også dem, der ikke har det helt så svært, som dem, der er på plejehjem. Man får sine faste borgere og kan få en god relation til dem.

Jeg har rykket mig rigtig meget både fagligt men også, hvordan jeg ser på og håndterer forskellige mennesker.

Jeg har også brugt tid på at lave en logbog, så jeg kan meget nemt se, hvor meget jeg har udviklet mig.

På skolen fylder fællesskabet meget og det gør det også i praktikken. Selvom vi har meget ansvar, og jeg er ret ung, føler jeg mig tryk.

Det betyder en del at stå med så meget ansvar. Folk snakker meget om, at SOSU-assistenten bruger deres tid på at tørre røv, men det fylder ikke så meget. Og selvom det kan

være grænseoverskridende, så tænker jeg altid på, hvordan jeg ville have det, hvis det var mig, der lå der

**Har du et godt råd til en, der skal
starte på din uddannelse?**

Jeg synes, det var vildt grænseoverskridende første gang, jeg stod med en borger. Jeg var usikker og vidste ikke, om jeg kunne finde ud af det. Men brug vejlederen. Det fungerede rigtig godt for mig. At jeg kunne bede dem om at vise mig, hvordan man gør tingene og se mig gøre det også.

Hvad er drømmen?

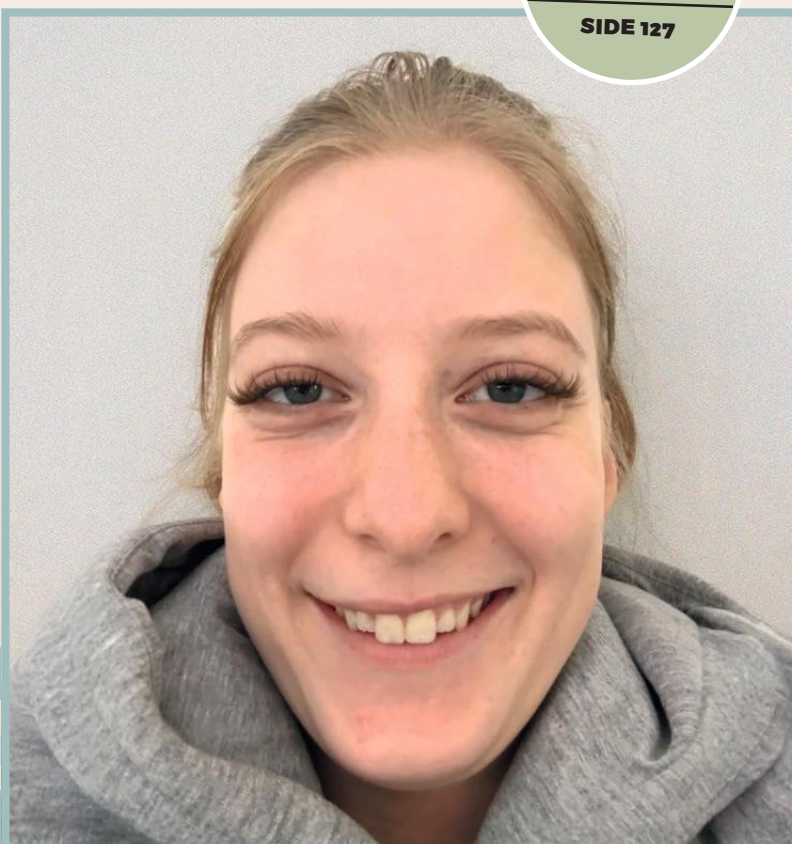
Jeg vil gerne arbejde med unge og drømmer om at blive misbrugskonsulent. Det kan man videreuddanne sig til efter socialrådgiveruddannelsen. Men jeg vil lægge vægt på det, der gør, at man har lyst til at arbejde. Glæden ved at hjælpe andre.

**Kan du nævne et højdepunkt,
opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?**

Det største højdepunkt for mig var at få job i psykiatrien, efter jeg havde været i praktik. Man kan godt selv have svært ved at se, om man er god eller ej, så når andre siger, at man er det, betyder det meget. Det er det fedeste.

Læs om
SOSU-ass.-
uddannelsen

SIDE 127



Hillerød Tekniske Gymnasium

Tag din studentereksamen med fokus på bæredygtighed, kreativitet, design og naturvidenskab



"Jeg valgte HTX, fordi jeg gerne vil forstå, hvordan ting fungerer i virkeligheden – ikke bare læse om det i en bog."

Sara, HTX

Læs business i Hillerød

På U/NORDs store campus bliver du en del af et særligt fællesskab med fokus på business og innovation

"Jeg valgte HHX, fordi det er mere rettet mod økonomi og erhverv end STX – og fordi jeg gerne vil læse videre på CBS."

Emil, HHX



A close-up portrait of a young woman with light brown hair tied back, smiling gently at the camera. She is wearing a green turtleneck sweater and small hoop earrings. The background is softly blurred.

Læs om
HHX

SIDE 144

“Man skal turde ombestemme sig”

Det er ikke altid, den første vej er den rigtige – og det er helt okay. For Martha Dargis, der er 3.g'er på HHX på Hillerød Handelsgymnasium U/NORD, blev vejen til det rigtige uddannelsesvalg lidt længere og bød på flere omveje, men i dag står hun et sted, hvor hun trives både fagligt og socialt.

//Christina Qvistgaard

Efter 9. klasse valgte Martha at tage på efterskole. Hun startede et sted, der ikke føltes rigtigt, og endte med at skifte til Vestsjællands Idrætsefterskole.

“Jeg havde brug for et pusterum. Jeg følte mig ikke klar til gymnasiet,” fortæller hun. Men efterskolelivet bød også på udfordringer.

“Man skulle være social hele tiden, og jeg følte mig langt væk hjemmefra. Jeg havde det svært med at sige fra – og jeg kæmpede med FOMO, hvis jeg trak mig.”

Da det blev tid til at vælge ungdomsuddannelse, valgte Martha først STX. Det havde familien og størstedelen af

vennerne fra Skævinge også gjort. Men det var et valg, hun hurtigt begyndte at tvivle på.

“Jeg kedede mig. Jeg kunne ikke se mig selv i det. Naturfagene sagde mig ikke rigtig noget,” forklarer Martha.

Så tog hun sagen i egen hånd og kontaktede studievejlederen på HHX for at få en besøgsdag.

“Det føltes anderledes. Det var et mindre gymnasium, og stemningen var meget mere personlig. Fagene mindede om virkeligheden – det føltes næsten som at arbejde i en virksomhed.”

Elsker det faglige indhold

At skulle skifte uddannelse var ikke nemt, men Martha valgte at lytte til sig selv.

"Jeg havde den der tanke: 'Nu må jeg altså holde op med at ombestemme mig hele tiden.' Men jeg valgte at tage udgangspunkt i, hvad der føltes rigtigt lige nu. Det har jeg ikke fortrudt, fastslår hun."

I dag går Martha i 3.g med Virksomhedsøkonomi A og Afsætning A. Hun elsker det faglige indhold – især fremhæver hun den virkelighedsnære undervisning.

"Erhvervscase var det fedeste. Vi arbejdede i grupper, gik i dybden med en virksomhed og fandt på nye ideer. Det føltes relevant og brugbart."

Det er ikke kun fagene, der har gjort HHX til det rigtige valg for Martha. Det sociale liv fylder meget.

"Vi har fester, arrangementer og et virkelig stærkt fællesskab. Og hvis der ikke er noget planlagt, så finder vi

“

Vi har fester, arrangementer og et virkelig stærkt fællesskab. Og hvis der ikke er noget planlagt, så finder vi selv på noget. Man får hurtigt nye venner.

selv på noget. Man får hurtigt nye venner – også selvom man skifter skole," fortæller Martha.

Mange fremtidsovervejelser

Om fremtiden er 3.g'eren stadig åben. Hun planlægger at tage et sabbatår, arbejde og måske rejse til Australien som au-pair for at styrke sit engelsk.

"Jeg har virkelig mange overvejelser og tanker i mit hovede. Måske CBS og markedsføring. Eller kommunikation på universitetet. Måske noget helt andet som jordemoder eller tandlæge."

"Det vigtigste for mig er, at HHX ikke lukker nogen døre," uddyber Martha. "Min kusine har også gået her, og hun valgte at blive sygeplejerske."

"Jeg synes, hvis jeg skal give et godt råd, at man skal vælge det, man synes er spændende lige nu. Lad være med at tænke for langt frem. Og vær ikke bange for at skifte retning – det er helt normalt. Man kan altid supplere op senere. Følg din mavefornemmelse."

Martha er et godt eksempel på, at det er ok at vælge forkert – og at det er ok at vælge om. For vejen til den rigtige hylde er sjældent snorlige.



VIRUM GYMNASIUM
VIDEN OG GLÆDE

Kom til Åbent Hus!

Onsdag 14. januar 2026
kl. 19.30

Info: virum-gym.dk

Kontakt
Virum Gymnasium
VG@edu.virum-gym.dk
Tlf.: 4583 2141
Fuglsangvej 66,
2830 Virum

Jeg skulle finde en maske, der var mig

//Christina Qvistgaard

Da Victor Waarst-Rasmussen, 18 år, for første gang trådte ind på den efterskole, der skulle være hans hjem det næste års, var der intet, der tydede på, at opholdet ville blive en succes. De andre elever lignede ikke typer, han kunne relatere til – og han kunne ikke se sig selv som en del af fællesskabet. Alligevel endte Victor med at kunne se tilbage på et år, der bød på så mange livslektioner, at han i dag holder foredrag for andre unge om sine oplevelser

Victors egen historie, er også en historie om at skille sig ud, om at turde at være anderledes og om at lære at droppe facaden. Og om at sætte brikkerne i puslespillet sammen, sådan at de værktøjer, man samler op hen ad vejen, pludselig giver mening, når man skal til at navigere i en verden, hvor man skal tage ansvar for sig selv. Her fortæller han om sin egen rejse.

Hundefører eller førerhund

I en meget tidlig alder syntes jeg, det med at spille computer var kedeligt, og jeg var heller ikke til fodbold, så jeg arbejdede meget.

Som 14-årig havde jeg ansvar for 10 ungarbejdere og fik mere og mere ansvar. Til sidst havde jeg ansvar for 35 ungarbejdere. Det gik der meget tid med. Hver dag efter skole og i weekender. Jeg spurgte efter værktøjer til at styre så mange og ejeren sagde til mig, at enten kan man være hundefører eller førerhund. Førerhunden går først og viser de andre, hvilken vej man skal gå. Den rolle ville jeg gerne have. Den indstilling, at man også selv skal begå fejl, og den tog jeg med i mine venskaber. Jeg gik forrest og tog initiativ og var ikke bange for at begå fejl.

En maske man kan holde ud at være i

Så startede jeg på efterskole. Et sted, hvor alle skal kunne indgå i fællesskabet, og hvor man skal indordne sig. Og det havde jeg svært ved. Jeg skulle pludselig være underordnet, og det havde jeg svært ved. Jeg gik på Baunehøj Efterskole, hvor der var mange 'hippie-typer', og det var jeg ikke vant til. Min familie havde gået der, så det var nærliggende, at det

skulle jeg også, men det første jeg så, var folk i genbrugstøj og det var langt fra, hvem jeg var.

Jeg startede med at sige, at der ville jeg ikke være. Den dag vi kørte derop, spurgte min far mig, hvad målet var for mig – og jeg sagde bare, at jeg ville lave så meget ballade, at jeg ikke behøvede at være der.

Jeg kom fra en baggrund, hvor jeg skulle skifte masker hele tiden, men på efterskolen fandt jeg ud af, at jeg måtte nedbryde alle de masker og finde en maske, jeg kunne holde ud at være i. En der var mig! Jeg kunne jo ikke bare lukke døren til mit værelse, for der var som minimum altid en anden derinde. Det tog mig næsten 5 måneder at vænne mig til.

Vendepunktet for mig blev en skitur. Der blev jeg endelig rystet sammen med de andre, fordi vi lavede noget andet end skole.

Det gik op for mig, hvad fællesskabet kan

I løbet af året stoppede jeg med at drikke alkohol, da det var en stor del af min tidligere måde at være på. Der skete også det, at min daværende bedste ven blev slået ned til en fest, og det var meget voldsomt, så der var jeg glad for at være på efterskole.

Jeg ville starte på en frisk.

En pige fra efterskolen, jeg ikke havde talt ret meget med, spurgte om jeg var ok, og så brød jeg bare sammen – og der gik det op for mig, hvad et fællesskab egentlig kan og hvor dumt det var med fordomme. Man aner jo ikke, hvem folk er, før man lærer dem at kende.

Det var forfærdeligt at stoppe på efterskolen, men jeg har stadig en relation til mine venner derfra i dag. Men det er jo ikke på samme måde, når man skal lave aftaler.

Værktøjer til fremtiden

Mit budskab er, at alt er i konstant udvikling, og det kan tage tid før man bliver glad for noget. Mit efterskoleår startede i august – og jeg blev først rigtig glad i april. Jeg ville ønske, jeg havde droppet facaden tidligere.

Jeg tager ikke penge for mine oplæg, for kan jeg hjælpe bare en til at droppe facaden og en uheldig løbebane, er det løn for mig.

Jeg startede på HHX lige efter efterskolen, og det var nogle helt andre typer igen. Men mine oplevelser har givet mig nogle værktøjer, som har hjulpet mig. Døm ikke folk på deres påklædning, man skal åbne sig op for andre og tolerere alle typer.

En vennegruppe med diversitet giver dynamik. Man udvikler sig gennem modspil og med respekt og ydmyghed kommer man langt. Det er vigtige lektioner at tage med.

FAKTA

Victor holder gerne sit oplæg 'Ung i en voksen verden' for jer. Kontakt ham på vwaarst@gmail.com, hvis I vil høre nærmere.



Lokalt nærvær Globalt udsyn

Birkerød Gymnasium er en skole med et stort internationalt fokus, da vi har elever fra over 50 forskellige lande. BG har alle de uddannelser, et gymnasium kan rumme: STX, HF og en international

studentereksamen (IB). På vores kostskole bor der elever fra alle tre skoleformer og fra hele verden. Det skaber en unik international, mangfoldig og dynamisk stemning på skolen.

 facebook.com/birkegym

 [@birkegym](https://instagram.com/birkegym)

 **BIRKERØD GYMNASIUM**
STX HF IB & KOSTSKOLE

Læs om
STX

SIDE 146

Navn og alder:

Lærke Frederiksen, 17 år

Hvilken uddannelse og linje går du på?

2.g på Frederiksværk Gymnasium, Matematik/Fysik og bl.a. spansk som valgfag

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse? Hvilke overvejelser gjorde du dig?

Jeg havde altid en plan om, hvad jeg gerne ville være, og så skulle jeg egentlig bare finde de fag, der åbnede den mulighed. Jeg vil gerne være tandlæge, så det var den her studieretning, jeg kunne bruge.

Jeg startede faktisk med at tage på HHX, men det var ikke noget for mig. Jeg var der kun i to uger. Så var det åbenlyst for mig at starte her, hvor jeg allerede kendte rigtig mange mennesker.

Hvad bruger du mest tid på/ hvad fylder mest?

Jeg prøver selvfølgelig at koncentrere mig rigtig meget om undervisningen, men det sociale fylder også meget. Det sociale er virkelig godt her på Frederiksværk Gymnasium. Jeg har

aldrig hørt eller oplevet nogle, der er blevet mobbet. Mange af os kendte hinanden i forvejen. Alle mine venner går her, så man ved, hvor man er i verden, og det giver en tryghed.

Jeg synes ikke lektierne fylder så meget, men afleveringerne gør. Vi kan have 3 på en uge nogle gange og andre uger har vi ingen. Men det fylder meget, og jeg bruger ofte flere elevtimer, end jeg skal på det.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Lad være med at stresse så meget over, hvilken studieretning du skal vælge og lad også være med at stresse over det med at få venner. Jeg kendte allerede mange, der gik her, men den klasse jeg kom i, kendte jeg ingen og folk var meget anderledes end mig selv. Men jeg har valgt studieretningen ud fra interesse og så kan jeg være sammen med mine venner i frikvartererne.

Hvad er drømmen?

Drømmen er at blive tandlæge, og hvis jeg har lyst, vil jeg videreuddanne mig til kæbekirurg. Min mor er klinikassistent, og jeg har været med hende på arbejde på klinikken

og set, hvad der foregår der. Det var hyggeligt at være på klinikken. Min mor har fortalt en del om arbejdet. Og så er det gode penge.

Kan du nævne et højdepunkt, opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?

Sommerperioden på gymnasiet er fantastisk. Når man kan spise sammen udenfor og gå ud at spille rundbold. Det er bare det bedste. Der er mange klasser, der samles om rundbold. Og så er højdepunktet vel også, at det bare er godt og hyggeligt at komme i skole. Det er også fedt at gå på et lille gymnasium, for man får hurtigt en fællesskabsfølelse. Til gengæld kan man ikke forsvinde i mængden.

HVORFOR HAR DU VALGT SPANSK?

Jeg har altid gerne ville lære at tale et andet sprog. Jeg havde tysk i folkeskolen, men det hadede jeg. Spansk synes jeg er et pænt sprog, og så var min mor også i gang med at lære det. Vi bruger appen Duolingo sammen og det er megahyggeligt at lære sammen med min mor, selvom hun er meget bedre end mig.

Jeg tænker også, at jeg skal ud at rejse, når jeg er færdig med STX. Et godt bud kunne være at blive bartender i Spanien.

Hvilken vej vil du?

SOSU H

Er du en af os?

Vil du...

- gøre en forskel - og udvikle dig fagligt og personligt?
- ha' gode muligheder for karriere og videreuddannelse?
- få løn mens du lærer?

Så har vi en vej for dig.

Mulighederne er mange

Vælg en uddannelse til **social- og sundhedsassistent**, **pædagogisk assistent** eller **social- og sundhedshjælper**.



Eller en **EUX Velfærd**, hvor du kombinerer din erhvervsuddannelse med en studentereksamen og får 2 uddannelser i 1.

Vil du styrke din faglighed og have tid til at finde din vej? Vores **10. klasse** vægter teori og praktik med fokus på sundhed, omsorg og pædagogik.

SOSU H er Danmarks største SOSU-skole
- find os tæt på dig!

Hvis jeg skal fremhæve noget fra min uddannelse, er det helt klart underviserne. De troede på, at man kunne. Og de var gode til at samle op, når noget var udfordrende i forhold til skoleopgaver eller oplæring."

Tidligere pædagogisk assistentelev, nu pædagog.

Bliv lidt klogere på virkeligheden
sosuh.dk



En tech-direktørs bekendelser

Arthur Storm Teglbjærg på 22 år har sammen med kammeraterne Lucas Damsgaard, Marcus Nerløe Kassebeer og Karl-Emil Waldstrøm Plum stiftet AI-virksomheden SPAAK. Her har de med kunstig intelligens skabt platformen Hamilton, som overvåger alt inden for politisk og offentlig interessevaretagelse. Det har lykkedes dem at skabe forretning med stor appel. En kapitalfond har investeret et millionbeløb i dem, og det vidner om stor tillid til produktet – og til teamet bag. Karriereguiden (KG) har talt med Arthur Caspar Storm Teglbjærg (ACST) om vejen dertil – og om fremtiden.

KG: Hvad har du lavet før SPAAK? Og hvad har du taget med fra tidligere?

ACST: "Jeg gik på Bernadotteskolen i Hellerup, hvor jeg var meget interesseret i musik og naturfag. Generelt er jeg meget nysgerrig og synes, at det er både sjovt og spændende at lære nyt, og det synes jeg, skolen var god til at sætte gode rammer for. Jeg tror på, at man kan få meget ud af at dyrke sin kreativitet tidligt. Selv oplever jeg at kunne udnytte den i mit daglige arbejde, hvor jeg finder mod og inspiration til at kaste mig ud i nye ting uden nødvendigvis at have prøvet det før. Jeg fortsatte på Zahles, som er et meget fagligt fokuseret gymnasie. Mens jeg gik i gymnasiet, arbejdede jeg i SuperBrugsen, hvor jeg forsøgte at spare op til at kunne investere i aktier. Jeg synes, der var noget fascinerende omkring det at investere, og jeg synes, at tanken om at kunne "være med" i virksomheder, man tror på, var sjov og inspirerende. Da corona kom, lavede jeg en lille forretning ud af at bygge hjemmesider, og her tog min interesse for iværksætteri fart. Bagefter lavede jeg en virksomhed, hvor iværksættere kunne mødes i netværksgrupper til sjove og inspirerende begivenheder og siden en lektiehjælpsvirksomhed, og ja – nu laver vi SPAAK."

KG: Hvad betyder iværksætteri for dig?

ACST: "Det betyder, at jeg hver dag står op til en hverdag, der byder på oplevelser, jeg ellers aldrig havde turet håbe på at få. Møder med kunder fra de største af landets virksomheder, kollegaer med forskellig alder og baggrund, investorer fra udlandet og udfordringer, der sikrer, at jeg udvikler mig hver eneste dag."

KG: Hvor kender du de andre fra SPAAK fra? Hvorfor er I stærke sammen?

ACST: "Det er lidt hist og pist. Lucas, Karl og jeg gik på "nabogymnasier", og vi mødte hinanden lidt rundt omkring, hvor vi faldt i snak og blev venner. Marcus og Lucas har gået på efterskole sammen og kender hinanden derfra. Vi komplementerer hinanden smadder godt, eftersom vi både har fælles værdier og forskellige kompetencer. Fælles for os er, at vi er drevet af en lyst til at udvikle noget nyt og innovativt, og at den bedste betaling for os er det lys, vi kan se i vores kunders øjne, når vores produkt løser deres problemer. Der hvor vi er forskellige, er især på vores "skills", hvor Lucas kender det politiske landskab, vi agerer i, Karl har en designmæssig baggrund, og Marcus en teknisk baggrund, mens jeg er kommerciel og klarer mig bedst i kundernes selskab."

KG: Hvad er dine rolle i SPAAK?

ACST: "Jeg står for salg, markedsføring, kundesupport og relationer. Egentlig alt, hvad der er eksternt rettet, mens mine dygtige kollegaer står for produktet. Det er også af den årsag, vi har prioriteret rollerne, som de er."

KG: Hvordan er jeres tilgang til kunstig intelligens som iværksættere?

ACST: "For vores generation tror jeg, AI er kommet meget naturligt. Vi er allerede vant til at bruge software, apps, computere og smartphones, og derfor faldt det naturligt at arbejde med kunstig intelligens. Derfor var vores tilgang i begyndelsen som alt andet – eksperimenterende. Vi prøvede os frem og så, hvad det kunne bruges til,

og hvor det ikke fungerer. Her fandt vi nogle ting, vi blev glade for i vores egen hverdag, og så gik vi i krig med at undersøge, om politik kunne være en verden, der kunne drage nytte af teknologien."

KG: Hvornår kom I på ideen bag SPAAK?

ACST: "Det gjorde vi først i 2024. Karl, Lucas og jeg havde arbejdet på den samme arbejdsplads og stoppede egentlig, fordi vi havde planlagt at skulle studere. Med mere tid på hænderne, kom vi så til at snakke start-up idéer, og her kom vi på SPAAK, som vi hurtigt indså, ikke ville kunne lykkes uden en dygtig tekniker, så introducerede Lucas os til Marcus, og derfra er resten historie!"

KG: Fortæl om Hamilton – hvad er ideen bag?

ACST: "Hamilton er navnet på vores produkt, som er et softwareværktøj til folk, der arbejder med politik. Public Affairs er det fancy ord. Det dækker over noget ret simpelt: At kende og påvirke beslutninger og love i samfundet, så de ikke skader ens organisation, eller omvendt så de skaber muligheder eller forbedringer for en. Helt kort, gør vores værktøj det nemmere at følge med i, hvad der sker i den politiske verden, og helt præcist giver det et overblik over de politiske processer, der påvirker organisationer. Det tager mange timer og koster mange penge at følge med i, hvis man skal gøre det helt "manuelt", og derfor har vi bygget et system, der gør det bedre og hurtigere. På meget nørdet vis, har vi valgt at opkalde både vores produkt og virksomhed efter politiske figurer – Paul-Henri Spaak, der var med til

side 25





RUNGSTED
GYMNASIUM

Dit globale gymnasium

Har du set, at vi har globale linjer med fag på engelsk?



"På RG føles det lidt mere som et fællesskab. Alle kan komme fra sit eget og passe ind."

Annelie, 3.g

Vi har også gode science-muligheder



Dyrk elitesport, dine interesser, yndlingsfag og meget mere med os!



Bliv en del af fællesskabet!



HOP PÅ SKOLEBUSSEN!



Læs mere på www.rungsted-gym.dk

Den frivillige organisation Unge Iværksættere arbejder for at give den næste generation af iværksættere de bedste kort på hånden gennem et stærkt netværk og viden fra iværksættere, der allerede har trådt vejen. Gennem fysiske events, podcast og online fællesskab deles viden, inspiration og andres erfaringer og guldgrube til alle, som ser muligheder i alternative karriereveje med iværksætteri i centrum.

MED ÅBENT MINDSET KAN ALLE BLIVE IVÆRKSÆTTERE

// Louise Schmedes.

Foto: Mik bag mikrofon: Niklas Kock Olesen.

Foto: Salen til event: Albert Malling Nissen

"I 'Unge Iværksættere' arbejder vi frivilligt på at gøre iværksætteri tilgængeligt for alle – uanset baggrund eller ressourcer. Foreningen startede som en elevklub på Niels Brock, men i dag er vi landsdækkende, og vores deltagere spænder fra gymnasieelever til universitetsstuderende – og endda nogle, der er lidt ældre," siger Mik Lønborg, som har været formand for organisationen siden efteråret 2024. Unge Iværksættere drives af otte unge, som planlægger, markedsfører og afholder deres events og aktiviteter.

"Iværksætteri er fortsat kernen i vores arbejde, og vi arbejder målrettet for at gøre viden og netværk mere tilgængeligt for unge, der drømmer om at gå vejen som iværksætter. Vi afholder månedlige events skiftevis i København og Aarhus, hvor unge kan netværke, finde inspiration og lære af dygtige oplægsholdere. Samtidig arbejder vi på at skabe et endnu større og stærkere fællesskab – både fysisk og online – så endnu flere unge kan få glæde af sparring og støtte på deres rejse som iværksættere," siger Mik Lønborg og fortsætter: "Vi laver også podcasten Unge Iværksættere Talks, hvor vi interviewer iværksættere om deres rejse og erfaringer. Podcasten sætter fokus på nyere iværksættere, mens vores

fysiske events typisk præsenterer mere etablerede oplægsholdere med længere erfaring og unikke historier. Vi henvender os primært til unge i alderen 16 til 24 år, og begge formater har samme formål: At inspirere og give unge de redskaber og den viden, de skal bruge for at tage deres egne skridt som iværksættere."

Kom som du er

"Alt i alt handler det for os om at give unge den viden, de redskaber, de erfaringer – og ikke mindst det netværk – der skal til, for at de selv tør tage skridtet som iværksættere. Vi vil vise, at iværksætteri er en mulighed for alle – uanset køn, baggrund eller ressourcer – og gennem konkrete eksempler inspirere til, hvordan man kan tage sine idéer fra tanke til virkelighed. Iværksætteri kan være en hård og ensom vej at gå. Det er nok også den mest udefinerede karrierevej, fordi der ikke er nogen fast opskrift, som der er i mange andre. Hvis vi kan hjælpe unge med at finde lidt mere klarhed og give dem et fællesskab at læne sig op ad, så er jeg enormt stolt af at være en del af det," siger Mik Lønborg.

"Iværksættermiljøet er kendetegnet ved mennesker med åbent sind – mennesker, der er klar til at dele viden, lære af hinanden og hjælpe andre

fremad. Det er også noget, vi vægter højt i Unge Iværksættere. Hos os handler det ikke om kroner og øre, men om lysten til at lære og udvikle sig. Vores team drives af frivillige, der har taget ansvar på eget initiativ og engagement – ikke på baggrund af alder. Vi bruger mange timer på både det organisatoriske og det praktiske

omkring vores events, men det gør vi som en del af et fællesskab, der er bygget på passionen for iværksætteri. Og det virker som en form for karma – det arbejde, man lægger i at hjælpe andre og skabe noget meningsfuldt, kommer tilbage som netværk, kontakter og nye muligheder," siger Mik Lønborg.

Spil dig til dine chancer

"Min egen vej ind i Unge Iværksættere var tæt på ikke at ske. Jeg husker, hvordan jeg stod udenfor eventlokalet og overvejede at vende om. Jeg var taget afsted alene, og det hele virkede ret intimiderende – jeg havde ikke nogen erfaring med iværksætteri og kom fra en STX-baggrund, hvor det ikke fyldte meget. Men jeg tog mig sammen og gik ind, og det blev starten på noget, der har betydet utrolig meget for mig siden da," siger Mik Lønborg.

"Efter at have deltaget i et par events som deltager, begyndte jeg at blive mere engageret. Jeg spurgte den daværende formand, om der var noget, jeg kunne hjælpe med – bare noget simpelt som at sætte stole på plads. I stedet spurgte han, om jeg ville hjælpe med at redigere videoer til Unge Iværksættere. Jeg havde ingen erfaring med det, men sagde ja alligevel. Jeg kastede mig ud i det, blev hængende og fik mere og mere ansvar. I dag er jeg med til at forme foreningen, og det hele startede med, at jeg tog det første skridt. Hvis du synes, at iværksætteri virker spændende, men måske også lidt overvældende eller uoverskueligt, så er mit råd at tage første skridt. Kom til et af vores events – du behøver ikke have erfaring med iværksætteri. Så længe du kommer med et smil, nysgerrighed og god energi, kan jeg love, at du vil gå derfra med noget værdifuldt. Om det er inspiration, nye forbindelser eller måske en idé til dit næste skridt, er op til dig," siger Mik Lønborg.





at grundlægge EU, og Alexander Hamilton, der var med til at grundlægge USA. Vi syntes, det var sjovt og relevant, da vi stiftede forretningen, men referencen har vist sig at være mere niche end først forventet, så den sammenhæng må vi ofte forklare vores kunder og samarbejdspartnere. Vi henvender os til store virksomheder – især dem, der arbejder med produkter, som er meget påvirkede af de beslutninger, politikerne tager. Det kunne være virksomheder i energibranchen, bankverdenen eller lægemiddelinindustrien. Vi arbejder også med for-

eninger, NGO'er, og sommetider endda offentlige institutioner.

KG: Hvordan kommer AI i spil i Hamilton?

ACST: "AI er i vores produkt i bund og grund et kæmpe produktivtidsløft, så man kan nå de samme opgaver på kortere tid, eller så man kan automatisere nogle opgaver, man laver om og om igen, så man har tid til at lave andre ting. Vi specialiserer os bare i at arbejde med den data, som findes i den politiske verden, og det er dét som gør os specielle."

KG: Hvad er potentialerne ved jeres tech virksomhed? Og hvad er jeres drømme om 5 og 10 år?

ACST: "Jeg tror, at alle iværksættende drømmer om at lave et produkt, som gør nogle andre mennesker glade og tilfredse. Sådan er det i hvert fald for os. Om 5-10 år håber vi, at vi har kunder i hele verden, som vi gør livet nemmere for, og at det skaber en masse muligheder for, at vi kan prøve kræfter med udfordringer på tværs af landegrænser, og få lov at rejse verden rundt for at starte samarbejder op. Potentialitet for vores virksomhed er stort! Der er 1000-vis af potentielle kunder derude, og det er helt nyt for dem, at AI kan hjælpe dem i dagligdagen, hvorfor vi er med til at starte en ny bølge."

KG: Hvad er dine drømme for fremtiden?

ACST: "Jeg håber, at SPAAK kan være min billet til en masse oplevelser, jeg ikke ville kunne få gennem et "normalt job", og at jeg gennem virksomheden kan møde mennesker og besøge lande, jeg ellers aldrig var kommet til. Derudover er målet selvfølgelig, at virksomheden skal blive en succes, der gør, at jeg kan leve et fedt liv med min kæreste, venner og familie."



Gør det, du brænder for!

Tag 10. klasse på
Sejergaardens Musik-
efterskole og vælg
mellem 3 linjefag:

MUSIKER
SANGSKRIVER
PRODUCER



Sejergårdsvej 2 • 4340 Tølløse • Tlf. 59185124 • info@sejergaardens.dk • www.sejergaardens.dk

Håndværksfag eller pharma? Frederik Rosenberg på 19 år havde længe været afsøgende i forhold til sit uddannelsesvalg, men efter at have talt med venner og familie blev kursen lagt. Nu har han været i gang med at uddanne sig til procesoperatør på NEXT i Emdrup det seneste år, og det valg er han glad for. Der er masser af mulighed for faglig udvikling, og så er uddannelsen også et godt kort på hånden til fremtiden.



Læs om
procesoperatør-
uddannelsen

SIDE 133

Fremtid med murerske eller hvid kittel?

"Da jeg var yngre, var jeg sikker på, jeg ville tage mig en håndværksuddannelse i en eller anden retning. Når jeg undersøgte uddannelsesmulighederne, så tog jeg ud i praktikker som fx tømrer, murer eller elektriker. Og det var nok også et af håndværksfagene, jeg var gået efter, hvis ikke jeg var blevet anbefalet at søge ind på uddannelsen til procesoperatør," siger Frederik Rosenberg fra Rødovre.

"Både et familiemedlem, som er i branchen og venner, der var på uddannelsen i forvejen, fortalte mig, at det var en god uddannelse med masser af arbejdsmuligheder og med gode muligheder for at udvikle sig. Jeg syntes, det lød meget spændende, så jeg søgte ind på uddannelsen på NEXT i Emdrup," siger Frederik Rosenberg og tilføjer: "Der er også stor interesse for uddannelsen i disse år. Faktisk enormt. Med uddannelsen lærer man at arbejde med produktion i industrien – som procesoperatør fremstiller man fx medicin og

fødevarer. Det er et praktisk anlagt fag, hvor man arbejder med teknik, maskiner og IT. Man får ansvar for kvalitet, miljø og sikkerhed – og skal sikre ensartethed i de produkter, man fremstiller. Det er et spændende fag, som har stor betydning i vores samtid – både indenfor grøn fødevarereudvikling og sikker medicinudvikling- og fremstilling."

En læreplads med perspektiv

"Jeg skifter mellem skole og min læreplads. Jeg har været så heldig, at jeg har fået læreplads i Novo Nordisk. Det er nok den bedste arbejdsplads, jeg har været på. De har en rigtig god struktur i måden, som de gør tingene på, og mine kollegaer er utroligt hjælpsomme. Jeg udvikler mig både fagligt og personligt. Jeg får ofte lov til at bestemme, hvilken proces jeg har lyst til at være på, og hvad jeg lige synes, jeg gerne vil have lidt bedre styr på. Det synes jeg, afspejler en god arbejdsplads. Der er ansvar for egen læring - og rige muligheder, hvis man tager fat," siger Frederik Rosenberg.

"Det praktiske arbejde går godt i spænd med det, jeg lærer på min uddannelse. Selv foretrækker jeg den praktiske side af uddannelsen, hvor vi lærer en masse om drift af produktionsanlæg, og vi får også selv lov til at prøve det. Der er rigtig meget teori i undervisningen, og det kan nogle gange godt blive rigtig lange timer. Men det er en del af det, og det må man tage med. Jeg synes personligt, at jeg lærer allerbedst, når jeg selv får lov til at prøve tingene af

og selv får lov til at stå med noget i hænderne," siger Frederik Rosenberg.

"Det er en fed uddannelse, som jeg helt sikkert ville anbefale andre at tage. Det er en utrolig god uddannelse at have med sig, og der er rigtig gode jobmuligheder på mange forskellige spændende arbejdspladser. I løbet af uddannelsen lærer man en masse forskellige emner inden for produktionsprocesser, så man kommer til at udvikle sig meget både socialt og fagligt. Og uddannelsen giver adgang til en god økonomisk vej. Lige nu glæder jeg mig over alt det, jeg endnu skal lære på uddannelsen og min læreplads, og så drømmer jeg om at fortsætte arbejdet og på sigt få et større ansvar inden for produktion. Det ville være fedt at få lov til," siger Frederik Rosenberg.





HELSINGØR
KOMMUNE

Kickstart din fremtid lokalt, tag din uddannelse i Helsingør Kommune?

Har du lyst til at tage en uddannelse på en anderledes måde? Tænker du, at det er lige dig at skifte mellem skole og oplæring på en arbejdsplads?

Så er en erhvervsuddannelse lige dig

- Du får mange muligheder i fremtiden for videreuddannelse
 - Du bliver eftertragtet på arbejdsmarkedet
 - Du får løn under hele din uddannelse
- Vi i Helsingør Kommune håber at høre fra dig!



Social- og sundhedshjælper
Social- og sundhedsassistent
Ernæringsassistent
Pædagogisk assistent
Ejendomsservicetekniker
Kontorelev



Vil du blive klogere på uddannelserne,
besøg relevante erhvervsskolars hjemmeside.



Da Ali Bako kom til Danmark den 7. december 2013, var han 13 år gammel og bar på en bagage tungere end de fleste teenagere. Familien var flygtet fra Syrien, fra et område, hvor ISIS sad tungt på magten. I Danmark ventede en helt ny virkelighed – og et gensyn med faren, som de ikke havde set i næsten fire år



"Det var en helt vild omvæltning. Vi kom direkte fra krig og ødelæggelse til et Danmark i julestemning med pynt og lys overalt. Jeg kan huske, at vi tog toget fra lufthavnen, og folk sad og drak i toget – det var meget ukendt for os," fortæller Ali.

En svær start

Det første møde med det danske skolesystem blev præget af sproglige og kulturelle barrierer. Ali blev placeret i en modtageklasse med andre nyankomne børn, men her blev integrationen begrænset.

"Det sjove var, at vores lærer nærmest endte med at tale bedre arabisk, end vi lærte dansk. De andre elever talte også arabisk eller kurdisk, så jeg lærte ikke ret meget dansk. Vi kommunikerede jo på fællessproget med hinanden. Jeg mødte heller ikke rigtig nogle danskere."

Først efter et par år fik han timer i en almindelig 7. klasse. Han skiftede skole og mødte her to personer, som skulle få afgørende betydning for hans fremtid: læreren Tina og vejlederen Ellen.

"Jeg havde stadig store udfordringer med sproget, jeg blev mobbet, og jeg turde ikke sige noget i timerne. Jeg var bange for at gøre noget forkert. Når man har forskellig kulturel baggrund, bliver tingene opfattet forskelligt. Det gav mig en grundlæggende usikkerhed."

Efterskolen – nøglen til integration

Mod slutningen af 9. klasse foreslog Tina og Ellen, at Ali skulle tage et år på efterskole. Et begreb, han på det tidspunkt ikke kendte til – og heller ikke anede kostede penge. Men med deres hjælp søgte han både skole-

plads og økonomisk støtte og endte på Tølløse Private- og Efterskole.

"Jeg vidste ikke, hvad en efterskole var. Men Tina og Ellen mente, at det ville være det rigtige for mig. Jeg havde ikke modet til at søge gymnasiet, og jeg kendte ikke til erhvervsuddannelser. De hjalp mig hele vejen."

Det første møde med livet på efterskole var overvældende. Ali havde håbet på at få sit eget værelse, men forældrene insisterede på et dobbeltværelse – netop for at fremme integrationen.

"Jeg ville helst på 1-mands værelse, men mine forældre sagde, at jeg skulle prøve et 2-mands, fordi hele formålet med opholdet var at lære mere om det danske samfund. Jeg kom til at bo med en fyr fra Bornholm, og det var en god kombination," uddyber Ali.

Efterskoleopholdet blev et vendepunkt – både socialt, sprogligt og fagligt. Her blev han for alvor en del af et dansk fællesskab.

"Det var ikke supernemt for mig i starten, men jeg fandt ud af, at vi alle er forskellige på hver vores måde, og jeg var nødt til at integrere mig, for jeg kunne jo ikke undgå de andre," forklarer han.

Han blev fagligt stærkere, begyndte at forstå dansk kultur og samlede mod til at tale højt – både i og uden for klasselokalet.

"Jeg har altid sagt, at det er efterskoletiden, der har gjort, at jeg er, hvor jeg er i dag. Jeg havde brugbare karakterer efter folkeskolen, men jeg manglede en masse redskaber. Folk skal ikke lade sig skræmme af kulturelle årsager. Efterskolen har gjort

mig til den, jeg er – og den betød, at jeg fortsatte min uddannelse."

Fra gymnasiet til den rette hylde

Efter efterskolen valgte Ali at tage en HF. Ikke med en specifik uddannelse for øje, men for at give sig selv tid og flere muligheder.

"Jeg vidste ikke, hvad jeg skulle bagefter, men jeg gik all in på at undersøge, hvad der fandtes. Jeg interesserede mig for flere uddannelser, der faktisk ikke krævede en gymnasial uddannelse, men jeg synes selv, at jeg manglede noget fagligt, så jeg valgte HF."

Efter to år søgte han ind på sygeplejerskeuddannelsen, men det viste sig hurtigt ikke at være det rette match.

"Jeg synes teorien var spændende, men sygehusmiljøet var for presset. Det var ikke sjovt. Så jeg lavede en u-vending og begyndte at kigge på erhvervsuddannelser."

I dag er Ali 24 år og i gang som procesoperatørelev hos Novo Nordisk – et sted, hvor han bruger både hoved og hænder, og hvor han føler sig hjemme.

"Man skal gå efter det, man brænder for, og lade være med at blive snydt af titler og høje uddannelser. Det betyder ikke, at man får et job, man er glad for. Du skal tage din egen beslutning. Det du føler for – og ikke det, folk forventer af dig. Lad være med at være bange for at vælge om og starte på noget nyt. Jeg har muligvis tabt et år på sygeplejen, men jeg har vundet hele mit liv."

Læs om
efterskoler

SIDE 151

FREDERIKSVÆRK GYMNASIUM OG HF

- dit lokale gymnasium

Faglige ambitioner for alle

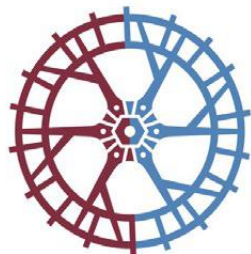
Eleven i fokus

Lokalt gymnasium med internationalt udsyn

Fællesskab og medejerskab

Musical - Idræt - Studieture - Master Class - Forfatterskole - Science - Lektiecafé - Elevudvalg

Du er altid velkommen til at kontakte os på telefon 47725210 eller post@fvgh.dk, hvis du har brug for oplysninger eller har lyst til at besøge os.



**FREDERIKSVÆRK
GYMNASIUM OG HF**

Frederiksværk Gymnasium & HF

Strandgade 34 - 3300 Frederiksværk

Tel. 47725210 Mail: Post@fvgh.dk

Hjemmeside www.fvgh.dk

Kontoret er åbent

Mandag-torsdag kl. 8.00-15.00

Fredag kl. 8.00-14.00



POSTKORT FRA MARYLAND, USA



Hej! Jeg hedder Rosa, jeg er 17 år gammel og er lige ved at afslutte mit udvekslingsår i Maryland, USA med EF Danmark. Jeg rejser hjem den 6. juli – og jeg kan allerede mærke, at det bliver virkelig svært at sige farvel til alt det her.

Jeg ankom d. 24 juli sidste år og blev budt velkommen af min værtsfamilie, som består af min værtsmor, værtsfar og deres datter. Fra første dag følte jeg mig som en del af familien – vi laver mad sammen, tager på ture, og jeg har lært alt fra amerikanske højtider til, hvordan man spiser peanutbutter til ALT!

Min hverdag har især været præget af livet på en amerikansk high school. Jeg går på marylands største skole med cirka 3.500 elever, og det var noget af en omvæltning i starten. Her er der school spirit for alvor – med pep rallies, sportshold, musik og teater. Jeg havde fag som US Government, Child Development og Keramik, og det var både spændende og udfordrende at skulle følge undervisningen på engelsk.

Jeg er også en del af skolens lacrosse hold i forårssæsonen. Det er helt klart noget af det bedste, jeg har gjort. Det har givet mig både venner og en følelse af at være en del af noget større.

Vi træner hver dag og i weekenden, og vi spiller kampe mod andre skoler. Jeg har fundet ud af, at sport fylder meget i USA – ikke kun for dem, der deltager, men også for hele skolen og lokalsamfundet.

Et udvekslingsår handler ikke kun om skole – det handler også om at opleve en helt anden hverdag. Jeg har fejret Halloween med udklædning og græskarudskæring, været til Thanksgiving med alt for meget mad og skal fejre 4th of July lige inden jeg tager hjem – med barbecue, flag og fyrværkeri. De amerikanske højtider er virkelig noget for sig, og det har været sjovt og spændende at være en del af dem.

Jeg har også været på ture til bl.a. Washington D.C., Seattle og Michigan, upstate New York og Florida osv. At se steder, jeg før kun havde set på film, har i virkeligheden været helt surrealistisk. Min EF lokale gruppe har også arrangeret fælles ture og aktiviteter for os udvekslingsstuder i området, hvilket gør det let at møde andre unge i samme situation fra andre lande.

Det mest overraskende ved mit udvekslingsår har været, hvor meget jeg har udviklet mig som person. Jeg er blevet mere selvstændig, bedre til

engelsk, og jeg har lært at tackle nye og uvante situationer. Jeg har fået venner fra hele verden, og selvom vi bor langt fra hinanden, ved jeg, at vi kommer til at ses igen.

Min værtsfamilie er blevet som en ekstra familie for mig, og det bliver virkelig svært at tage afsked. Vi har delt hver dag og oplevelser, og jeg føler mig ikke som en gæst, men som en del af deres liv og familie.

Et udvekslingsår er en kæmpe mulighed. Du får lov til at bo i et andet land, lære en ny kultur at kende og blive en del af noget større. Du oplever både de små hverdagsting og de store øjeblikke – og det hele er med til at forme dig.

Jeg kan på det varmeste anbefale at tage af sted med EF. De har været med hele vejen, og jeg har følt mig tryk og godt støttet både før, under og nu her i slutningen af mit ophold. Det har været et år fyldt med oplevelser, grin, udfordringer og minder for livet.

Så hvis du går og overvejer et udvekslingsår - GØR DET! Du vil ikke fortryde det."

UDDANNELSE MED ET HAV AF MULIGHEDER

 Vi har få
ledige pladser
med start i august!



Fuld hf-eksamen
Uddannelse som skibsassistent
1. modul af skibsofficeruddannelsen
Optagelse fra 9./10. klasse

HF-SØFART
MARSTAL SVENDBORG

www.vucfyn.dk/hf-soefart

Åbent hus: 17. januar og 31. januar 2026 på Ærø • 10. og 24. januar 2026 i Svendborg

10. KLASSE STYRKER BÅDE

På Fredensborg Skole samles unge fra hele oplandet for at få et 10. kl. år, der ikke bare styrker dem fagligt, men også ryster dem sammen i et meningsfyldt og selvvalgt fællesskab. Det har bl.a. Julie og Maya nydt godt af.

Maya Agathon Heidemann på 16 år valgte Fredensborg Skole, fordi hun havde brug for et år til at styrke sine karakterer og blive mere klar til gymnasiet. "Jeg havde brug for lidt mere tid. Jeg skulle have nogle karakterer lidt op for at komme på STX og for at udvikle det sociale," fortæller hun. "For et år siden var jeg meget stille og turde ikke rigtig sige min mening, men som jeg er nu, bliver jeg både hørt og set."

Også Julie Hvidberg Ellesøe, 17 år, fremhæver det personlige udbytte af året. Hun kom med et godt snit, men havde brug for et år til at lande og finde sig selv. "Mine karakterer er blevet meget bedre, og jeg er blevet en mere åben person. I 9. kl. var jeg mere lukket, men nu tør jeg stå ved mine meninger," uddyber hun.

Temabaseret undervisning med virkelighedsnær tilgang

Undervisningen på Fredensborg Skole er struktureret i temaer, der kombinerer faglig fordybelse med kreativitet og samarbejde. Et af højdepunkterne for Maya har været et forløb om kortfilm.

"Vi var meget uden for skolen og filme. Vi fik lov at lave noget selvstændigt, hvor vi selv skulle holde styr på det. Jeg har det godt med at blive undervist på den måde. Man får vist, hvad man kan," siger hun.

Et stærkt fællesskab med nærværende voksne

Fællesskabet er en hjørnesteen i 10. klasse på Fredensborg Skole. Eleverne oplever et stærkt sammenhold – både med hinanden og med lærerne.

"De voksne er her meget for at hjælpe, og det har jeg ikke oplevet så meget andre steder," siger Maya. Hun oplever, at der er flere voksne omkring dem, og at de er meget tilgængelige og engagerede i elevernes trivsel.

Julie fortæller også om et fællesskab, der har gjort indtryk: "Jeg har fundet et rigtigt fællesskab her og nye venner. Jeg glædede mig til at møde nye mennesker, da jeg startede." Hun peger på skolens mange ture som en vigtig faktor i sammenholdet. "Vi har været meget ude af huset, også i starten af året, hvor vi skulle rystes sammen."

Et godt stop på vejen

Et 10. klassesår er et bevidst valgt år for mange unge, der vil være klar til næste skridt i livet. For Maya har det været en vigtig overgang.

"Det kan være overvældende at gå direkte på gymnasiet, så det her er et godt stop på vejen." Og Julie har i løbet af året fået bekræftet, at hendes fremtids tanker om HF for ordblinde er den rigtige vej.

"Det her år har fået mig til at glæde mig til det næste, der skal ske. Jeg er åben for at møde nye mennesker, og det bliver fedt, at de er i samme situation som mig."



Julie Hvidberg Ellesøe

Læs om
10. klasse

SIDE 116

FAGLIGHED OG FÆLLESSKAB

Begge piger fremhæver, at 10. klasse ikke bare har forberedt dem til eksamener, men til livet. Det har været et år med personlig vækst, faglig fordybelse og oplevelser, de vil tage med sig videre.

Efter sommerferien fortsætter Maya på STX på Nærum Gymnasium, mens Julie skal begynde på HF. Begge gør det med en stærkere tro på sig selv – og med oplevelsen af et år, der virkelig gjorde en forskel.



Maya Agathon Heidemann

NORDATLANTISK
GYMNASIEKLASSE

🇩🇰 🇳🇱 🇩🇪 🇩🇰

På **NGK** tilbyder vi studieretningen:
Bioteknologi - Arktisk Teknologi - Matematik - Fysik
nordatlantisk.dk

DIT EVENTYR STARTER HER

DET KAN BLIVE DIG

DU SKAL REJSE

I en **NGK**-KLASSE bor du i 3 lande på 3 år,
mens du tager en **STX**

33



// Christina Qvistgaard

Om få uger afslutter 20-årige Victoria Thorsen sin EUX Business-uddannelse og kan kalde sig udlært. I to år har hun været elev hos Bilhuset Elmer, hvor hun har arbejdet med markedsføring og kommunikation – og lært at tage ansvar fra dag ét

"Jeg valgte EUX Business, fordi jeg ikke var superinteresseret i at gå tre år på en gymnasial uddannelse og så ikke have en konkret uddannelse. Jeg var stærk i skolen, så det her var en god mulighed. Man har en færdig pakke efter bare fire år – og har alligevel mulighed for at læse videre," fortæller hun.

Elevtiden har hun tilbragt hos Bilhuset Elmer, primært i afdelingen i Helsingør, men også med opgaver i København og endda på Bornholm. Interessen for biler spillede ind, men vigtigst for Victoria var det, at jobbet passede til hendes ønsker om at arbejde med marketing.

Alsidige opgaver og selvstændigt arbejde

Som marketinglev har Victoria ikke haft mange kolleger i samme funktion – og netop det har givet hende plads til at udvikle sig.

"Det har været en god oplevelse. Lidt specielt, fordi jeg egentlig kun har haft en freelancer at sparre med, der var ingen andre i min rolle, så jeg har fået lov at arbejde meget selvstændigt," siger hun.

Opgaverne har været mange og forskellige: sociale medier, hjemmesideindhold, events og generel markedsføring. "Jeg har været hele vejen rundt," siger hun. "Jeg har skullet finde min egen vej, så det har handlet om at være opsøgende og nysgerrig på de ting, der foregår i virksomheden."

Victoria fremhæver også det sociale miljø som en vigtig del af oplevelsen:

"Det betyder rigtig meget det med at kunne være lidt venner med sine kollegaer og deltage i ting sammen efter arbejde."

Fagprøve og fremtidsdrømme

Nu står fagprøven for døren – en afsluttende

opgave, hvor Victoria har valgt at fokusere på bilmærket Kia og forholdet mellem markedsføring og salg. Opgaven fylder 10-15 sider og afsluttes med en mundtlig fremlæggelse.

Samtidig begynder tankerne om fremtiden at melde sig. "Når jeg er færdig, håber jeg at komme i gang med noget, der er lidt mere event-agtigt. Gerne noget projektorienteret, hvor jeg har ledelsen og skal koordinere. Jeg kan godt lide kontakten med kunderne," siger hun.

Gode råd til kommende elever

Gennem uddannelsen har Victoria opbygget et netværk, og hun holder stadig kontakten med flere af sine gamle klassekammerater fra Hillerød Handelsgymnasium U/NORD. Mange af dem har også fået elevplads – blandt andet hos SAS, Matas og Toldstyrelsen.

Til nye elever, der skal ud at finde praktikplads, har Victoria et godt råd: "Besøg virksomheden, inden man siger ja. Mød de andre og mærk efter."

For hende har elevtiden været fuld af oplevelser og ansvar – fra deltagelse i ture med Ford-importører til egne marketingkampagner. "Jeg synes alle de muligheder, der har været, har været et højdepunkt. Jeg har været med til alt muligt."

Skoleforløbet ser hun også tilbage på med glæde. "Jeg var glad for skolen. Jeg har det nemt med det faglige, så det var ikke så svært – men man skulle bide tænderne sammen på 2. år. Til gengæld fik man også nogle fede muligheder. Jeg var blandt andet på ture til både London og Tyskland."

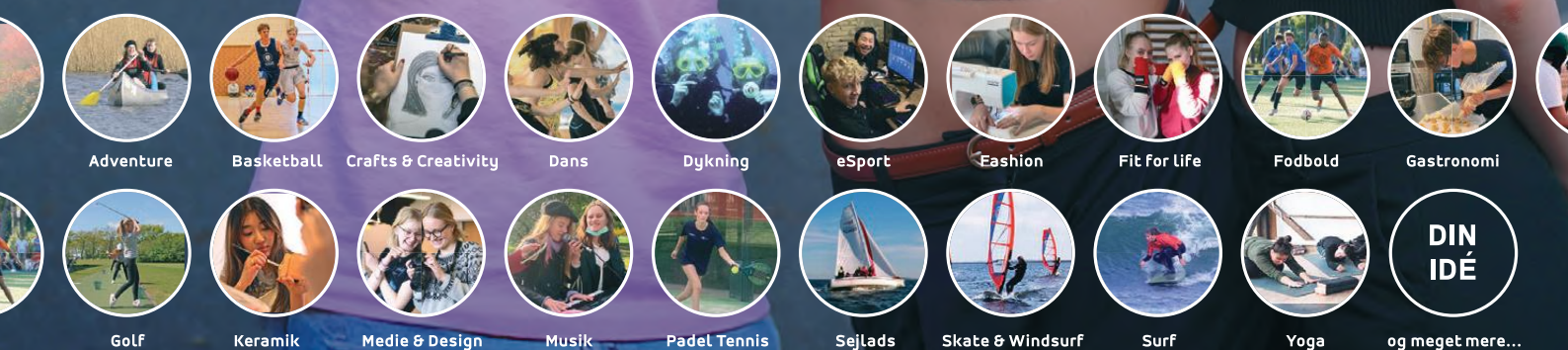
Med både praktisk erfaring og en stærk teoretisk baggrund er Victoria klar til næste skridt. En "færdig pakke", som hun selv kalder det – og med masser af muligheder for fremtiden.

Læs om
EUX
SIDE 121



Ranum

Design dit efterskoleår



International efterskole • Niveaudelt undervisning i 9. & 10. kl. • 20+ Cambridge IGCSE fag
50+ profil- og valgfag • 4 rejser • 500+ venner • Ledige pladser
Sommercamps 2026 • Læs mere og book en rundvisning på www.ranumefterskole.dk

RANUM



EFTERSKOLE COLLEGE

HF PÅ GRIBSKOV GYMNASIUM BANER VEJEN FREM



For Cirkeline Wendler og Sofie Lyng Garde blev HF den rette løsning, efter en smuttur på STX. I dag går de begge på 1. år og har valgt business-fagpakken med Samfundsfag B og Erhvervsøkonomi C

Cirkeline, 19 år, har altid haft interesse for business og sociale medier, men det var først lidt sent i skoleforløbet, at hun opdagede, det faktisk kunne blive en retning at gå i. Hun startede først på STX, men det viste sig hurtigt, at det ikke var det rette match. "Jeg kunne godt lide måden, HF fungerede på. Det var mere mig," fortæller hun.

"Det var den fagpakke, der sagde mig mest af de tre, man kunne vælge imellem på Gribskov," supplerer Sofie, 18 år. Også Sofie havde forsøgt sig med STX, men droppede ud, fordi det ikke var det rigtige for hende. "HF var en oplagt vej videre. Jeg ville stadig gerne have en gymnasial uddannelse, men havde ikke lyst til at starte helt forfra."

Noget af det, de begge lægger mærke til ved HF, er, at undervisningen føles selvstændig og virkelighedsnær. Fag som dansk, engelsk og matematik bygger videre på det, de lærte i folkeskolen, men især i naturfagene

oplever de, at der sker store faglige ryk. Alligevel føler de sig godt klædt på og i stand til at følge med.

"Det er fedt at gå i skole," siger Cirkeline. Og Sofie fortsætter: "Det faglige fylder en del, men vi har ikke så mange lektier og meget få afleveringer i forhold til STX. Det giver plads til at have et liv ved siden af."

Seriøst og sjovt

For Cirkeline er planen at tage et sabbatår efter HF og rejse ud i verden, inden hun søger ind på en business-uddannelse – formentlig efter at have suppleret op med virksomhedsøkonomi. Sofie er stadig lidt i tvivl om den præcise retning, men ved, at hun gerne vil på universitetet på et tidspunkt.

Begge piger oplever, at der er lidt fordomme om HF – blandt andet at det skulle være hurtigt overstået eller nemt. "Men man er nødt til at tage det seriøst," siger Cirkeline. "Og så skal man også huske at have det sjovt undervejs."

Noget af det, der skiller HF ud, er strukturen. Der gives ikke standpunktskarakterer, men fag afsluttes løbende. "Det er faktisk rigtig fedt," siger Sofie. "Så ved man, hvor man står. Og alle fag skal afsluttes med en eksamen, så man bliver godt trænet."

Socialt trives pigerne også godt. Eleverne blander sig på kryds og tværs af retninger. Der er fælles idrætsdage, fester og et godt sammenhold.



Professionsrettet undervisning

På Gribbskov Gymnasium arbejder man målrettet mod at gøre undervisningen på HF endnu mere professionsrettet. Derfor er gymnasiet med i et projekt, der skal understøtte netop det.

Projektet, der bla. indebærer videreuddannelse for lærerne kører til 2027, og uddannelsesleder Lise Routhier Bentsen, forventer at resultaterne også vil kunne videreføres på den nye epx-uddannelse.

"Projektet går primært ud på, at lærerne skal udvikle på undervisningsmateriale rettet mod professionshøjskolerne. Et af formålene med HF er jo, at eleverne gerne skulle vælge de korte og mellemlange videregående uddannelser. Velfærdsuddannelserne," uddyber uddannelseslederen.

"Samtidig samarbejder vi også med aktører fra den 'virkelige verden'. Fx Gribbskov Kommune, hvor eleverne får forståelse for, hvad en kommune er, hvilke jobs der findes – kort sagt, at gøre tingene mere virkelighedsnære. Det afspejler sig også i undervisningsmaterialet, der skal rette sig mod, hvad der venter dem. Hvad skal man kunne for fx at blive socialrådgiver?"

Læs om
HF
SIDE 147

Facebook icon Instagram icon YouTube icon
@roskildetekniskeskole

Klar til uddannelse?

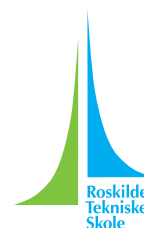
www.rts.dk • 46 300 400

Se mulighederne på rts.dk

På Roskilde Tekniske Skole tilbyder vi omkring 30 erhvervsuddannelser og 12 eux-uddannelser inden for bygge og anlæg, håndværk og teknik, medier og design samt det grønne område.

Du kan starte i Roskilde, Høng, Valby eller Greve.

I Roskilde kan du også starte på htx, den 3-årige gymnasieuddannelse med fokus på science, tech, innovation og design.



NÅR UDDANNELSEN ER DEN SAMME i Honolulu, Houston og Hasseris



På IB World School kan eleverne tage en international anerkendt studentereksamen, som er lige værdifuld over hele kloden. Undervisningen foregår på engelsk, og Hasseris Gymnasium er et af de få danske gymnasier, der tilbyder muligheden.

- Hele det globale perspektiv og udsyn, og tænkningen om at vi er verdensborgere, gør det hele værd," siger 17-årige Flora Borsiczky, der er født i Ungarn, men flyttede til Danmark med sin familie, da hun var 9 år.

"Det globale er også en følelse. Man bliver mere opmærksom på andre kulturer. Det er en øjenåbner til at forstå andre mennesker," tilføjer Anne Væver Grønning, som ligeledes er 17 år, men kommer fra området omkring Løgstør.

Det globale udsyn præger også IB World School i Hasseris på ganske konkret vis. Der er omkring 30 forskellige nationaliteter. Det internationale udsyn folder sig således dagligt ud for eleverne både fagligt og socialt.

Men tallet 30 er bare noget, de siger for at gøre det internationale klart. I virkeligheden er det svært at opgøre nationaliteter; nogle er fra Danmark og nogle fra andre lande, nogle er tilflyttere, andre er født i Danmark af forældre med en anden baggrund, atter andre er børn af forældre med forskellig nationalitet.

Det understreger dybest set meget godt det ret naturlige i at tage en international anerkendt uddannelse som The International Baccalaureate Diploma.

Tæller som STX, HHX og HTX

"IB-uddannelsen er på verdensplan 2-årig, svarende i en dansk sammenhæng til 2. og 3. g. For alle elever, der ansøger med en dansk 9. eller 10. klasses eksamen, eller noget internationalt tilsvarende, er IB imidlertid en 3-årig ungdomsuddannelse, som begynder med PreIB, et år hvor de bliver klædt fagligt på til IB og forberedt på, at undervisningen foregår på engelsk på højt niveau," fortæller Karin Skals, som er leder af Hasseris IB World School.

Kimen til IB-uddannelsen blev lagt i 1968, under den kolde krig, af uddannelsesfolk, der mente, der var brug for mere samarbejde og kulturel forståelse på tværs af landegrænser. De mente, at unge skal kunne lytte fordomsfrit og tænke kritisk. De skabte IBO (The International Baccalaureate Organisation), som certificerer gymnasier til at have uddannelsen. Skolerne bliver evalueret grundigt hvert 5. år af IBO.

"IB-uddannelsen er baseret på, at eleverne skal reflektere over viden og hvor de kan få viden fra, at de skal arbejde med udfordringerne og succesen, når de når i mål med deres personlige projekt, og de skal deltage i aktiviteter som frivillige i for eksempel idræt eller socialt arbejde," fortæller Karin Skals.

Eleverne skal vælge fag og emner fra de seks grupper: 1. Modersmål og Litteratur – 2. Fremmedsprog – 3. Individ og samfund – 4. Naturvidenskab – 5. Matematik – 6. Kunst.

"Uddannelsen er almindendannede og har samme værdi og giver samme adgang til videregående uddannelser som en STX, HHX eller HTX, understreger Karin Skals.

Undervisning på Engelsk

"Det hjælper selvfølgelig, hvis man har sit basale engelsk på plads, så man kan

koncentrere sig om det faglige indhold," siger Flora til spørgsmålet om undervisningen på engelsk.

"Vi havde begge et rimeligt niveau for engelsk, og vi kom hurtigt efter det, fordi alle på IB snakker engelsk over det hele og hele tiden. Så lærer man det hurtigt," fortæller Anne.

De fleste, og det var også gældende for Flora og Anne, bruger PreIB på at lære og vænne sig til det faglige sprog på engelsk, som jo er noget andet og mere kompliceret end how-do-you-do engelsk.

"Vi er også gode til at hjælpe hinanden, men man skal selvfølgelig være sig bevidst, at det kan være en udfordring. Man skal selvfølgelig tænke sig om og overveje det," siger de to piger.

100 % egne projekter

En kerneværdi i den globale tilgang til læring og dannelse i IB er, at eleverne konstant skal udfordres til at være kritisk tænkende og tage selvstændigt ansvar for deres læring og herunder også deres skriftlige arbejde.

Over hele kloden arbejder man med læringsmetoder, som tager udgangspunkt i det samme: elevernes projekter skal være 100 % deres egne analyser og løsninger



og ikke noget, der delvist er hentet fra en klassekammerat eller kopieret fra det store internet.

Det betyder bl.a., at nogle opgaver er håndskrevne, men eleverne arbejder også målrettet med at inddrage AI og internetbaseret kildesøgning i undervisningen og opgaveudfærdigelsen.

"Første gang jeg skulle skrive en opgave i hånden krampede min hånd. Det var jeg jo ikke vant til," siger Anne med et undertrykt grin, siden har hun vænnet sig til det.

Alle eksamensopgaver bliver vurderet af censorer i hele verden, så der opnås et internationalt fælles og sammenligneligt bedømmelsesgrundlag.

Højt fagligt niveau

IB holder et højt fagligt niveau, så det er nødvendigt med en fokuseret indsats i skolen og med lektierne.

"Vi har mange lektier, og der er et højt niveau, så man skal være ekstremt god til at strukturere sin tid, hvis man skal have fritidsinteresser og et fritidsjob," siger Flora, men det må Anne så være, for hun har i hvert fald et fritidsjob, hvor hun arbejder nogle timer hver weekend i Netto.

Eleverne skal være fagligt gode for at følge med, og det kan være slidsomt.



Det er elevernes eget ansvar at følge undervisningen. Kommer de ikke til timerne, bærer de selv ansvaret for at indhente det forsømte.

"Men igen, vi har et godt fællesskab og er virkelig gode til at hjælpe hinanden med notater og så videre," siger de to.

Der er med andre ord ingen, der bare bliver efterladt hængende yderst på planken for sig selv.

Flora og Anne trives

Apropos fællesskab, så lever det frodigt og har det godt på Hasseris Gymnasium, og IB eleverne er også en del af elevråd, temadage om for eksempel bæredygtighed eller lignende, fredagscafe og de forskellige klubber som læseklub, dramaklub, billedkunst, basketball, volleyball og anden idræt.

"Vi har en god trivsel, fordi alle har forståelse og respekt for hinanden. Alle er hjælpsomme," siger Flora.

"Der er det her fællesskab, som på IB også hænger sammen med, at alle taler engelsk, og alle bliver inkluderet i det der foregår," tilføjer Anne.

Er en tur over IB så ensbetydende med en tur videre ud i verden for at studere? Både og kan man sige. Eleverne har fået redskaberne til det, men det er ikke sikkert, at ønskerne i første omgang går den vej.

Flora vil gerne ud i verden og studere på et universitet indenfor de naturvidenskabelige fag. Sådan er det ikke med Anne. Hun vil gerne blive i Danmark, tage en uddannelse til lærer og undervise i samfundsfag, billedkunst og matematik.

"Det har været godt på IB. Vi har lært, hvor lidt vi egentligt vidste, når det kom til stykket, og hvor meget vi ville være gået glip af, hvis vi havde valgt IB fra," lyder det afslutningsvis fra dem begge.

GG har luksus fællesskab, og et højt fagligt niveau

Vi har et absurd godt fællesskab og alle der går her er meget imødekommende

At starte på GG var nervepirrende i starten, men også vildt fedt

Efter 3 år på GG ved jeg, at der er plads til alle og lærerne er supersøde

Gladsaxe
g y m n a s i u m
www.gladgym.dk



"Hey, kan du ikke lige række mig spanden?"

Nicolaj Larsson træder ud af det lille, grønne rum og hen mod sin klassekammerat i det farverige rum ved siden af. Han går på knæ og putter rutineret en gennem-sigtig plasticpose ned i den malerplettede, sorte spand, før han sætter posen fast med gul tape. Det her er hans hjemmebane. Blandt maling, tapet, farver og en masse klassekammerater.

Om få dage skal han til svendeprøve, og så kan han kalde sig bygningsmaler. Uddannet på TEC i Gladsaxe som 24-årig. Men det hele startede faktisk, da han ikke var andet end en knægt fra Vestegnen.

Følte et pres

Da Nicolaj var barn, åbnede hans far en farvehandel på Brøndby Torv. Og her fik Nicolaj lov at hjælpe til.

"Jeg sad med i butikken og hjalp med at forhandle maling. Der fandt jeg ud af, at jeg havde flair for det," fortæller Nicolaj.

Og det gav ham lyst til at følge den rute, da han skulle vælge uddannelse. Men selvom han fik opbakning til at tage en erhvervsuddannelse hjemmefra, oplevede han ikke, at hans folkeskole bakkede op.

"Jeg følte mig i hvert fald lidt presset til at vælge gymnasievejen." Derfor endte han med at blive student fra gymnasiet, inden han tog to år i militæret. Og endelig – for knap fire år siden – valgte han så den uddannelse, han hele tiden havde haft lyst til: uddannelsen til bygningsmaler.

Kreativitet er mange ting

For Nicolaj kombinerer malerfaget hans interesser med muligheden for at gå i sin fars fodspor.

"Jeg kan godt lide malerfaget. Jeg er stolt af faget. Og jeg er stolt af, at min far har startet sin egen forretning op."

Der er et STÆRKT SAMMENHOLD i mit malersjak

Mærk efter, hvad du virkelig har lyst til. Og hvis det ikke er at sidde bag en computer, så skal du overveje en erhvervsuddannelse. Det siger Nicolaj, der selv er ved at være færdig som bygningsmaler. Han har fundet et fag, der rummer gode kolleger og masser af kreative opgaver.

Samtidig er det et fag, hvor han kan udfolde sine kreative sider.

"Kreativitet er så mange ting: Det kan for eksempel være, at jeg kommer hjem til en borger og hjælper hende med at vælge de helt rigtige farver til at give en bestemt følelse, når man kommer ind i et rum," siger Nicolaj. Og det er ikke engang det allerbedste.

Et godt sammenhold

For Nicolaj er der nemlig én særlig ting ved faget, som topper alle de andre gode ting.

"I malerfaget er der plads til alle typer," fortæller Nicolaj. Og netop det med rummeligheden er vigtigt for ham.

"Der er mange rigtig gode mennesker omkring mig. Det giver et stærkt sammenhold at være en del af et sjak i et håndværksfag," fortæller Nicolaj.

Så sidder du lige nu og overvejer, hvilken karrierevej der vil være den rigtige for dig, så har Nicolaj et råd:

"Hvis du reelt ikke har lyst til at sidde foran en computer og lave opgaver hver dag, så skal du virkelig overveje at gå erhvervsvejen," siger han og tilføjer:

"Den åbner mange døre. Så få det svendebrev, hvis det er det, du brænder for."



Læs om
bygningsmaler-
uddannelsen

SIDE 128



-er du tændt på efterskole??

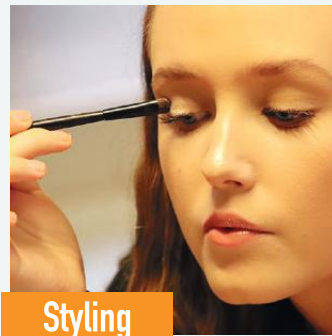
Hos os kan du opleve alt det du drømmer om – og aldrig glemmer!



Ridning



Hunde



Styling



Håndværk



e-Sport



Dyrepasser



Idræt

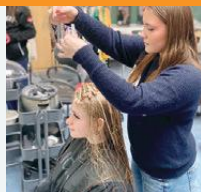


Natur



Gokart

-og meget mere i den Fri Fagskole



Se mere om din fremtid og fri fagskole på www.bindernaesefterskole.dk

Moderne efterskole med plads til 200 elever på 2-4 mandsværelser med eget bad og toilet. Vi tilpasser og fornyr hele tiden vores faciliteter, for at give eleverne de fedeste rammer. Vi har alt fra egne dyr/dyrepark til natursø, sportshal og værksteder, hvor eleverne kan udleve deres interesse for linjefaget og samværet med vennerne.

Besøg os på
Efterskolernes Dag
Søndag d. 28. sept.



K. H. Kofoedsvej 70 - 4970 Rødby - 54 60 40 40

**Navn og alder:**

Sabrina Bæk Nielsen, 21 år

Hvilken uddannelse og linje går du på?

SOSU-assistent med EUX, 4. skoleperiode, SOSU H

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse? Hvilke overvejelser gjorde du dig?:

Jeg har haft flere i min familie, der har haft brug for hjælp. Min moster sidder i kørestol, så det ligger naturligt til mig at hjælpe. Jeg har også ældre bedsteforældre, så det har altid ligget i kortene, at det var det, jeg skulle. Det har faldet mig naturligt, uanset om det handlede om at hjælpe med at åbne en gave eller hente en kop kaffe.

Jeg tænkte først på EUD. Jeg kom fra 10. klasse og var lidt træt af skole, men så talte jeg med min mor, og hun synes, det lød spændende med EUX. Samtidig vil jeg måske gerne læse videre til fysioterapeut og med EUX kan jeg gå direkte uden at supplere. Den giver flere åbne døre til de videregående uddannelser.

Hvad bruger du mest tid på/hvad fylder mest?

Der er en stor arbejdsbyrde på EUX, og det kan være svært at veksle mellem de gymnasiale fag og de praktiske fag. Til sommer afslutter vi alle de gymnasiale fag, så lige nu har man virkelig fornemmelsen af at gå i skole. Ellers har balancen været fin. Ja, jeg må finde mig i matematik lige nu, men senere skal jeg lære om hjertet fx. Og så synes jeg, gymnasielærerne har været rigtig gode til at koble det, vi lærer til noget praktisk.

I praktikken fylder det med at hjælpe andre og give omsorg meget. Jeg er slet ikke blevet afskrækket. Jo, det er skræmmende første gang, man står alene med et ældre menneske, der skal i bad eller på toilettet, men man vænner sig virkelig hurtigt til det. Det bliver rutine, og det fylder ikke ret meget.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Man skal være klar til at blive voksen og lære at tage ansvar. Det er en uddannelse, der modner rigtig meget. Det er ikke fest og farver det hele. Vi mærker, at vi virkelig tager en uddannelse. Men selvfølgelig hygger vi meget sammen i klassen.

Hvad er drømmen?

Lige nu er drømmen at blive færdig. Jeg har selv gået til fysioterapi i mange år og har fået interessen for at arbejde med kroppen. Uanset hvad bliver jeg i det sundhedsfaglige område.

Kan du nævne et højdepunkt, opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?

Jeg har fundet mig selv, og hvad jeg brænder for. Jeg kan mærke, at jeg har valgt det rigtige. Praktikken giver et break i forhold til det boglige, og det er også der, man virkelig lærer noget om sig selv og de kompetencer, man har. Man bliver mindet om, at man kan sine ting.

Læs om
EUX

SIDE 121

Navn og alder:

Niclas Jørgensen, 20 år.

Hvilken uddannelse og linje går du på?

SSOSU-assistent med EUX, 4. skoleperiode, SOSU H.

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse? Hvilke overvejelser gjorde du dig?

Jeg vidste godt, at jeg ville arbejde med mennesker og valgte SOSU, fordi jeg så mig selv mere med ældre og voksne i omsorgsverdenen end med børn. Jeg baksede lidt med, om det skulle være EUD eller EUX, men valgte EUX, fordi det er en god bagstopper at have det gymnasiale med. En mulighed for et springbræt til noget andet. Men tanken er umiddelbart, at det er SOSU, der skal være min fremtid.

Hvad bruger du mest tid på/hvad fylder mest?

50/50 praktik og skole på den her uddannelse. Vi bruger meget tid på at forberede os på den kommende praktik. Vi er ude ca. ½ år ad gangen. I vores praktikker skal vi igennem de funktioner, man kan have som hjemmehjælper. Vi er både ude i psykiatrien, plejehjem, hjemmepleje og hospital. Jeg tænker, at jeg gerne vil blive i psykiatrien, fordi det virker på mig, som om jeg der, har fundet

den arbejdsform, jeg gerne vil have. Det er psykisk hårdt, man får set rigtig meget, men hvis man kan finde en måde at være i det på, er det også fantastisk.

Jeg kan også godt lide, at vi får lov at være sammen med borgerne i vores praktikker. Vi har ca. 14 dages observation, hvor vi følger en vejleder. Derefter kan vi vælge at overtage nogle borgere. Så man får et kæmpeansvar meget hurtigt, men vejlederne finder hurtigt ud af, om vi kan stå på egne ben. Det er lidt skræmmende i starten.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Prøv det af. Mærk efter i forhold til, hvad man gerne vil. Vi er på mange måder ret ens her. Vi har alle det her med, at vi gerne vil hjælpe andre. Da jeg startede, hørte jeg mange fordomme især fra mine venner, og jeg hører dem stadig, når jeg står til åbent hus og fortæller om uddannelsen. Men den personlige pleje fylder måske 10% af det hele.

Hvad er drømmen?

Drømmen er at komme ud at arbejde med mennesker. Jeg har ikke en 10-års plan, men tænker på at komme ud og få noget erfaring og tjene lidt penge. På sigt vælger jeg måske at læse videre til sygeplejerske. Der vil

det hjælpe, at jeg allerede har været det praktiske igennem.

Kan du nævne et højdepunkt, opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?

Der er ikke noget specifikt, der hopper frem. Men det unge sammenhold og fællesskab vi har er fedt. På EUD er aldersspredningen større, men i vores klasse har vi været nogenlunde samme alder, så man får oplevelsen af ungdomsmiljøet med.

Jeg har også lært rigtig meget om mig selv, da jeg var ude i psykiatripraktikken. Jeg lærte om værdighed og selvtillid, forsvarmekanismer. Det gav mig også et job. På den lukkede afdeling på Bispebjerg. Det er meget nemt at få job, det skal man vide.



UDFORDR LIVET

viby-efterskole.dk

Drømmer du om at stå på en scene?

Vil du være musiker, danser, skuespiller eller event manager?

På Viby Efterskole kan du afprøve dine drømme, få venner for livet og udfordre dig selv.

**MUSIK
DANS
TEATER**

**VIBY
EFTER
SKOLE**

VORES NYE SKOLE HAR EN FED ATMOSFÆRE



Udstyret i laboratorierne er nyt. Lokalerne er nye. Og hele bygningen er kun lige taget i brug. Her går gymnasieelever i skole sammen med erhvervsskoleelever fra blandt andet data- og kommunikationsuddannelsen. Det har givet en helt særlig atmosfære hos TEC i Ballerup.

Den er der overhovedet ikke. Den klassiske lugt af hengemte madparker og søde energidrikke. I den nye bygning på Guldblommevej er det en helt anden duft, der rammer. Duften af frisk træ. Det er her, eleverne fra HTX og data- og kommunikationsuddannelsen er mødt ind de seneste tre måneder.

"Det er alt sammen stadig meget frisk. Jeg skal lige vænne mig til det nye område. Det er på en måde lidt som at opleve noget nyt igen," fortæller 18-årige Harald Junker Kjær, der går i 2.g.

Og han er begejstret. Ikke mindst over den effekt, de nye lokaler har på atmosfæren.

"Det er vildt fedt. Der er altid folk rundt omkring, der laver noget. For eksempel den der ting ovre på væggen," siger han og peger over sin skulder på en gruppe elever, der står foran firkantede træstykker på væggen.

"Det er så fedt. Vi kan altid mærke, at der er nogen, der hygger sig," fortæller Harald med et stort smil.

Og så er der fede muligheder for at lave gruppearbejde, uden man skal sidde i en stor aula.

Arbejdskroge giver fokus

Etagerne er nemlig indrettet med små kroge, der er adskilt fra resten af rummet med lyddæmpende vægge.

"HTX er meget fokuseret på

gruppearbejde, så det er megafedt, at vi har nogle kroge og steder dedikeret til, at vi kan lave øvelser i teams," siger Mathilde Gamborg Martini, der går i klasse med Harald.

Det betyder også meget for Camilla, der tager data- og kommunikationsuddannelsen.

"Krogene gør lidt, at vi får noget privatliv og kan gemme os lidt," fortæller Camilla Ryborg og tilføjer:

"Der føler jeg, at vi kan få lov til kun at fokusere på hinanden."

Hun lægger armen over ryglænet på den grønne sofa i aulaens hjørne, hvor lyset inviterer sig selv ind fra alle sider.

"Der er masser af lys udefra," konstaterer Camilla og tilføjer, at akustikken også er god. Og så er der noget, som Mathilde fra HTX er decideret begejstret over.

Fedt grej

Der er nemlig helt nye laboratorier. Og når man har valgt bioteknologi og matematik som studieretning, så betyder det meget.



"Vores laboratorier er megafede. De er alle sammen spritnye med megafedt grej og gode stinkske til at lave forsøg i," fortæller hun med glæde i stemmen. Og så er det nemt at komme til campus. Det ligger kun fem minutters gang fra Ballerup Station, og det gør tingene lettere for både Harald og Mathilde.

"Det er så dejligt. Jeg kan stå senere op," siger Harald og griner.

Mathilde skal bare tage bussen i ti minutter, så er hun på Ballerup Station.

"Det er rigtig rart for mig, at jeg kan sætte mig i bussen og nå at slappe lidt af. Og så stige af og gå en lille tur, hvor jeg får lidt frisk luft, og så er jeg klar til at gå i skole," fortæller hun. Og så er der et ekstra bonus ved den nye skole.

Større fester

Bygningen ligger nemlig lige ved siden af et andet gymnasium. Og det åbner jo for nye muligheder, fortæller Mathilde.

Både hun og Harald er nemlig i festforeningen på HTX. De har planer om at holde nogle fælles fester med de andre gymnasier.

"Hvilket vil gøre, at vores fester kan blive lidt større, og der kan komme nogle flere gæster," konkluderer Mathilde håbefuldt.

Læs om
HTX

SIDE 145



Hårslev Efterskole - Lad det ikke blive ved drømmen...



Hårslev Efterskole er for dig, der gerne vil opleve dit livs skoleår og rustes til en ungdomsuddannelse på en efterskole, hvor undervisning, linjefag og fritidsaktiviteter udgør hverdagen i et hjemligt miljø.

Hårslev Efterskole er en meget moderne, seriøs og velfungerende efterskole for dig, der gerne vil gå i skole og gøre en positiv forskel for dig selv og for andre.

**Idræt, Friluftsliv, Medie,
Gastronomi, Kreativ, Drama,
Musik og International**

Mange valgfag: Esport, fodbold, løb, badminton, basketball, guitar, robot og programmering, sammenspil, kort- og brætspil, styrketræning, textildesign, maleri m.m.

Læs mere på www.haarslevefterskole.dk

HÅRSLEV EFTERSKOLE, HÅRSLEVVEJ 33, 4262 SANDVED, TEL: 2444 6266



**HÅRSLEV
EFTERSKOLE**

Jeg lærer bedre ved AT GØRE – end ved AT HØRE



To år på FGU har haft afgørende betydning for Benjamins Horns tro på sig selv, sine muligheder og på fremtiden. Da han første gang trådte ind i lokalerne på FGU Nordsjælland i Frederiksværk, sneg han sig langs væggene. Sådan er det ikke længere!

"Det har givet mig mere selvtillid, fordi jeg har bevist overfor både mig selv og andre, at jeg faktisk godt kan," fortæller 19-årige Benjamin om sine oplevelser. "Her har jeg også fået en kæreste og jeg har købt bil. Jeg er på vej i den helt rigtige retning. Nu føler jeg, at jeg kommer til at have helt styr på mit liv i løbet af det næste halve år. Jeg er stolt af mig selv. Jeg ville ikke være den samme uden FGU."

Praktisk undervisning

Indelukthed, generthed og mega-træt af at gå i skole er ikke den bedste indgangsvinkel til at tage beslutninger om fremtiden. Så Benjamin havde rigtig svært ved at komme i gang, da folkeskoletiden var overstået.

"Jeg vidste ikke, hvad jeg ville, men jeg havde en løs ide om paramediciner eller politibetjent. Jeg var også

meget skoletræt. Det har jeg været siden 4. kl., så jeg havde meget svært ved at komme i gang. Jeg startede i en 10. kl. for folk med fx diagnoser som ADHD og var der ½ år, og så fandt jeg ud af det her med FGU," uddyber han. "Det tiltalte mig for det første, fordi det var noget med IT. Jeg har spillet computer siden jeg var 7 år og så var undervisningen meget mere praktisk. Jeg lærer bedre ved at gøre end ved at høre. Det hjælper mig, at jeg fra starten kan se, hvad jeg skal bruge undervisningen til."

Forståelse

Mening med undervisning og læring fandt Benjamin nærmest det øjeblik, han første gang besøgte FGU Nordsjælland på en rundvisning.



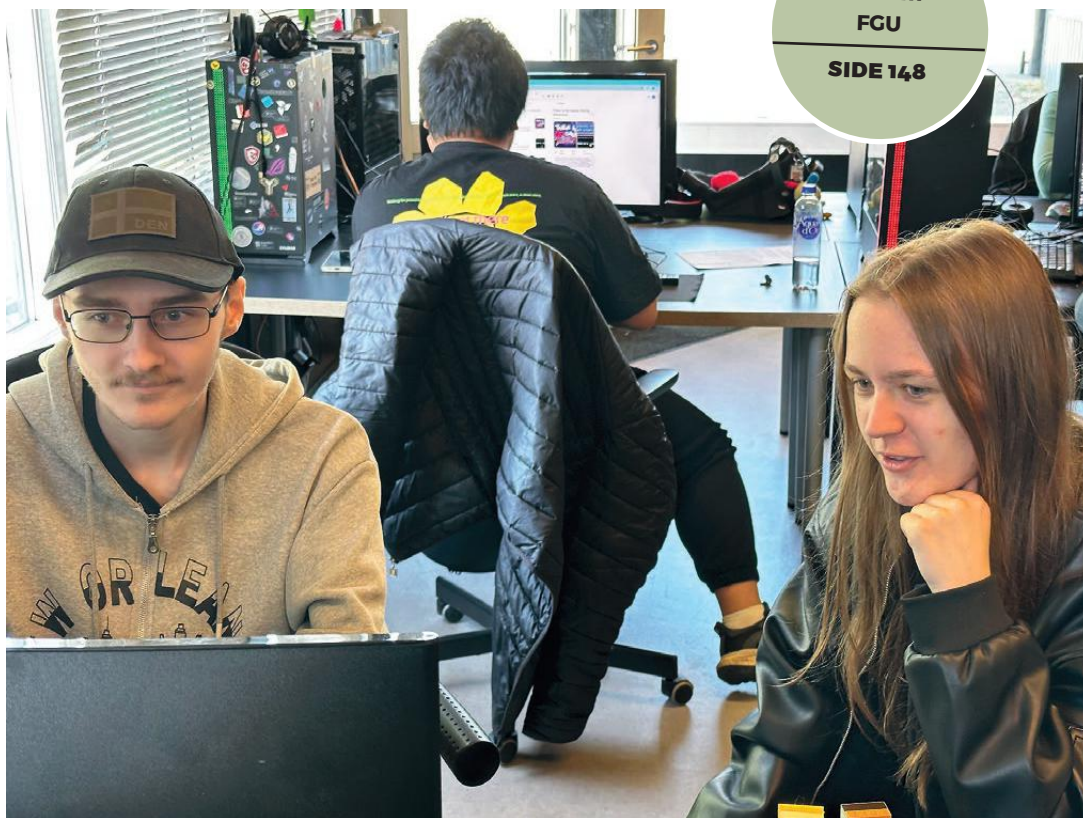
Formålet med besøget var at tjekke IT support linjen ud. Og det var den helt rigtige beslutning. Faktisk så rigtig, at da Benjamin kom ind i IT lokalet, behøvede han ikke at se mere.

"Jeg blev hooked med det samme," fastslår han. Fremskridtene og den personlige udvikling, der fulgte med, har været mærkbare, fortæller Benjamin.

min. Han er med egne ord kommet ekstremt langt på de to år.

Ifølge Benjamin skyldes de markante skridt atmosfæren og det trygge læringsmiljø, han har fundet på FGU.

"Vores lærer forstår, hvad vi bøvler med. Klassekammeraterne betyder også meget. Vi er en lille klasse, det passer godt til introverte. Det hjælper også, at vi alle sammen har den samme interesse. Jeg har altid haft svært ved, hvad jeg skulle sige, men nu har vi allerede indledningen til en samtale," fortæller han.



Læs om
FGU

SIDE 148

Når Benjamin afslutter FGU, byder fremtiden forhåbentlig på et job hos

Statens IT, hvor han brugte to efterårsuger i praktik.

Bliv hf-student om to år

Se alle vores
fagpakker på
www.ghf.dk

Universitet | Science | Musik
Business | Design | Drama
Kommunikation | Sundhed
Politi | Undervisning | Miljø

Gentofte HF
Dahlénstræde 5
2820 Gentofte

www.ghf.dk
ghf@ghf.dk
tlf. 3965 1103

gentofte hf





Her er hænderne i centrum

Læs om
frie fagskoler
SIDE 151

// Christina Qvistgaard

På de frie fagskoler er hænderne omdrejningspunktet for at lære. De 15 kostskoler rundt om i Danmark forbereder eleverne til erhvervsuddannelse, ungdomsuddannelse eller job på en måde, hvor den praktiske undervisning er i front. Og samtidig bliver eleverne dannet socialt og personligt ved at leve og bo sammen i det daglige. De lærer tolerance og tålmodighed, fordi skolerne ofte og med succes inkluderer elever med fx diagnoser og udfordringer

Sådan er det også på Vordingborg Fri Fagskole. Da Karriereguiden besøger den gamle skole på en smuk forårsdag, er der fuld gang i alle værksteder og lokaler. Der bliver hamret og banket i autoværkstedet. Lavet mad – af den helt ernæringsrigtige slags – i køkkenet og i cyber security-lokalet, træner eleverne hacking på den fede måde.

Karriereguidens mission er at møde eleverne Alexander, Hugo og Esther, der alle har valgt at bruge et år hjemmefra på at blive klogere på, hvad deres hænder kan udrette i samarbejde med deres hjerner og i samarbejde med andre.



**Alexander Michaelson, 17 år, Hillerød
Håndværkslinjen**

Jeg er her, fordi jeg skulle prøve mig selv af med noget håndværk og mekanik. Samtidig trængte jeg til at komme lidt væk og prøve noget nyt. Jeg var træt af skolen.

Det har været meget fedt at komme herved til Vordingborg. Jeg har mødt mange nye mennesker og fået nogle nye venner – og det var også fint at flytte hjemmefra. I starten ville jeg gerne hjem, men så begyndte jeg at snakke med de andre og lære dem at kende.

Man lærer på en helt anden måde her. Lige nu er jeg blevet færdig med matematik, og jeg tror det gik godt. Det var ikke gået lige så godt hjemme i Hillerød. Her får man lov til at prøve nogle praktiske ting af.

Jeg kan godt mærke, at jeg har rykket mig både fagligt og socialt. Efter sommerferien skal jeg starte på EUD. Jeg vil gerne være tømrer.



**Hugo Knudsen Ejler, 16 år,
Amager
Cyber Securitylinjen**

Min søster syntes, jeg skulle på efterskole. Jeg ville også gerne udvikle mig socialt. Jeg trængte også til at slappe lidt af.

I starten tænkte jeg, at jeg skulle på Game Design, men da vi kom tættere på skolestart, var jeg ikke så interesseret længere. Så så jeg Cyber Securitylinjen, og det så fedt ud.

Det er megafedt og megagode lærere. Jeg ved ikke, hvad jeg skal bruge det til, men det er spændende.

Det er fedt at få lov at prøve tingene af. Jeg har også været i værkstedet, og det med at have tingene i hænderne og ikke bare skulle læse lange tekster, det er så fedt. Lærerne har selv arbejdet med de her ting.

Jeg er blevet mere social, og det er jeg rigtig glad for. Det er et år, der har givet mig noget, jeg kan tage med. Nogle gange kan det være udfordrende at være tæt sammen. Jeg har selv autisme, så det kan være hårdt. Jeg regner med, at jeg skal på HTX næste år.



**Esther Segelcke Damsbo, 18 år, Nyhavn
Gastronomilinen**

Jeg havde ikke fundet ud af, hvad jeg ville, og havde brug for et år, hvor jeg kunne tænke mig lidt om. Jeg har fået meget ud af det her år. Jeg har altid været meget social, men nu er jeg også blevet lidt mere rummelig. Man er nødt til at være sammen med alle her.

Jeg valgte gastronomi, fordi jeg elsker mad. Min far er meget god til at lave mad, og jeg har altid kigget på ham, så måske vil jeg den vej.

Jeg skal på Hotel- og Restaurant-skolen på GF1, og jeg føler mig godt rustet herfra. Jeg har lavet en masse god mad, jeg aldrig har lavet før.

Jeg er helt klart blevet mere rummelig – og jeg synes, hele oplevelsen med at være her har været både op og ned.



KSTNVJ

Kastanievej Efterskole
- din kreative efterskole i hjertet af København

FOTO
KERAMIK
GASTRONOMI
SKUESPIL
MUSIK
TEKSTIL & DESIGN
BILLEDKUNST

Elsker du at være kreativ?
Tag 10. klasse på Kastanievej Efterskole, hvor vi tilbyder dig et hav af kreative linje- og valgfag. Fællesskab, dannelse og udvikling i hyggelige rammer midt i København. Lyder det som noget for dig? Så kontakt os! Vi glæder os til at møde dig!

kastanie.dk
tlf: 33 31 08 08
Kastanievej 2, 1876 Frb. C
facebook.com/KBHefterskole
@kastanievejefterskole



Navn og alder:

Marie Lyskjæer, 19 år.

Hvilken uddannelse og linje går du på?

Jeg går i 3.g. på Hillerød Tekniske Gymnasium U/NORD på Biotek-Idrætslinjen

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse?**Hvilke overvejelser gjorde du dig?**

Det er lidt svært at sige, hvorfor jeg valgte HTX. Jeg er oprindeligt fra Frederikssund, men flyttede til Hillerød i 9. klasse og var åben for alle uddannelser. Jeg kendte ikke rigtig til HTX, men i sidste ende kiggede jeg kun på det faglige og var mest tiltrukket af ikke at skulle have tysk og fransk. Jeg ville gerne slippe for de mere almene fag.

**Hvad bruger du mest tid på/hvad fylder mest?**

Der er meget mindre naturfag, end man skulle tro. Mange tror, at man hele tiden står med det tunge stof. Det gør jeg i hvert fald ikke på min linje. For mig er det en kreativ uddannelse med kreative fag. Teknologi og teknikfag, digitalt design og udvikling. Lige nu i teknikfag laver vi en case om en virksomhed, der fremstiller møbler til børn, hvor vi skal lave et møbel, der kan være interessant for et barn langt oppe i alderen. Så man behøver ikke at begrave sig i kemi og fysik.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Fagligt tror jeg, det handler om at følge godt med fra starten. I starten er det måske nemt, men man skal bruge den viden til at bygge videre på.

Og socialt er der meget fra starten af, som er godt at deltage i, fordi man kommer ind i nogle fællesskaber. Hvis man trives socialt, bliver det faglige også lettere. Vi er meget sammen på tværs af årgange

Hvad er drømmen?

De næste to år skal jeg holde sabbatår, hvor jeg skal arbejde og rejse. Bagefter vil jeg gerne læse psykologi. Det kan man godt som HTX'er, fordi vi har idéhistorie. Jeg havde psykologi som valgfag og fik interessen derfra.

Kan du nævne et højdepunkt, opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?

Vores studietur i 2.g. var en fed oplevelse. Vi var i Amsterdam flere klasser, så man lærte virkelig en masse at kende. Det sociale var det vigtigste ved den tur.



Den sidste aften holdt vi afskedsmiddag, hvor vi alle skulle stå for et indslag. Vi smagte færøsk mad og prøvede forskellige ting.

Jeg har stadig kontakt med datteren fra den familie, jeg boede hos, og min familie er meget velkomne til at komme og bo hos dem, hvis vi kommer til Færøerne igen. De er meget gæstfrie.

Det var fedt at få det afbræk. Jeg synes, man lærer mere af at komme ud og prøve tingene af i stedet for at sidde med en computer.

Jeg synes, man skal tage med, hvis man får chancen. Der er også muligheder for at komme andre steder hen. Fx til Finland eller Norge."

Nordiske oplevelser på HTX

På Teknisk Gymnasium i Hillerød sender man hvert år elever på en udvekslingsrejse i andre nordiske lande. Marie tog imod muligheden for at komme på en 5-dages tur til Færøerne – og opfordrer andre til at gribe chancen. Her fortæller hun lidt om sine oplevelser

"I oktober i 3.g. var jeg 5 dage på Færøerne. Der kom en besked på Lectio om, at de søgte 4 3.g'ere til en tur til Færøerne. Det er et tilbud gymnasiet har til eleverne om at komme på udveksling sammen med andre nordiske elever fra Norge, Sverige, Finland og Island.

Vi boede hos færøske familier og var med til en masse aktiviteter. Det handlede meget om det nordiske sammenhold.

Jeg valgte at tage med, fordi Færøerne lød som et fedt land. Mine forældre har altid været meget glade for de nordiske lande, så da chancen opstod, tog jeg den. Man skulle skrive en kort ansøgning om, hvorfor man ville med, og det gjorde jeg.

Det var en megafed oplevelse, hvor jeg boede hos en fed familie, som tog mig med ud på en masse ture, hvor vi kørte afsted og oplevede naturen. Man mødte en masse sjove mennesker. Alle ville jo gerne være der.

På Baltorp Business Gymnasium NEXT findes to HHX-studieretninger, som beskæftiger sig med henholdsvis Forsvaret og Politiet som virksomheder.

For Victor Birkhøj-Rasmussen, som går på Politilinjen's første årgang i Ballerup, handler tilvalget ikke bare om et få dybere kendskab til Politiet. For ham er det også et første skridt i sin undersøgelse af om han selv vil søge ind på Politiskolen, når alderen tillader det.

Victor Birkhøj-Rasmussen på 17 år tager hver dag turen fra København til Ballerup for at gå på HHX på Baltorp Business Gymnasiums nyoprettede studieretning Politilinjen. Her er det dybere faglige afsæt for linjens fokus nemlig Politiet som virksomhed. Derudover bliver alle fag på linjen tonet af og med Politiet i fokus – og det gælder også linjens valg af lokaliteter for udflugter og besøg.

For Victor Birkhøj-Rasmussen og hans klasse har det blandt andet ført til Politiskolen i Vejle og på Politimuseet i København. Og netop den praksisnære og case-baserede tilgang på linjen var en tungtvejende grund til, at han overhovedet søgte ind på linjen.

"Her er virkelig fedt på BBG. Jeg er glad for at gå her. Vi har gode lærere, og vi har et godt sammenhold på uddannelsen. Jeg valgte Politilinjen på NEXT, fordi jeg synes, det lød virkelig spændende og anderledes end de øvrige tilbud, jeg havde hørt om. Jeg havde også overvejet Forsvarslinjen, men endte ud med Politiet. En HHX med masser af rigtige cases i undervisningen knyttet til Politiet fandt jeg rigtig spændende," siger Victor Birkhøj-Rasmussen.

Udvikling af det hele menneske

"I min klasse er vores baggrund for at søge ind på Politilinjen på HHX meget forskellig. Der er dem, som synes, det er interessant at gå tæt på Politiet som fænomen – og det, at vi får lov til at gå i dybden med et område. Og så er der andre ligesom mig selv, som også har planer om at søge ind i Politiet senere – man skal være 21 år for at søge optagelse på Politiskolen.

På den måde er det en virkelig god måde at komme med bag kulisserne og blive klogere på arbejdsplads, man drømmer om at få en fod indenfor på sigt. Samtidig har jeg god mulighed for at blive dygtigere til alt det, som jeg skal kunne for at søge optagelse på Politiskolen."

// Louise Schmedes. Foto: NEXT

ET STUDIE AF DEM, SOM PASSER PÅ OS

siger Victor Birkhøj-Rasmussen med henvisning til optagelsesforløbet, som rummer en række forskellige test.

"På linjen gives i øvrigt færre karakterer end i en normal HHX. Til gengæld øver vi os i praksis i både de sociale og de fysiske egenskaber i relation til Politiet. På uddannelsen arbejder vi typisk i grupper og giver feedback til hinanden. Den tilgang er også vigtig at kunne, hvis man vil i Politiet, hvor det at være god til samarbejde og at kunne kommunikere klart og godt er blandt forudsætningerne for at klare sig i Politiet. Der er desuden mulighed for at få idræt som valgfag, og det giver god mening, for i Politiet er der også krav til fysikken – både ved optagelsesprocessen og i selve jobbet," siger Victor Birkhøj-Rasmussen



BUSINESS OG SAMFUND

Rungsted Gymnasium tilbyder 11 studieretninger – flere af dem med fokus på international og global forståelse. Det har både Luca Kjellmann og Filippa Averhoff haft glæde af, selvom deres valg har været rettet mere mod business og samfundsforståelse.

På deres linje spiller faget virksomhedsøkonomi en central rolle, selvom det ikke traditionelt forbindes med en STX. Men netop kombinationen af det klassiske gymnasium og det anvendelsesorienterede økonomifag har gjort linjen attraktiv



Luca, 18 år og elev i 2.g på Business/Samfund-linjen, var drevet af ønsket om at kunne fordybe sig i virksomhedsøkonomi, da han valgte Rungsted Gymnasium:

“Jeg havde også overvejet Niels Brock, men så hørte jeg, at man kunne få faget her på STX. Det var lidt nemmere for mig ift. transport.”

Han beskriver faget som spændende og meningsfuldt, fordi det tager udgangspunkt i virkelige cases og årsrap-

porter fra rigtige virksomheder. Det samme gælder matematik, som han oplever som relevant.

“Matematikken er også spændende, fordi det relaterer til noget, jeg synes, jeg kan bruge,” uddyber han.

Filippa, 17 år og i samme klasse, blev også tiltrukket af den særlige sammensætning.

“Jeg har hele tiden været rimelig sikker på, at jeg skulle gå her. Det skulle de fleste af mine venner, så det var jeg faktisk ikke i tvivl om. Men jeg hørte om den her linje, og den lød meget spændende og tiltalte mig også, fordi begge mine forældre har noget med økonomi at gøre. Overvejelsen for mig var, om det var for svært, men jeg har god hjælp derhjemme, og jeg har motivationen,” fastslår hun.

“Det er tiltrækkende, at man både kan få den klassiske STX og så kombinere det med et helt andet fag.”

Fagligt krævende – men med balance

Begge elever fremhæver, at fagene kræver noget af én – især i starten, hvor begreberne kan føles som et helt nyt sprog.

“Når man tager den her linje, skal man være klar over, at det nærmest er ligesom at få et nyt fremmedsprog. Så det kræver, at man tager sig lidt sammen,” beskriver Luca.



Overvejelsen for mig var, om det var for svært, men jeg har god hjælp derhjemme, og jeg har motivationen. “Det er tiltrækkende, at man både kan få den klassiske STX og så kombinere det med et helt andet fag.



Men de oplever også en god balance i hverdagen. Der er faste afleveringer, men ikke overvældende mængder lektier. "Jeg bruger ca. 5 timer på en stor opgave," fortæller Filippa. "Til matematik er det lidt mindre."

Det sociale miljø på gymnasiet fylder meget for begge elever. De nævner mange forskellige udvalg og muligheder for at engagere sig – både fagligt og socialt. Filippa har bl.a. været tutor for nye elever, og hun deltog i RG Abroad, et to-ugers studieophold i Frankrig: "Man får en virkelig fed faglig og social oplevelse."

"Der er mange muligheder for at rejse med gymnasiet," supplerer Luca. "Man kan fx også komme til Ghana eller Tokyo."

Det globale fylder meget for alle elever på gymnasiet – og klassens studietur til Lissabon står da også som et absolut højdepunkt. Her kombinerede eleverne det faglige med kulturelle oplevelser – blandt andet et besøg på den danske ambassade og en fotosafari med historisk fokus.

Læs om
STX

SIDE 146

FGU ØRESUND

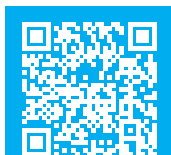


FGU er for dig, der endnu ikke er parat til at gå i gang med en ungdomsuddannelse. Det kan være af faglige, personlige eller sociale årsager. Vi forbereder og hjælper dig.

**DER ER LØBENDE OPTAG
& INFORMATIONSMØDE
HVER ONSDAG KL. 13.00**

For at blive tilmeldt, skal du først tale med din ungevejleder i den kommune, hvor du bor.

Læs mere på www.fguoresund.dk



ØRESUND
FGU



**Kruses
Gymnasium**

TRADITION • FAGLIGHED • NÆRVÆR

Navn og alder:

Alexander Barfoed, 18 år.

Hvilken uddannelse og linje går du på?

EUX Business på studieåret, som er 2. år på skolen. Det første år er grundforløbet. Jeg har valgt at fokusere på Innovation og Markedskommunikation. Lyngby Handelsgymnasium U/NORD.

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse?**Hvilke overvejelser gjorde du dig?**

Jeg har altid interesseret mig for business og har været i gang med at investere i mange år. Så overvejelserne gik på, om jeg skulle vælge HHX eller EUX. Jeg er ikke nødvendigvis så glad for alt for meget teori og læsestof. Det praktiske er vigtigere for mig, så jeg valgte EUX. Jeg tror, det er den bedste måde at lære på, så jeg synes EUX Business er et fantastisk koncept. At det blev Lyngby er, fordi det var praktisk for mig. Mine forældre arbejder i København, så det første år inden jeg fik bil selv kørte jeg med dem.

Desværre er der stadig ikke så mange, der kender uddannelsen og mange tror, at når man først er startet, er der ingen vej tilbage. Og det er ikke rigtigt. Det er en 4-årig uddannelse, hvor man er 2 år på skole og så kan man enten vælge at få en læreplads eller tage en videregående uddannelse, så der er mange muligheder.

**Hvad bruger du mest tid på/
hvad fylder mest?**

Jeg gik på privatskole og oplever, at der er færre lektier her. Jeg oplever, at lærerne på den her skole virkelig vil os elever. Er der sociale problemer, hjælper de. Vi havde lidt problemer det første år, men nu er der virkelig faldet ro på.

I forhold til det faglige er der rigtig meget gruppearbejde, og det kan jeg rigtig godt lide. Især når man selv kan vælge grupper, for så bliver det mere ligesom teamwork.

Ellers er de traditionelle fag som dansk, matematik og engelsk nogenlunde det samme, men federe, fordi det handler om business. Så er der de fag, man aldrig har haft før, men man kan godt følge med. Lærerne er virkelig meget kompetente her.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Man skal være klar på, at lektiemængden varierer. En uge kan man slappe lidt af, og så kommer der meget ugen efter. Man skal være klar til at møde nye mennesker. Nye typer af mennesker, som man måske ikke er vant til at omgås. Man skal heller ikke være bange for at

træffe et forkert valg. Man finder meget hurtigt ud af, om man er havnet det rigtige sted, og så kan man vælge om.

Hvad er drømmen?

Drømmen er at blive selvstændig. Ikke pga. penge, men jeg vil gerne være min egen chef. Jeg vil gerne ansætte mine egne folk. Jeg kan godt lide at være leder, men også arbejde som del af et team. Jeg har valgt ikke at tage en læreplads de næste 2 år. I stedet vil jeg læse videre på CPH Business. Det er en professionsbachelor, der tager 3 ½ år og når den er færdig, vil jeg gerne være klar med en virksomhed.

**Kan du nævne et højdepunkt,
opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?**

Vi har haft et fag, der hedder USF (uddannelsesspecifikke fag), det var så fedt, fordi man lærte rigtig meget om om handel og kontor og virkelig fandt ud af, hvilken retning, man ville gå i. Det var det fedeste. Det var der, jeg fandt ud af, at jeg ville læse videre.



Læs om
EUX

SIDE 121

FRA STU TIL ERHVERVSUDDANNELSE: BASTIAN FANDT VEJEN VIDERE

// Christina Qvistgaard

Bastian Von Wowern er 22 år og i fuld gang med data- og kommunikationsuddannelsen på TEC, hvor han har valgt at specialisere sig i programmering. En vej, der på mange måder har været alt andet end lige – men som han i dag ser tilbage på med stolthed og taknemmelighed. For uden STU-forløbet og den støtte han mødte der, havde tingene muligvis set helt anderledes ud

Allerede som 14-15-årig begyndte Bastian at interessere sig for programmering. Det var noget, der fangede hans opmærksomhed og gav mening. Men trods interessen og evnerne har vejen til uddannelse og trivsel været præget af udfordringer. Bastian har ADHD med autistiske træk, hvilket har gjort det svært at finde sig til rette i de almindelige rammer.

De første skoleår foregik i en almindelig folkeskoleklasse, men Bastian endte med at afslutte 9. og 10. klasse på en specialskole, hvorefter han begyndte på STU (Særligt Tilrettelagt Ungdomsuddannelse). På det tidspunkt var det svært at se, hvilke muligheder der ventede bagefter. "Jeg vidste ikke, hvad der kunne lade sig gøre efter STU. Min bror gik på gymnasiet, og jeg havde en idé om, at STU ikke kunne føre til noget, der bare mindede om det niveau," fortæller han.

Forståelse fører til udvikling

Det var især mødet med Margit Brændekilde Christian- sen, souschef på STU'en Specialisterne, som blev afgørende. "Hun troede på mig og støttede mig. Hun så et potentiale, jeg ikke selv kunne få øje på," siger Bastian. Inden han begyndte hos Specialisterne, var han meget indelukket og isolerede sig socialt. "Jeg sad alene med høretelefoner under frokosten. Men hos Specialisterne blev jeg mødt med forståelse, og jeg fik lov til at udvikle mig, især på det sociale plan."

Gennem STU-forløbet lærte Bastian at arbejde med sine udfordringer. Der blev lavet aftaler, der tog højde for

hans behov, og han fik redskaber til at håndtere hverdagen på en ny måde. Blandt andet lærte han at håndtere stress og angst – ikke mindst i forhold til transport, som tidligere havde været en stor barriere. "Nu ved jeg, at der altid er en løsning. Hvis jeg fx føler mig presset, står jeg bare tidligere op næste dag."

Venner fra første dag

Det var med en vis nervøsitet, at han trådte ind ad dørene på TEC – men allerede første dag blev han positivt overrasket. "Jeg havde nærmest venner fra første dag. Vi har samme interesser, og sammenholdet i klassen er virkelig stærkt," fortæller han. Selv mødetider og eksamener – som tidligere havde været store udfordringer – er han kommet godt igennem.

Bastian har også modtaget SPS-støtte (Specialpædagogisk Støtte), og selvom lærerne er opmærksomme på hans udfordringer, har han sjældent haft behov for ekstra hensyn. "I starten tænkte jeg, at jeg måske ville have brug for kortere skoledage, men det viste sig, at det ikke var nødvendigt."

I dag ser Bastian lyst på fremtiden. Han føler sig klar til både job og voksenliv – noget han for få år siden ikke havde troet muligt. "Selv små skridt kan føre til store forandringer. For mig har det været jackpot at komme hertil. Jeg elsker at udvikle mig, og jeg har lært, at det vigtigste er at holde sindet åbent. Man skal ikke være firkantet og tro, at der kun er én rigtig måde at gøre tingene på."



Hvad får fire søskende til at vælge præcis samme erhvervsuddannelse? Og hvorfor lige mejeri? Hos familien Bogner i Nordjylland er der ikke bare én, to eller tre, men hele fire unge, der lige nu er i gang med at uddanne sig til mejerister.

Karriereguiden har mødt Laura, Matthias, Anne-Kirstine og Emilie, der lige nu alle sammen er i gang med uddannelsen som mejerist.

Søskendeflokken, der valgte mejerivejen – NÅR INTERESSE ER ARVELIGT

Det lyder måske som starten på en dårlig joke: "Fire søskende går ind på et mejeri..."

Men det er ikke en joke – det er virkeligheden for de fire ældste Bogner-søskende. Det hele begyndte med et tilfældigt besøg på et mejeri.

Laura Bogner, den næst yngste af søskendeflokken, og den der i dag er længst på uddannelsen, blev nemlig inviteret med ud på Bislev Mejeri. Her overværede hun produktionen af ost – og blev fuldstændig grebet af det. "Jeg havde ikke forestillet mig, at jeg skulle være mejerist, men da jeg så det, vidste jeg bare, at det var det, jeg ville," fortæller hun.

Siden fulgte resten af flokken efter – først storebror Matthias, så Anne-Kirstine og til sidst Emilie. Der er ikke tradition for mejeribrug i familien - hvilket gør det endnu mere unikt. Men som Anne-Kirstine siger: "Når man hører fra sine søskende, at det er et fedt sted at arbejde med gode kolleger og spændende opgaver, så tror man på det."

Fra fløde til færdigt produkt – hvad laver en mejerist?

Hvis du spørger de fire Bogner-søskende, hvad en mejerist laver, er svaret, at det spænder vidt. "Vi styrer og kontrollerer produktionsprocesser – både det, man har mellem hænderne, og det man måler og justerer digitalt," forklarer Matthias. "Der er fokus på både bakterier, hygiejne og teknik – det er virkelig en god blanding af håndværk og nørderi."

Og det er netop kombinationen af teori og praksis, der gør uddannelsen til noget særligt.

"Du får lov til at bruge dine hænder, når der skal laves ost, smør eller yoghurt – men du lærer også om kemien og teknologien bag," fortæller Emilie.

Uddannelse med fællesskab, skole og praktik

Mejeriuddannelsen foregår både på skole og i praktik. Eleverne er typisk 3-4 måneder ad gangen på skolebænken på Kold College i Odense – og resten af tiden i praktik på mejerier over hele landet.

"Man bor typisk på kollegium, og det giver et mega godt fællesskab," siger Anne-Kirstine. "Man møder folk fra hele Danmark – også fra Island og Sverige."

Mejerierne, hvor eleverne kommer i praktik, er vidt forskellige. Nogle har mest fokus på det håndværksmæssige ift. oste, andre arbejder med automatiserede linjer og datastyring. Der er altså mange muligheder, når man skal vælge, hvilken retning der interesserer en.

Et fag med fremtid og stolthed

Uanset om man vil blive i produktionen, rejse ud i verden eller arbejde med udvikling og ledelse, så giver mejeriuddannelsen mulighed og kompetencer til det.

"Jeg vil gerne arbejde med mikrobiologi i farmaindustrien – fx hos Novo Nordisk," siger Matthias. "Der er brug for vores viden om processer og hygiejne."

Både Laura og Anne-Kirstine drømmer om at blive elevansvarlige på et mejeri. Og Emilie? Hun vil bare gerne lave ost og smør. I hvert fald lige nu, hvor hun er i gang med sit første hovedforløb. "Det er der, jeg føler mig hjemme."

Gode råd til unge

For dem, der overvejer uddannelsen, er budskabet klart: "Du behøver ikke være ekspert, når du starter – det hele bliver bygget op fra bunden. Det vigtigste er, at du har gåpåmod og vil lære."

Og så er det okay at være i tvivl. "Man kan sagtens springe fra, hvis det ikke er det rigtige – men for os har det virkelig været en god vej. Der er jobs, muligheder og stolthed i det, vi laver."

Fire gange Bogner – Mejerifaget er mere end bare mælk

For de fire søskende handler mejeriuddannelsen om mere end produktion. Det handler om at skabe noget med hænderne og hjernen, arbejde i en branche i udvikling – og ikke mindst om fællesskab og stolthed. Og så skaber det naturligvis en helt særlig dynamik i familien: "Vi har interne jokes om bakterier, syre og klor – ting, ingen andre ville forstå," siger Laura med et smil.



STX, HF og TeamDanmark - tradition og fremtid!



Frederiksborg
Gymnasium og HF

Carlsbergvej 15, 3400 Hillerød, Tlf. 4820 1040, www.fgc4.dk, e-mail: post@fgc4.dk

Junior Mesterlære – en ny



RikkePippi er selv uddannet bygningssnedker. Men passionen for de unge, der er lidt trætte af at sidde stille i skolen, er kommet gennem egne erfaringer.

“Jeg gik på syv forskellige skoler og havde overhovedet ikke en god skolegang,” fortæller hun. “Men jeg har altid haft idéen om at skabe noget for unge, der ikke passer ind i de traditionelle rammer. Det skulle bare vente, til jeg selv havde fået erfaring og noget at stå på.”

Projektet på Mikrogården er et bud på, hvordan en Junior Mesterlæreordning kan skrues sammen. Fra dette skoleår er det obligatorisk for alle kommuner at tilbyde en sådan ordning, men hvordan den er skruet sammen, er forskelligt fra kommune til kommune.

I Holbæk Kommune er det Jyderup Skole og Absalon-skolen, der tilbyder ordningen. Og de kan bygge videre på de værdifulde erfaringer og oplevelser, RikkePippi har høstet i de sidste par år.

Junior Mesterlæren kombinerer traditionel skoleundervisning med praksisnær oplæring i håndværksfag. Her møder eleverne ikke kun træ og værktøj, men også en ny måde at være i skole på.

“Det handler ikke om at slippe for skolen,” understreger RikkePippi. “De skal have en ægte interesse for håndværk. Før de får lov til at komme ud på Mikrogården, skal de først lave en tømrerbuk i værkstedet. Hvis de klarer det, er de klar.”

Det er ikke kun fingerfærdigheden og håndværkertalentet, der bliver fintunet, når RikkePippi og hendes elever går rundt på området. For når man arbejder sammen, er det nemmere at vende de helt tunge emner som livet, fremtiden, seksualitet og diversitet.

“Herude må man være sig selv,” fortæller hun. “Vi taler åbent om alt fra kultur og trosretninger til fremtid og seksualitet. Det er ikke kun håndværk, det handler også om dannelse og at finde sin identitet.”

//Christina Qvistgaard

På afstand kunne man nemt tro, at det er et professionelt tømrersjak, der er i gang med at lægge træterrasser ved Mikrogården nær Swebølle. Men ser man nærmere, afslører alderen på deltagerne noget andet: Det er elever fra Jyderup Skoles 9. klasse, der i fællesskab med RikkePippi Røskva Ravn bygger både håndværksmæssige og personlige færdigheder op.

Det bekræfter 15-årige Sebastian, der går i 9. klasse på Jyderup Skole og har været med i projektet siden 8. klasse. Han tilmeldte sig, da RikkePippi besøgte skolen og præsenterede muligheden for eleverne.

“Det første, vi lavede, var en bro over åen. Det gik godt, og det var fedt,” fortæller han. “Man kommer ud i naturen, arbejder med hænderne, og det giver en anden energi. Det er pissefedt at kunne bygge noget, der bliver stående.”

Selvom Sebastian klarer sig godt i de boglige fag – han har et af de højeste snit i klassen – har Junior Mesterlære hjulpet ham med at finde sin retning.

“Jeg er helt afklaret: Jeg vil være tømrer. Jeg har fået et stort forspring, fordi jeg allerede kan så meget,” siger han. “Det her har udviklet mig som menneske. Jeg er blevet mere selvstændig og bedre til at samarbejde. Vi bliver virkelig rystet sammen.”

Eleverne tilbringer én dag om ugen på Mikrogården, hvor de arbejder med forskellige materialer og teknikker. Når Junior Mesterlære for alvor rulles ud, vil to af ugens dage blive brugt på praktik, bl.a. på Mikrogården, men også hos lokale mestre, mens resten af tiden vil gå med almindelige skolefag som dansk, matematik og fysik.

“Det er vigtigt for mig at matche eleverne med de rigtige mestre,” forklarer RikkePippi. “Jeg bruger 8. klasse på at introducere dem for værktøjet og give dem indblik i for-



måde at gå i skole på

skellige fag, så de ikke tror, at håndværk kun handler om at være tømrer. Der er jo også smede, elektrikere, murere.”

Et fast punkt på året er også besøg på Roskilde Tekniske Skole, hvor eleverne arbejder i de rigtige værksteder og møder det miljø, der venter dem, hvis de vælger en erhvervsuddannelse.

RikkePippi mærker tydeligt, hvordan forløbet styrker elevernes motivation og selvværd.

“De får et break fra den traditionelle skole, men samtidig ser de, hvordan fag som matematik giver mening i praksis. De bliver glade – og det smitter af. De glæder sig til at komme herud og dele, hvad de har på hjerte,” fortæller hun.

For Sebastian er fremtiden allerede i vinkel. Den byder på en tømreruddannelse på Roskilde Tekniske Skole

“Det er fedt, at vi har fået banket det her op og vist, at det kan fungere. Vi er jo en slags pionerer,” afslutter han.

En 9. kl. med Junior Mesterlære giver ikke adgang til de gymnasiale uddannelser. Springer man fra håndværkerdrømmen, skal eleverne til optagelsesprøve for at kunne komme på gymnasiet.

En anden model

I Furesø Kommune bliver Junior Mesterlæren skruet sammen på en anden måde, fortæller udviklingskonsulent Lotte Stenlev.

“Alle kommuner laver deres egen model. I Furesø har vi valgt en model, hvor eleverne bliver i deres egen klasse, så man ikke skal splitte fællesskabet. Det sociale betyder rigtig meget på de her klassetrin,” fortæller hun.

Eleverne vil desuden få mulighed for selv at tone deres skoletimer i en retning, der passer til dem, sådan at de fx kan vælge sprogfag eller fysik/kemi. Det vigtigste er, at man har mange muligheder for at skrue tingene sammen i en individuel aftale, understreger Lotte Stenlev.

“Man skal ikke give op. Tag fat i en vejleder eller lærer og undersøg, hvordan det ser ud i din kommune. Og husk, at du altid har ret til at gå til optagelsesprøve, hvis det gymnasiale trækker.”





Mange af landets efterskoler ligger smukt i idylliske rammer i mindre byer eller på landet. Og så er der en håndfuld, der bedst kan betegnes som byefterskoler. Hvor nærheden til storbyen, klub- og kulturtilbud og offentlig transport er nogle af de mest centrale elementer

BYLIV OG KLUBTILBUD ER LIGE UDEN FOR DØREN

//Christina Qvistgaard

På Københavns Vestegn ikke langt fra hovedstaden ligger Brøndby Idrætsefterskole. Til trods for nærhed til skov og strand, mangler der lidt på den landlige idyl. Det bliver dog opvejet af elevernes muligheder for at bruge hovedstaden både i og uden for undervisningen og deres mulighed for at bevare tilknytningen til deres lokale idrætsklub.

Her samles unge, der brænder for sport og bevægelse og her kan de virkelig nørde igennem med idræt i et helt år. Skolen tilbyder 4 linjer – pigefodbold, drengefodbold, dans og fitness, mens fritidsinteresserne varierer mere, fortæller viceforstander Clemens Kock Rasmussen.

"Her kan du gå på efterskole og samtidig holde fast i din tennisklub, elitefodbold eller ishockey rundt om i hovedstadsområdet," uddyber han. "Du behøver ikke opgive noget for at gå på efterskole. Vi ligger så centralt og med så meget offentlig transport uden for døren, at man sagtens kan komme omkring. Vores elever kommer fra det meste af Sjælland, men der er mange, der kommer fra hovedstadsområdet. Og så er det er nemt at bruge København og alle de kulturelle tilbud."

For dansepigerne Liva og Sophia begge 16 år, var muligheden for at bruge et år fordybet i dans – og samtidig finde et fællesskab bygget op om passionen for sport og bevægelse, vigtige årsager til at vælge Brøndby Idrætsefterskole. Og så var tanken om, at man stadig har mor og far i nærheden heller ikke helt skidt.

"Vi går begge to på danselinjen, men vi bruger også skolens dansestudie Liberty efter skole. Vi kan ikke få nok af dansen," fortæller de.

"Beliggenheden var vigtig for mig, indskyder Sophia. "Det betød meget, at jeg kunne danse i fritiden også, men jeg kan også godt lide, at det er nemt at komme omkring med offentlig transport."

"Jeg tænkte faktisk ikke så meget på beliggenheden, men mere på energien" supplerer Liva, der besøgte flere efterskoler, inden hun besluttede sig. "Der skal ske noget, og det kunne jeg mærke, at folk gik op i her. Jeg ville gerne fokusere på idrætten, men også på fællesskabet omkring idrætten."

Liva kommer fra Dragør og Sophia fra Ballerup, og det betyder, at turen hjem ikke er så lang, hvis de får brug for at trække stikket eller ligge syg derhjemme. Det giver ro og tryghed, forklarer de. Samtidig med, at de alligevel får fuldt udbytte af den øgede selvstændighed et efterskoleophold giver.

Venskaberne er det vigtigste

Som næsten alle andre efterskoleelever fremhæver Sophia og Liva fællesskab og venskaber, som det allervigtigste i deres efterskoleophold. Begge startede deres ophold fast besluttede på at være åbne og modtagelige for nye indtryk og mennesker.

"Venskaberne har været det bedste," lyder det samstemmende fra de to. "Man lærer en masse om sig selv. Hvordan bliver man mere rummelig? Man lærer også at være alene sammen. Man får så tæt et forhold, at man godt kan lave ingenting sammen. Men fællesskabet fungerede fra dag 1. Alle kom med en meget åben mentalitet. Alle ville det samme – finde relationer og dyrke deres sport og være en del af det her fællesskab."

Og så er der København. Hovedstaden fylder meget for eleverne på Brøndby

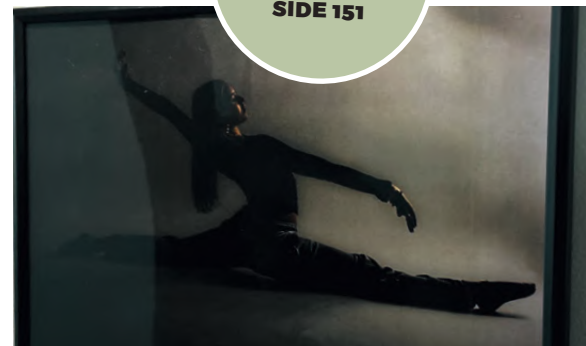
Idrætsefterskole. Københavnerne som for andre skal planlægges lang tid i forvejen, kan blive til et indslag på en kedelig tirsdag eftermiddag. Men byen er også en del af undervisningen med temaer som København i udvikling og Verden omkring os.

"Vi bruger byen rigtig meget sammen. Vi tager fx ind og står på skøjter eller tager på julemarked," fortæller Sophia og Liva. "Københavnerne med vennerne er meget nemmere, fordi vi bare kan tage af sted."



Læs om efterskoler

SIDE 151



SPECIELLE DAGE

17. og 18. september
Roskilde
Kongrescenter

ÅRETS STORE BEGIVENHED

- To helt særlige dage fyldt med uddannelsessnak for nogle helt særlige unge.
- På messen Specialkompasset kan du møde flere end 70 skoler, institutioner og organisationer.

ET BESØG VÆRD

uanset om du er ung, forældre, lærer, vejleder eller sagsbehandler.

Følg os også på **specialkompasset.dk** og på **Facebook** og **Instagram**. Her lægger vi løbende information, udstillerlister og spændende artikler op.

**GRATIS
ADGANG!**

UDDANNELSESMESSE for unge med særlige behov og deres voksne

På **Specialkompasset i Roskilde Kongrescenter** kan de unge, deres familie, vejledere og sagsbehandlere få **inspiration til fremtiden** og høre mere om de forskellige typer uddannelsesstilbud, der eksisterer for unge, der ikke lige passer ind i det ordinære uddannelsessystem.

Her kan du møde udbydere af den særligt tilrettede ungdomsuddannelse, STU, specialefterskoler, behandlingsskoler, FGU, socialøkonomiske virksomheder, organisationer og andre med fokus på unge med særlige behov. Du kan også høre spændende oplæg og foredrag.

www.specialkompasset.dk

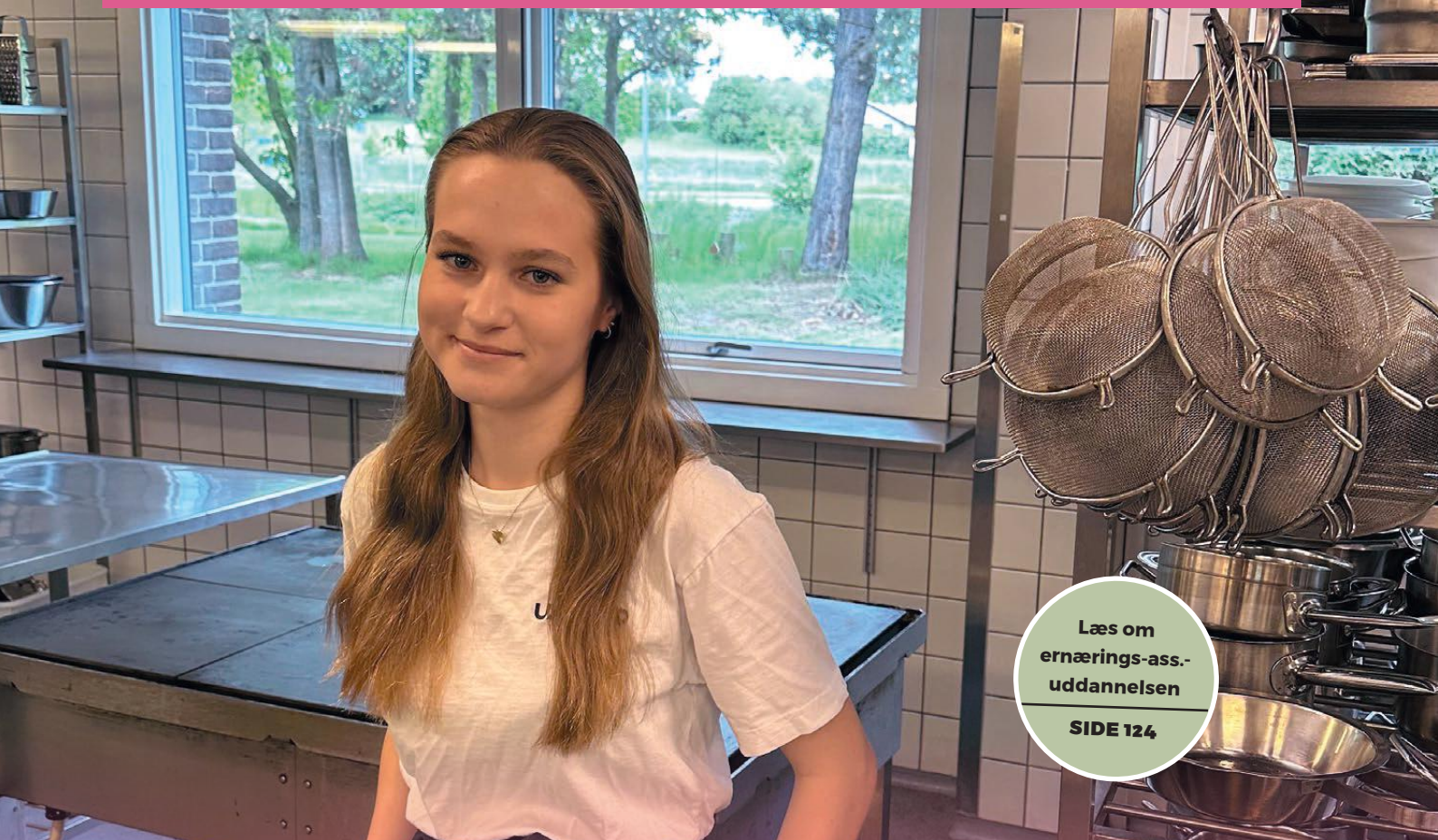


SPECIAL- KOMPASSET

Uddannelsesmesse for unge med særlige behov og deres voksne



I samarbejde med STU-foreningen Consentio og Ligeværd



Læs om
ernærings-ass.-
uddannelsen

SIDE 124

Navn og alder:

Helena Borgqvist, 18 år.

Hvilken uddannelse og linje går du på?

GF2 ernæringsassistent på Hillerød Tekniske Skole U/NORD.

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse? Hvilke overvejelser gjorde du dig?

Jeg havde lyst til at prøve noget andet og ikke gøre det samme som alle mine venner. Jeg havde ikke lyst til at sidde ved en computer hele dagen. Her kan man bruge sin krop og bevæge sig hele tiden. Jeg går også meget op i min sundhed og god mad. Kontorarbejde har aldrig været en mulighed for mig, fordi jeg gerne vil røre mig.

På et tidspunkt overvejede jeg gymnasiet, men jeg ville ikke bare følge de andre. Det vigtigste var at bruge min tid på det rigtige, så jeg har da været i tvivl.

Hvad bruger du mest tid på/ hvad fylder mest?

Det har været godt at starte på en EUD, men anderledes end mine forventninger. Jeg har fået nogle søde venner, men jeg er en af de yngste.

På gymnasiet er alle jo jævnaldrende, men jeg er heldigvis meget udadvendt og taler med alle. Jeg bruger U/NORDs pigenetværk en del. Det har betydet, at jeg har flere piger på min alder omkring mig og har givet mig et ungdomsmiljø.

Fagligt har vi teori nogle gange, hvor vi får en masse opgaver, og andre gange er vi i køkkenet og prøve det hele af i praksis. Så det er en god blanding. Vi har ikke så mange lektier for, selvfølgelig er der lidt her op til eksamen.

Vi laver en del events, hvor vi også er på skolen om aftenen og laver mad, hvis der foregår noget. Det er spændende at prøve. Vi bruger også meget tid på at holde køkkenet rent. Det er meget vigtigt.

Til august starter jeg på læreplads i 2 år. Det er også en mulighed at komme til udlandet i løbet af sin uddannelse. Det vil jeg gerne prøve.

Jeg skal i lære i Forsvaret ude på Refshaleøen. Jeg har været i praktik der både på GF1 og GF2, og det er virkelig søde mennesker. Jeg kan godt lide at lave mad til unge men-

nesker, der bruger sig selv meget. De skal have rigtig meget at spise, så jeg lærer meget om den rigtige kost.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Man skal tænke over, at det er noget helt andet end gymnasiet. Der er en del ældre elever. Man skal være klar til at yde en indsats og gøre noget for det. Så er lærerne til gengæld virkelig søde.

Som uddannet ernæringsassistent møder man tidligt og har tidligt fri i modsætning til kokkene, der tit arbejder om aftenen. Så det er en af grundene til, at jeg valgte den her uddannelse, fordi jeg tænker på fremtiden og på at få en familie.

Hvad er drømmen?

Jeg vil gerne i militæret, når jeg er færdig. Det passer godt til mig. Først vil jeg gerne gennemføre min uddannelse på bedste måde og lave en masse god mad.

Kan du nævne et højdepunkt, opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?

Vores events har været det fedeste. Det med at prøve noget andet. Vi har lige lavet smørrebrød til 25 mennesker.

Øvelse i at stå fast trods bølgegang



// Louise Schmedes. Fotos: Ungdomsøen - Stemningsbilleder fra TECs deltagelse i Bølger på ungdomsuddannelser

Trygfonden støtter Ungdomsøens projekt Bølger på ungdomsuddannelser. Her skal unges engagement og nysgerrighed for samfundsforhold styrkes gennem forløb for eleverne og medarbejderne på ungdomsuddannelserne. De unge får værktøjer og viden om deres muligheder i demokratiske processer, mens underviserne inspireres til at nytænke, hvordan elever kan motiveres og inddrages i samfundet gennem undervisningen. Ali Baajour går på TEC og er en af de elever, som har været med i projektet.

Der er i disse år pres udefra på demokratiet, og det påvirker stabiliteten i samfundet. Det viser, at demokrati ikke kan tages for givet. Hvis man skal værne om det, så kræver det, at unge også lærer om, hvordan demokratiske processer virker, og hvordan de aktivt kan spille en rolle. Og det er færdigheder, som skal læres og trænes. I projekt Bølger på ungdomsuddannelserne lægges der netop vægt på, at unge skal lære, hvordan man engagerer sig i samfundsforhold og tager del i den demokratiske debat. Hen over projektperioden er forskellige skoler i hovedstadsområdet inviteret med ind. Fra TEC deltog alle GF1-elever fra Gladsaxe og Ballerup og 10. klasse fra Frederiksberg i løbet af efteråret 2024 – og i den runde var Ali Baajour på 16 år med.



"At deltage i Bølger på ungdomsuddannelserne har været en meget positiv oplevelse. Og godt at deltage i efter en periode, hvor der er mange valg at træffe i slutningen af folkeskolen, hvor alle muligheder er åbne, og det har været svært at vide, hvilken retning man skulle gå i. Jeg endte med

selv at vælge en erhvervsuddannelse, fordi jeg elsker at arbejde og samtidig lære mange forskellige ting," siger Ali Baajour og fortsætter: "Og havde jeg ikke valgt den retning, så havde jeg nok ikke fået oplevelsen af Bølger på ungdomsuddannelserne eller lært Ungdomsøen at kende. Generelt synes jeg, at hele forløbet var meget overraskende. Jeg var på Ungdomsøen to gange. Første gang var jeg overbevist om, at Ungdomsøen ville være kedelig, og at der ikke var så meget at lave... at det bare ville være spild af tid. Men så indså jeg faktisk, at det var det stik modsatte. Ungdomsøen hjælper mange unge som mig med at forstå, hvordan valg af uddannelse påvirker ens hverdag, og de lærer os, hvordan vi kan tage del i samfundet og ytre os om ting, vi ikke er tilfredse med. Med udgangspunkt i de ting, som optager unge, øvede vi os i at deltage i samfundsdebatten. Vi drøftede mange forskellige emner, som unge går op i, fx mental sundhed på skoleskemaet, lavere priser på offentlig transport, bedre adgang til boligmarkedet for de unge, styrket fællesskab og retten til at gå på pension, før man er nedslidt. Ud over de drøftelser lavede vi en række aktiviteter og lege, hvor vi øvede os i at samarbejde og kommunikere bedre som gruppe. Vi skulle siden hver især udvælge os et emne, som virkelig betød noget for os og skrive en tale om emnet i vores undervisning i danskfaget."

Øvelse gør mester – og udvider horisonten

"I min tale skrev jeg om offentlig transport, fordi jeg synes, det er et



vigtigt emne for unge mennesker. Offentlig transport bruges meget af os til at komme rundt mellem uddannelse, jobs, sport og andre aktiviteter. Jeg skrev om, hvad der er godt ved offentlig transport, og hvad jeg ser kunne gøres bedre. Især nævnte jeg, at billetterne er for dyre for unge, og at de burde være gratis. Jeg brugte min tale til eksamen i dansk, hvor jeg fortalte om emnet, og jeg havde en dialog om min tale med lærerne. De synes, det var en god tale, som virkelig betød noget for unge mennesker. Det var en rigtig god oplevelse," siger Ali Baajour.

"Jeg er rigtig glad for at have fået oplevelsen og har været med i Bølger på ungdomsuddannelserne. Det var også spændende at være på Ungdomsøen og lære det sted at kende. De laver også mange arrangementer, som man kan deltage i, i fritiden. Jeg hyggede mig, havde det sjovt og prøvede noget nyt, som jeg ikke havde prøvet før. De ansatte på Ungdomsøen var meget flinke og imødekomende, og de forstod, hvordan det er at gå på en ungdomsuddannelse og at være ung. Det har været et lærerigt forløb, som har suppleret mit faglige forløb på GF1 godt," siger Ali Baajour.

FRA DESIGNER TIL S-TOGSFØRER

// Christina Qvistgaard

Et tilfældigt øjeblik blev årsag til at Simone Sørensen skiftede retning eller spor, om man vil.

For selvom hun (kortvarigt) drømte om en karriere som tøj-designer, er hun endt med at transportere hundredevis af beboere i hovedstadsområdet rundt på skinnerne.

Den 25-årige S-togsfører er et perfekt eksempel på, hvorfor det er helt ok at ombestemme sig.



"Det var meget tilfældigt, at jeg havnede i den her stilling. Det var ikke noget, jeg havde drømt om. Jeg havde fået et job, hvor jeg skulle pendle. En dag kom der en kontrollør for at se min billet, og jeg synes altid, de virkede så søde. Så jeg kom til at tænke på, om det var noget, jeg kunne. Jeg kiggede på deres hjemmeside og så, at de søgte S-baneførere," fortæller Simone om vejen til skinnerne.

Inden da havde Simone været forbi både en HHX og en professionsbacheloruddannelse som tøjdesigner, men ingen af delene havde vækket passionen helt til live.

"Jeg gik mest på HHX, fordi mine venner valgte det. Det var hårdt for mig, fordi det ikke interesserede mig. Alle snakkede om CBS efter HHX, men jeg fandt ud af, at man kunne uddanne sig som tøjdesigner og gik til optagelsesprøve. Det var første gang, at jeg fik 12, fordi der pludselig var noget, der interesserede mig. Det var en syret oplevelse," uddyber Simone.

"I løbet af uddannelsen var jeg i praktik, og der oplevede jeg den stress, der kan være i branchen. Jeg kunne se, at det var noget med at have mit arbejde med hjem hver dag. Havde jeg lyst til det?"

Svaret var nej, så Simone valgte at melde sig som værnepligtig – og derefter faldt hun så over S-togsføreruddannelsen. Den tre måneder lange uddannelse var tillokkende, selvom tanken om at sidde alene i flere timer hver dag lige skulle sluges.

"Jeg havde aldrig set mig selv i et job, hvor man faktisk ikke snakker med andre. Som S-banefører sidder du meget alene, men jeg har vendt det til noget positivt, hvor jeg lader op, mens jeg er på arbejde," forklarer Simone.

"Samtidig ville jeg gerne finde et arbejde, hvor jeg kunne starte tidligt. Jeg sendte en ansøgning, men havde egentlig ikke regnet med at få jobbet, fordi jeg nok havde en fordom om, hvem der sidder og kører tog. Så jeg var lidt overrasket, da jeg kom videre i processen."

Man har ikke spildt sin tid

S-togsføreren kører alle S-togslinjerne og kan komme forbi 3 forskellige linjer på en dag. Og selvom hun ene kvinde kan have ansvaret for flere end 800 menneskers sikkerhed, er det alligevel ikke helt nok til at gøre arbejdslivet perfekt. Derfor har Simone valgt også at give både passagerer og andre følgere et indblik i hendes liv.

"Jeg er rigtig glad for mit job lige nu, men jeg bruger også noget tid på at lave opslag på de sociale medier, og gjorde jeg ikke det, ville jeg måske nok kede mig lidt. Inden jeg søgte ind her, var det at arbejde med SoMe, jeg havde tænkt på. Virksomhederne ved jo godt, at det er en god ting at have ansatte, der har styr på TikTok," fastslår Simone, der udover at kunne kalde sig S-togsfører og TikTokker også har knyttet titlen som Rollemodel hos UU København til sit CV. Simone har nemlig både en klar holdning og gode råd til jer, der skal til at vælge uddannelse.



"Jeg synes, det er vigtigt ikke at stresse omkring det. Måske tager man en beslutning, men det er ikke en skam at skifte retning. Jeg har valgt noget, der giver en glæde i livet. Man bruger jo næsten halvdelen af sit liv på at arbejde, så man skal ikke kun gå efter at tjene kassen."

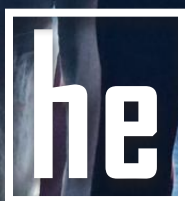
"Selvom jeg har valgt om og ikke brugt min uddannelse, tager jeg alligevel en masse med mig både i form af selvudvikling og bekendtskaber. Man har ikke spildt sin tid," siger hun.



Jeg synes, det er vigtigt ikke at stresse omkring det. Måske tager man en beslutning, men det er ikke en skam at skifte retning. Jeg har valgt noget, der giver en glæde i livet.



Vil du gerne høre mere om Simones og andre unges erfaringer og historier, så find podcasten Godt i Gang. Den findes både som videopodcast og på lyd.



**EFTERSKOLEN...
FOR SCENEKUNST
FOR FÆLLESSKAB
FOR DIG**

hoptrøftefterskole hoptrøftefterskole.dk / @hoptrøftefterskole



EN FREMTID MED FÆLLESSKAB

– se mere på
www.egedalgym.dk



EGEDAL
GYMNASIUM & HF

Gymnasievej 1 - 3660 Stenløse



10. KLASSE MED HÆNDERNE I FOKUS

//Christina Qvistgaard

Kombinationen af praktisk erfaring og traditionel skolegang hjælper eleverne med at blive afklarede til næste skridt. U/NORDs tekniske 10. klasse i Hillerød er et af de steder, hvor eleverne bliver klogere på sig selv og fremtiden.

I løbet af skoleåret bruger eleverne et par dage om ugen i værkstederne, hvor de arbejder med fag som murer, tømrer og maler, og resten af tiden tilbringes på Hillerød Handelsskole. Det giver en varieret hverdag, hvor man både får styrket sine hænder og sin hjerne. For mange elever fungerer det som en god afklaring, uanset om de vælger at gå videre med en erhvervsuddannelse eller vælger noget helt andet.

Tobias Hansen på 17 år er én af de elever, der har fået stor gavn af skoleåret. Han vidste allerede inden han startede i 10. klasse, at fremtiden hedder en uddannelse til karrosseritekniker, men han har alligevel nydt at få smagt på andre erhvervsuddannelser.

"Jeg valgte det for at blive lidt ældre. Jeg vil gerne til Silkeborg og gå i skole, men synes, at jeg skulle blive lidt ældre, inden jeg flytter hjemmefra. Grunden til at jeg gerne vil være karrosseritekniker, er at jeg var i praktik og synes, det var sjovt," fortæller han.

Tobias fremhæver det som en stor fordel, at man kan tage både 10. klasse og Grundforløb 1 på ét år – det første skridt i en erhvervsuddannelse. Det sparer tid og gør overgangen til Grundforløb 2 meget

mere naturlig. Han har allerede fået en læreplads i Slangerup, mens skoleforløbet altså skal tages i Jylland.

"Hvis man er i tvivl, vil jeg helt klart anbefale at tage et år her. Man bliver virkelig afklaret. Og det er ikke kun dem, der vil være håndværkere, der får noget ud af det – nogle af vores kammerater er blevet sikre på, at de hellere vil på gymnasiet," uddyber Tobias.

Begejstret for brobygning

Michala Molzen, 16 år, startede på STX efter 9. klasse, men fandt meget hurtigt ud af, at det ikke var det, hun skulle. Efter to dage tog hun en hurtig beslutning og kastede sig i stedet over 10. klasse.

"Jeg var i brobygning her i 8. klasse og var meget begejstret for det. Jeg endte med at vælge STX, men da

det ikke fungerede, var det en let beslutning at starte her i stedet," forklarer Michala. "Jeg kan godt lide at bruge mine hænder, og det har altid været mig, der samler møblerne derhjemme."

Selvom Michala nu ved, at hun ikke ønsker at tage en EUD, er hun ikke i tvivl om, at året har været godt givet ud. Det har hjulpet hende med at finde ud af, hvad hun ikke vil – og det kan være mindst lige så vigtigt.

Begge elever understreger, at det har været et lærerigt og sjovt år. Kombinationen af værksted og skolegang har givet dem motivation, selvtillid og klarhed over deres næste skridt.

"Det har bare været et superfedt år," lyder det samstemmende.



Min uge i praktik

Hej, jeg hedder Aksel og er 14 år gammel, og jeg kommer fra Ballerup.



I uge 5 har jeg været i erhvervspraktik som Journalist. I løbet af denne uge har jeg lært de forskellige opgaver, der er som journalist, som fx at have gode kontakter og lave interviews. Jeg har lært, hvordan man kommer ud og laver interviews, og hvordan man holder de gode kontakter ved fx at være venlig og hilse på alle, der kan hjælpe med ens job. Denne uge har givet mig et godt blik på, hvordan jobbet som journalist er og jeg har fået en anden og en god synsvinkel på jobbet. Jeg har også været med på en efterskolemesse, hvor jeg tog billeder og snakkede med personerne, der stod ved standene. Jeg fik et godt indblik i, hvordan man stiller spørgsmål, som er relevante. Jeg stillede fx en masse spørgsmål til efterskolemessen som fx, "hvordan er det på jeres skole"? Efter efterskolemessen tog jeg også en masse billeder, som er vigtige for at kunne promovere på sociale medier, så man skaffer folk til messerne.

Der er mange forskellige former for journalistik. Som fx avis, kommunikationsfolk, TV osv.

Det jeg har været i praktik som er fagbladsjournalist med speciale i uddannelse.

Så er der også det med min fremtid. Jeg er lidt tvivl om min fremtid. Jeg ved, at jeg skal på efterskole, højst sandsynligt hos Brøndby Idrætsefterskole. Der har jeg valgt linjen fodbold, fordi det er en sport, jeg dyrker i min fritid og jeg synes, det er fedt og sjovt. Jeg ved også en masse om fodbold og kan godt lide at snakke om klubber og spillere. Jeg kan også lide at spille videospil, som handler om fodbold, som fx. FIFA Jeg glæder mig til at starte på efterskole næste år.

Det jeg så skal bagefter, er jeg lidt i tvivl om. Jeg har jo valgt at gå i erhvervspraktik som journalist, fordi jeg synes, det er et interessant og fedt job at have. Det jeg er i tvivl om, er om jeg skal tage en erhvervsuddannelse eller en gymnasial

uddannelse. Det er fordi, jeg stadig er i tvivl om, hvilke job jeg vil have og hvilken vej, jeg vil gå. At blive journalist er et godt bud, og jeg synes det er spændende lige nu i hvert fald, men jeg er ikke sikker. Det kan godt være, jeg vil noget helt andet om et halvt år eller et helt år. Det føles, som om at når jeg skal vælge en vej at gå, at det er et valg der afgør hele mit liv og jeg skal vælge "rigtigt". Det er også derfor, jeg har valgt at gå på efterskole. For at lige at få et år til at beslutte mig og have tanker på noget andet end at skulle bekymre mig om min fremtid. Det at tage det "rigtige" valg er noget, som jeg tænker over, fordi at jeg er bange for at vælge "forkert". Jeg er bange for at jeg fortryder, hvis jeg vælger et forkert sted for mig, fx. at tage gymnasievejen og så bagefter fortryde, fordi jeg vil noget andet alligevel. Denne uge har hjulpet på min opfattelse af, hvordan det ville være, hvis jeg gik journalist vejen.

NOGET FOR UNGE med særlige behov

Specialkompasset er en uddannelsesmesse og et magasin for unge med særlige behov.

Her kan du læse gode historier om unge i gang med uddannelse og job på særlige vilkår.

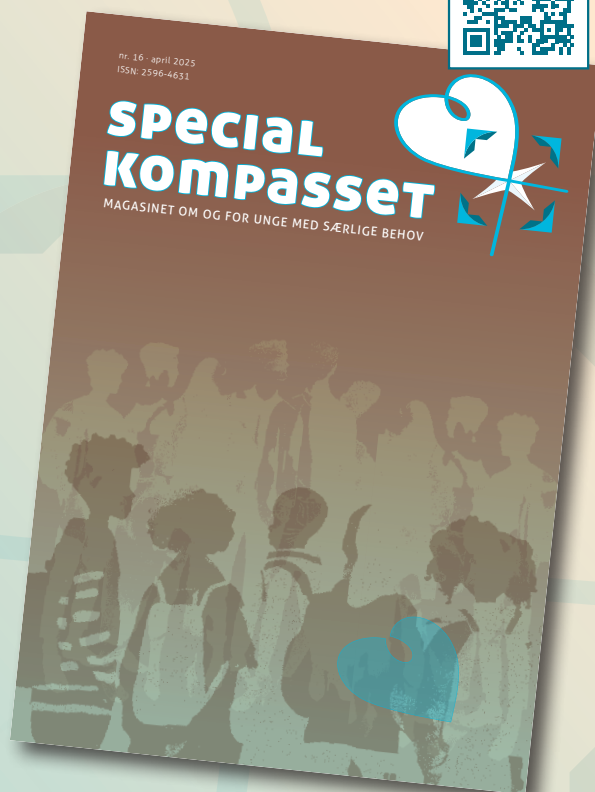
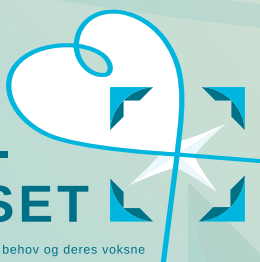
Messen foregår i september i Roskilde og magasinet udkommer 2 gange om året i hele landet.

specialkompasset.dk



SPECIAL-KOMPASSET

Uddannelsesmesse for unge med særlige behov og deres voksne





Læs om
HHX
SIDE 144

Navn og alder:

Emma Koch Andersen, 19 år.

Hvilken uddannelse og linje går du på?

HHX Lyngby Handelsgymnasium U/NORD, Afsætning A og Virksomhedsøkonomi A, 3.g.

Hvad var grunden til, du valgte den uddannelse? Hvilke overvejelser gjorde du dig?

Jeg kunne ikke så godt lide naturfag i folkeskolen, så det var et plus at sige farvel til dem, og så talte de virkelighedsnære fag og ægte cases meget til mig. Hele businessstanken.

Hvad bruger du mest tid på/hvad fylder mest?

Jeg har brugt rigtig meget tid med klassen. Vi har et virkelig godt sammenhold også uden for skolen. Vi har brugt meget tid på at skabe oplevelser sammen. Det faglige har selvfølgelig også fyldt en masse. Meget af det handler om, hvordan en virksomhed fungerer.

Afsætning handler jo fx om, hvordan en virksomhed præsenterer sig selv til kunderne, hvordan man promoverer sig. Så der kommer fx markedsføring og sociale medier ind over.

Har du et godt råd til en, der skal starte på din uddannelse?

Man skal springe ud i det. Lærerne er meget imødekommende og gode til at hjælpe. De ved godt, at man starter på lavt niveau i forhold til alle de nye fag, så dem skal man ikke være bange for. Nogle af fagene er også nogle, man kender. Vi bygger jo videre på fx dansk og så får man så nogle profilfag, som er helt anderledes.

Hvad er drømmen?

Næste år skal jeg til Irland med OPU og arbejde. OPU står for Ophold og Praktik i Udlandet – og det kan man gøre efter HHX. Jeg skal arbejde i en investeringsbank og bo på kollegie sammen med 4 piger.

Jeg hørte om det, fordi der var nogle ude at præsentere det, og jeg havde også lærere, der talte godt om det. Jeg kan bruge alt det, jeg har lært de sidste 3 år i praksis og kombinere det med at bo i udlandet. Det glæder jeg mig til. At få nogle erfaringer og fede oplevelser, man ikke glemmer igen. At få nye venskaber og skabe nogle kompetencer. Det bliver godt.

Derefter vil jeg gerne på CBS og læse HA Almen, så jeg kan blive revisor. På sigt vil jeg gerne være statsautoriseret revisor og arbejde i en stor virksomhed.

Kan du nævne et højdepunkt, opgave eller projekt, du virkelig syntes var fedt?

En af de fedeste oplevelser var helt klart vores studietur til Budapest, hvor vi bl.a. var ude at se AUDIs produktion. Og så bare det at sidde i flyet sammen og hygge. Det var fedt.

EMMAS OPLEVELSER MED HHX

I løbet af Emmas HHX-tid vandt hun DM i Statistik. DM i Statistik er for 2. og 3.g'ere med Matematik på A eller B niveau.

"Jeg har valgt at hæve matematik til A niveau i 3.g. og igennem det fik jeg mulighed for at deltage. Vi lavede selv et projekt, som vi skulle præsentere for nogle dommere. Det foregik som gruppearbejde og vi var 3.

Vi havde formuleret et projekt, hvor vi lavede statistik på andelen af overvægtige i byen og på landet.

Vi brugte ca. 5 timer på det, både på skolen og derhjemme. Vi havde ikke regnet med at vinde, men det endte med, at vi fik 6.000 kr. til deling – og så er det en fin ting at skrive på mit CV.

Det var fedt at få lov at være med. Skolen gør meget for at aktivere eleverne i forskellige konkurrencer osv.

En uddannelse i metalindustrien åbner døre til hele verden

Læs om
industri tekniker-
uddannelsen

SIDE 131

"Hvis man er et ungt menneske, så synes jeg jo, det er en helt vildt skøn mulighed at kunne tage af sted. Bare gør det!" Sådan fortæller Jasmin Osther, som har taget en del af sin uddannelse i Tyskland.

En erhvervsuddannelse kan åbne døre til hele verden. På alle erhvervsuddannelser er der nemlig mulighed for at tage en del af uddannelsen i udlandet. I denne artikel fortæller industri teknikerlærlingene Jasmin Osther og Thomas-Emil Andersen om at være udstationeret i udlandet.

En fed mulighed

Thomas-Emil Andersen vidste slet ikke, at det var en mulighed at tage en del af erhvervsuddannelsen i udlandet. Det var et heldigt tilfælde, der sendte ham en måned til Filippinerne. "Jeg overhørte min lærer tale i telefon med nogle andre elever om, at de skulle til Tanzania. Og så spurgte jeg hende om, hvorfor vi andre ikke havde fået sådan et tilbud. Dagen efter fik jeg en besked om, hvorvidt jeg var interesseret i at komme en måned til Filippinerne. Det ville jeg gerne. Min virksomhed syntes, det var en rigtig god idé, selvom de havde travlt. De har støttet meget op om det og syntes, det var en fed mulighed at få," siger Thomas-Emil Andersen, som er glad for, at han greb chancen: "Det var en fantastisk oplevelse. Folk var simpelthen så flinke. Det var spændende at komme ud at se, hvordan de arbejdede. De havde en meget anderledes tilgang til tingene, end vi har herhjemme i Danmark."

Ikke kun for universitetsstuderende

Der er mange, der ligesom Thomas-Emil Andersen ikke ved fra start, at man kan tage en del af sin erhvervsuddannelse ude i verden. Og det er ærgerligt, mener Jasmin Osther, som selv har været glad for at kunne tage en del af sin uddannelse i Tyskland. "Når jeg tænker på erhvervsuddannelserne, så tænker jeg 'lad mig komme ud i verden og arbejde'. Det er ærgerligt, hvis man ikke ved, at det er en mulighed, eller hvis man primært tænker, at det hører sig universitetet til," siger Jasmin Osther.

Metalindustriens Uddannelsesudvalgs internationale konsulent, Pia Lauridsen, arbejder for at udbrede viden om, at man kan rejse som en del af sin erhvervsuddannelse. "Det er vigtigt for unge mennesker i 8., 9. og 10. klasse at få at vide, at man kan tage dele af sin erhvervsuddannelse i udlandet. Der er rigtig mange, der tror, at man kun kan studere i udlandet, hvis man går på universitetet. Det passer ikke. Der er masser af muligheder for at komme ud at rejse, når man tager en erhvervsuddannelse. Politikerne har også sat et mål om, at endnu flere på erhvervsuddannelserne skal udstationeres. Det er rigtig fedt, for det betyder jo, at der følger nogle penge med. Der er rig mulighed

for at få økonomisk støtte til at få dækket sine rejseudgifter, hvis man tager noget af sin uddannelse i udlandet," siger Pia Lauridsen.

Noget helt særligt

Selvom Jasmin Osther og Thomas-Emil Andersen har været udstationeret i vidt forskellige verdenshjørner, er de helt enige om, at flere burde gøre brug af muligheden for at opleve verden under sin uddannelse.

"Jeg håber, flere får mod på at gøre det – også de lidt mere forsigtige typer. Man skal huske, at andre mennesker gerne vil passe på en. De vil dig kun det bedste, når du er af sted. De har jo også sagt ja til, at de får en lærling ned, så man skal i hvert fald ikke føle sig som en byrde," siger Jasmin Osther.

"Jeg kan klart anbefale andre at tage af sted og opleve noget mere. Jo yngre man er, når man kommer af sted, desto bedre. Der tror jeg, man får endnu mere ud af det. Det er noget helt særligt at komme ud at rejse på den måde der," siger Thomas-Emil Andersen. Han har også et godt råd til andre unge, der gerne vil rejse som en del af sin erhvervsuddannelse: "Man skal sørge for at udnytte al den tid, man har dernede. En måned er ikke så lang tid, når man først står der," afslutter Thomas-Emil Andersen.

På forkant med grøn omstilling

Med oprettelse af tre klimaerhvervsskoler på tværs af Danmark vil regeringen sætte skub i udviklingen, så elever på erhvervsuddannelser får de rette grønne kompetencer til fremtiden. Projektet er skudt i gang i efteråret 2024, og erfaringer fra de tre skoler skal siden udbredes til skoler i hele landet. Det er Rybners i Esbjerg, TEC i hovedstadsområdet samt Herningsholm Erhvervsskole & Gymnasier i Herning, som hver har fået tildelt et særområde, de skal dyrke.

Regeringen har afsat midler til at udvikle og drifte de tre klimaerhvervsskoler, som skal sikre at erhvervsskoler og elever over hele landet kan omstille sig til en grøn fremtid, hvor bæredygtige og vedvarende løsninger skal gøre en forskel på tværs af brancher og sektorer. Rybners i Esbjerg har teten i forhold til energisektoren, Herningsholm i Herning har ansvar for klimavenligt landbrug og bæredygtigt byggeri, mens TEC – Technical Education Copenhagen i hovedstadsområdet skal opdyrke viden og praksisser i relation til grøn transport.

TECs klimaerhvervsskolechef, Per Nørregaard, fortæller her om, hvordan man som elev på TEC vil mærke, at skolen er frontløber inden for grøn transport.

"Målet som grøn frontløberskole er at løfte erhvervsskoler i hele landet, så ny viden og ny teknologi kommer mange erhvervsuddannelser til gavn. Det er essensen af at være klimaerhvervsskole. På vegne af alle skal vi arbejde med grøn omstilling, så eleverne er ajour med helt ny teknologi og nyt udstyr på værkstederne og samtidig lære om klima- og miljøhensyn i undervisningen. Med ansvar for grøn transport vil vi samle på erfaringer i relation til de uddannelser, vi har – dvs. alt fra cykelmekaniker, personvogsmekaniker, lastvogsmekaniker til karrosseritekniker, som altså er dem, der arbejder med selve bilens skal, kan man sige. Vi uddanner også chauffører, flytek-

nikere og lufthavnsoperatører. Og så kan man blive lager- og logistikoperatør. Alle de uddannelser er vi i gang med at nytænke, så de tapper ind i den bæredygtige omstilling i samfundet," fortæller Per Nørregaard.

Nyt gear i elektrificering af transport

"For eksempel har vi netop købt en el-lastbil fra Volvo. Sådan en er superdyr, og der stadig ret få af dem på vejene. Men el-lastbiler er fremtiden, fordi man er blevet så dygtig til at udvikle batteriteknologien i dem, og fordi netværket af ladestandere hele tiden bliver større og bedre i Danmark, så vil udbredelsen vinde større og større indpas, og det skal fremtidens faglærte være klar på. På TEC lærer vores chauffør-elever at køre el-lastbilen – og det er altså en ret anderledes oplevelse end at køre normal lastbil," siger Per Nørregaard og fortsætter: "Den larmer overhovedet ikke, og der er ingen rystelser i førerhuset. Den er også udstyret med en masse moderne teknologi, som gør, at chaufføren har bedre udsyn. Og så har den mange sensorer, som gør chaufføren opmærksom på bilister, cyklister og fodgængere i nærheden af bilen. El-lastbilen vil også være omdrejningspunkt for vores lastvogsmekanikere. De bliver undervist i, hvordan de håndterer og reparerer el-lastbilens batterier. Den har to motorer og over 600 hestekræfter – og det kræver selvfølgelig helt særlig viden at kunne reparere dem."

Overgang til fremtiden

"Lige nu er det sådan, at vores elever på personvogsmekanikeruddannelsen kan vælge fire valgfag, hvor de får særlig viden om at arbejde med elbiler og hybride teknologier. Men som led i vores rolle som klimaerhvervsskole på området arbejder vi på højtryk på at få opdateret uddannelsen, så den i endnu højere grad passer til den teknologi, som er i de mange nye elbiler, der er på vejene i dag. Altså en topmoderne mekanikeruddannelse, hvor man blandt andet bliver specialist i at reparere batterier frem for motorer og kan arbejde med softwareopdateringer i bilerne," siger Per Nørregaard og tilføjer: "Man behøver ikke at være særligt interesseret i klimaet for at uddanne sig hos os. Vi har både elever, som er motiveret af og stolte over at arbejde i et fag, hvor man tager hensyn til klima- og miljø. Men vi har også mange, som synes, at den dagsorden er mindre vigtig og som bare nyder at bruge hoved og hænder på superfede opgaver – fx at fikse biler, cykler, fly – eller på at fragte varer fra A til B på kloge måder. Men når alt kommer til alt så peger fremtiden i retning af grønne og elektrificerede løsninger, og den viden og knowhow, der knytter sig hertil, tilvejebringer vi i rollen som klimaerhvervsskole for transportuddannelser – og branchen – ligesom Rybners og Herningsholm vil gøre indenfor deres områder."

Ta' springet

– og mærk livet

BESØG

EFTERSKOLE MESSEN

- snak med elever og lærere
- hør foredrag om livet på en efterskole, fri fagskole og om udveksling

2026

24. - 25. JANUAR

Roskilde
Kongrescenter

Lørdag & Søndag
kl. 10-16

GRATIS
ADGANG



EFTERSKOLE
UDVEKSLING
FRI FAGSKOLE

efterskole
messen



efterskolemessen.dk



jp@compassfairs.dk

9189 8510

KARRIERE GUIDEN

2025
2026

KÆRE ELEVER

Velkommen til "KarriereGuiden" – et hæfte, der gør dig klogere på overgangen fra grundskole til ungdomsuddannelse.

Det kan være vanskeligt at skaffe sig et overblik over mulighederne, når du forlader grundskolen efter 9. eller 10. klasse. KarriereGuiden giver dig overblik over alle ungdomsuddannelserne i Nordsjælland.

- På de første sider får du viden om, hvad uddannelsesvejledningen indeholder, og hvor du kan få vejledning.
- KarriereGuiden indeholder også en række praktiske øvelser, hvor du eksempelvis kan blive klogere på dine personlige styrker, og hvad der kendetegner dig.
- Endelig kan du finde generel information om alle ungdomsuddannelserne og de enkelte uddannelsesinstitutioner i det område, du bor.

KÆRE FORÆLDRE

Som forældre spiller I en vigtig rolle, når jeres barn skal træffe sit uddannelsesvalg efter grundskolen. Derfor opfordrer vi jer til at orientere jer i KarriereGuiden.

Krav og indhold på ungdomsuddannelserne er hele tiden i bevægelse og har helt sikkert ændret sig, siden I selv valgte uddannelse. Derfor er KarriereGuiden et rigtig godt supplement for samtalerne med jeres barn.

Det er jeres ansvar, at ansøgningen til en ungdomsuddannelse bliver udfyldt og afsendt rettidigt. I får information om processen direkte i e-boksen fra Undervisningsministeriet. I kan også altid finde råd, hjælp og vejledning på ug.dk, hos Forældreguiden på Facebook eller hos eVejledning.dk.

Stort set alle elever i de ældste klasser i folkeskolen, på private skoler og ungdoms- og efterskoler i Nordsjælland modtager "KarriereGuiden".

Hæftet kan også læses på Karriereguiden.nu

UDGIVET AF DEN KOMMUNALE UNGEVEJLEDNING I NORDSJÆLLAND

Alle fotos i denne del: iStock, Unsplash og Jan Haste.

Grafik/tryk:
Jan Haste/Compass Fairs
og Step Print Power.

Oplag 14.000 eks.

ZOOM IND PÅ DIG SELV

Uddannelsesvejledning	74
Kære forældre	75
Gode vaner kan være nøglen	76
De 24 styrker	78-81
Sæt dig et mål	83
Hvad har betydning for dig?	86
Find dine interesser	87
Dit leverum	88-89
Besøg på ungdomsuddannelser	90
Forberedelsesmateriale til INTRO-dage	92-95
Min vigtigheds-skala	96
Erhvervspraktik	98-105
UNOUNG.DK	107
Flere veje med ug.dk	108-110
Map din vej	111
Din vej videre efter 9. og 10. klasse – uddannelsesoversigt	112
Uddannelsessteder NORDSJÆLLAND	113
Ansøgning via optagelse.dk	114
SPS, mulighed for støtte	115

ALT OM UNGDOMS

10. klasse	116-117
Erhvervsuddannelser, intro	118
EUX	121
Alle Erhvervsuddannelser på kort.	123-136
De gymnasiale uddannelser, intro	138
De obligatoriske fag og niveauer	141
HHX	144
HTX	145
STX	146
HF	147
FGU	148-149
STU, TAMU, IGU	150
Andre uddannelser	151
VUC	155

UDDANNELSERNE

MIN HUSKE LISTE

FOR
DETTE
SKOLEÅR

INTROKURSER/BROBYGNING

Uge: _____

Tilmeldingsfrist: _____

Bemærkninger: _____

ERHVERVSPRAKTIK

Dato: _____

Tilmeldingsfrist: _____

Job: _____

Virksomhed: _____

Kontaktperson: _____

Telefonnummer: _____

UDDANNELSESEVENT

Hvad: _____

Hvor: _____

Dato: _____

Tidspunkt: _____

Bemærkninger: _____

EFTERSKOLERNES DAG

Hvornår: **Sidste søndag i september!**

Tidspunkt: **Kl. 13.00 – 17.00**

Se meget mere på **efterskolerne.dk**

ANDRE VIGTIGE DATOER

ÅBENT HUS – JEG GERNE VIL DELTAGE I

Hvor/hvornår: _____

Hvor/hvornår: _____

UDDANNELSES-VEJLEDNING

I løbet af dit uddannelsesforløb er der forskellige muligheder for at få uddannelsesvejledning



UDDANNELSESVEJLEDNING

Sørger for vejledning til alle elever i grundskolens ældste klassetrin og op til man bliver 25 år.

Målet med vejledningen er at skabe refleksion, afklaring og motivation, som fører til uddannelse, job eller anden aktivitet.



STUDIEVALG

Når du er gået ud af grundskolen og er godt i gang med en ungdomsuddannelse, så kan du møde uddannelsesvejledere fra Studievalg. De vejleder unge videre i forhold til valg af videregående uddannelse og erhverv.



eVEJLEDNING.DK

Undervisningsministeriets digitale uddannelsesvejledning. Her er det muligt for både dig og dine forældre at chatte, ringe og maile med en uddannelsesvejleder. De vejleder til hele uddannelsessystemet.



UDDANNELSESGUIDEN - UG.DK

Her har du Danmarks største portal med opdateret indhold omkring alt inden for uddannelse og job. Portalen er udgivet af undervisningsministeriet.

UDDANNELSESVEJLEDNING I GRUNDSKOLEN

- Uddannelsesvejlederen giver kollektiv vejledning til alle elever i 7. - 10. klasse og hjælper i forhold til, at du får en god overgang fra grundskolen til ungdomsuddannelse.
- I 8., 9. og 10. klasse skal du angive et eller flere uddannelsesønsker, og dine lærere skal i samarbejde med vejlederen på din skole vurdere, om du er fagligt klædt på, karaktermæssigt.
- Uddannelsesvejlederen yder vejledning til de elever, der har behov for en supplerende vejledningsindsats.
- Uddannelsesvejlederen formidler og koordinerer introkurser og brobygning i 8.-10. klasse.
- Uddannelsesvejlederen vejleder i forhold til erhvervspraktik og overgangen til ungdomsuddannelserne.

KOLLEKTIV VEJLEDNING

De vejledningsaktiviteter, som uddannelsesvejlederen kommer ud og laver i klasserne, kalder vi for kollektiv vejledning. Introkurser, brobygning og erhvervspraktik er en del af dette, men i den kollektive vejledning arbejder vi blandt andet også med, at alle elever:

- får et kendskab til hele uddannelsessystemet, herunder sammenhæng mellem uddannelser og job.
- får en forståelse for de forskellige ungdomsuddannelser, deres indhold, struktur og muligheder.
- bliver fortrolige med at arbejde med UG.dk (UddannelsesGuiden).
- kender til mulighederne for at få vejledning via eVejledningen.
- løbende arbejder med deres refleksioner omkring uddannelse og job.

UDDANNELSESVEJLEDNING TIL UNGE UNDER 25 ÅR

Uddannelsesvejlederen vejleder også unge under 25 år, som ikke har gennemført en ungdomsuddannelse eller ikke er i gang med uddannelse, beskæftigelse eller anden aktivitet. Det betyder, at du kan få hjælp af uddannelsesvejlederne, hvis du fx:

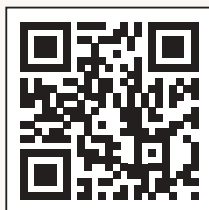
- skal i gang med en uddannelse og har brug for vejledning.
- står uden arbejde og har brug for en uddannelse.
- ønsker at skifte uddannelse.
- har afbrudt en uddannelse og skal i gang med en ny uddannelse.
- har været i udlandet og skal i gang med en uddannelse.
- bare gerne vil vide mere om ungdomsuddannelser.
- har brug for at høre en andens mening om dine planer.
- overvejer at starte på en FGU.

DEN VIGTIGE FORÆLDRE-ROLLE

Unge søger ofte forældrenes råd, når de skal vælge uddannelse. Men hvordan guider forældre bedst deres barn?

Hvilke spørgsmål er gode at stille?

Scan QR-koden og se en lille film med inspiration til, hvordan du, som forælder, med gode spørgsmål kan være med til at støtte dit barn.



MitID



I forbindelse med at dit barn fylder 15 år, vil du og dit barn modtage et brev fra Digitaliseringsstyrelsen, hvor der står, at dit barn, nu selv vil modtage digitale post fra det offentlige og dermed også skal have MitID. Som forældre spiller du en vigtig rolle i at hjælpe dit barn med at få MitID. MitID er strengt personligt, men du kan hjælpe til at forstå hvad MitID er, og hvordan dit barn bruger det.

SÅDAN HJÆLPER DU DIT BARN MED AT VÆLGE UDDANNELSE

Som forælder spiller du en vigtig rolle – ikke ved at vælge for dit barn, men ved at lytte, stille spørgsmål og være med til at undersøge mulighederne.



Scan QR-koden og få inspiration til samtalerne hvor dit barn klogere på sig selv, og få ideer til hvordan I sammen kan undersøge uddannelserne.

FACEBOOK

Hvis du er på Facebook, så kan du også få tips og inspiration via Facebook-siden "ForældreGuiden – om unges valg af uddannelse".

Du vil bl.a. få tips til inspirationsværktøjer, information om forældrekurser, tidsfrister og optagelsesproducenter, samt mulighed for at drøfte emner med andre forældre direkte på væggen. Det er også muligt selv at stille spørgsmål og sende en privat besked, der besvares af en uddannelsesvejleder.



LYT TIL PODCAST

Prøv at lytte til podcastserien "Samtaler om Uddannelse", hvor I møder både unge og eksperter, som kommer med en masse gode input til jeres egne samtaler derhjemme.



VEJLEDNING ONLINE



Få hjælp, når I har tid.... Her er det muligt for forældre at chatte, ringe og maile med en uddannelsesvejleder. Tlf. 70 2222 07

**GODE
VANER
KAN
VÆRE**

NØGLEN

**TIL
EN
BEDRE
HVERDAG!**



Opbyg gode rutiner

En af de bedste måder at få gode vaner på, er at have nogle faste rutiner, som du følger stort set hver dag.

Det kan eksempelvis være at spise morgenmad hver dag, have faste tidspunkter for, hvornår du laver lektier eller andre ting, hvornår du ser nyheder, bruger skærm eller andet...

EN VIGTIG
VANE



IKKE EN
VIGTIG VANE

DENNE VANE
HAR JEG



DENNE VANE
HAR JEG IKKE

Hvilke gode rutiner har jeg / ønsker jeg?

Prioritéér din tid

Du får et bedre overblik, når du planlægger din tid. Så undgår du også at udskyde opgaver til sidste øjeblik og sikrer samtidig, at du får sat tid af til de ting og aktiviteter, du gerne vil nå.

Lav to-do-lister, opret påmindelser eller brug en kalender til at holde styr på både det du skal nå og gerne vil nå...

EN VIGTIG
VANE



IKKE EN
VIGTIG VANE

DENNE VANE
HAR JEG



DENNE VANE
HAR JEG IKKE

Hvad gør jeg for at prioritere min tid?

Få nok søvn

Søvn er afgørende for dit humør og evne til at holde koncentrationen, så sørg for at få nok af det!

Unge bør have mindst 8-10 timers søvn om natten for at kunne fungere optimalt i løbet af dagen. Det er også vigtigt at have faste sengetider, både for dig selv og din mobiltelefon..!

EN VIGTIG
VANE



IKKE EN
VIGTIG VANE

DENNE VANE
HAR JEG



DENNE VANE
HAR JEG IKKE

Hvordan er jeg påvirket af min søvnrytme?

Hold pauser

Husk at skabe tid og rum til at gøre noget, der får dig til at slappe af og lade op! Hvad får smilet frem hos dig? Hvad gør din krop og dit sind godt!

Brug tid på disse vigtige pauser - det er nemlig noget af det, som hjælper dig godt på vej, både i din hverdag nu og her, men også gennem livet..!

EN VIGTIG
VANE



IKKE EN
VIGTIG VANE

DENNE VANE
HAR JEG



DENNE VANE
HAR JEG IKKE

Eksempler på gode pauser for dig:

ER JEG EGENTLIG GODT PÅ VEJ MOD UNGDOMS- UDDANNELSERNE?

DET HAR JEG
BRUG FOR AT
BLIVE MEGET
BEDRE TIL!

DET KAN JEG
NOGENLUNDE

ARH, DET
SKAL JEG NOK
ØVE MIG
MERE PÅ

DET ER JEG
FAKTISK
RET GOD TIL
ALLEREDE!

Jeg har godt **styr på mine skoleting** og får lavet de ting, jeg skal til undervisningen - også gerne i god tid.

Hvis jeg går i stå med opgaver, eller der er noget, jeg ikke forstår, så sørger jeg for at **spørge om hjælp**.

Jeg **bidrager aktivt i undervisningen** og tager selv initiativ til at få sagt noget i klassen og i gruppearbejde.

Jeg **møder ind hver dag** og kommer selvfølgelig altid til tiden - eller lidt før. Både i skolen og til andre aftaler.

Jeg kan **træffe egne beslutninger** - og er opmærksom på, at gode beslutninger ikke altid er de nemme beslutninger.

Jeg er **god til at samarbejde** med andre og kan godt gå på kompromis og tilsidesætte mine egne behov.

Jeg **viser hensyn til andre**. Jeg lytter til andres mening og er åben over for at ændre min egen.

Jeg kan godt **fordybe mig** i det, jeg laver, og samtidig bevare et overblik over opgaven og den tid jeg har til rådighed.

I min **fritid er jeg aktiv** med flere forskellige ting - såsom sport, fritidsaktiviteter, fritidsarbejde, være social m.m.

Jeg **giver ikke op**, når jeg møder modgang. Jeg forsøger at gøre tingene færdig - også selvom det trækker tænder ud.

Når der er noget, jeg **gerne vil blive bedre til**, så handler jeg på det - for på den måde kan jeg udvikle mig.

Jeg er bevidst om at bruge tid på bestemte ting i mit liv, som **gør mig glad** og fylder mig med god energi.

Jeg har det **okay med at begå fejl** - også selvom andre ser det. Jeg kan bruge de fejl, jeg laver, konstruktivt og lære af dem.

Jeg **undersøger mine muligheder** grundigt, når jeg skal træffe valg - så kan mine valg blive truffet på et godt grundlag.

☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐

DE 24 STYRKER

MEGET



LIDT

STYRKER? Der findes 24 såkaldte karakterstyrker – og vi har dem alle i større eller mindre grad. Styrkerne er positive dele af vores personlighed, som har indflydelse på, hvordan vi tænker, føler og opfører os.

Tjek oversigten med styrker og markér på skalaerne i hvor høj grad du tænker, du har dem.

Inspiration, tekster
og ikoner venligst
udlånt af
Mindhelper.dk



	NYSGERRIGHED Du er interesseret i mange ting, har mange interesser og synes nye oplevelser er spændende.			ÆRLIGHED Du er ærlig og oprigtig. Du holder, hvad du lover, og siger, hvad du mener.	
	DØMMEKRAFT Du kaster dig ikke ud i hurtige konklusioner, men vil hellere være grundig og se ting fra flere sider.			ENTUSIASME Du har meget energi og kan lide at være aktiv. Du har et godt humør og er nem at begejstre.	
	VIDEBEGÆR Du kan godt lide at lære nye ting. Du bruger tid på at søge svar på ting, der undrer dig.			RELATIONER Du er god til at knytte tætte bånd til andre. Det betyder meget for dig at være tæt på folk, du holder af.	
	VISDOM Dine venner kommer tit til dig for at få gode råd. Du er god til at åbne nye perspektiver og se ting fra flere sider.			OMSORG Du står klar, når folk omkring dig har brug for hjælp. Du er opmærksom og nyder at gøre noget godt for andre.	
	MOD Du siger din mening og tør at gå egne veje. Du kæmper for det, der er vigtigt for dig.			SOCIAL INTELLIGENS Du kommer godt ud af det med andre. Du fornemmer, hvordan andre har det, og hvad de har brug for.	
	KREATIVITET Du har en god fantasi og får mange idéer. Du skaber kreative ting med dine hænder eller med dit hoved.			VEDHOLDENHED Du giver ikke op. Når du går i gang med noget, så gør du det færdigt. Også selvom det trækker tænder ud.	
	VÆRDSÆTTELSE Du er god til at få øje på det smukke i livet. Du lægger mærke til og elsker smukke ting omkring dig.			RETFÆRDIGHED Det er vigtigt for dig, at andre bliver behandlet ordentligt – også selvom du ikke nødvendigvis er enig med dem.	
	TAKNEMMELIGHED Du nyder og værdsætter de gode ting i dit liv. Du er god til at vise andre, at du sætter pris på dem.			LEDERSKAB Du er god til at organisere og motivere i en gruppe. Du kan godt lide at tage ansvar og lede andre.	
	OPTIMISME Du ser det gode i livet – også selvom tingene ikke altid går din vej. Du ser lyst på fremtiden. Tænk 'Det skal nok gå'.			TILGIVELSE Du bærer ikke nag, når andre sårer dig. Du ved, at alle begår fejl. Hos dig får folk en ny chance.	
	HUMOR Du tager ikke ting så tungt. Du er god til at se ting fra en skæv vinkel og skabe smil omkring dig.			BESKEDENHED Du fremhæver andre frem for dig selv og deler gerne anerkendelse med andre.	
	SPIRITUALITET Du tænker over meningen med livet og universet. Du er åben for, at ting kan hænge sammen på mange måder.			OMTANKE Du tænker dig om, inden du gør eller siger noget. Du er en grundig person, der træffer fornuftige valg.	
	SAMARBEJDE Andre kan regne med dig. Du er god til at få grupper til at fungere og nyder fællesskaber.			SELVKONTROL Du er fokuseret, målrettet og kan bevare roen og styre dit temperament.	

TJEK OVERSIGTEN MED DE 24 STYRKER

Start med at se på styrkerne og sæt kryds på skalaerne ud fra hver styrke...

UDVÆLG DINE 3 TOPSTYRKER

1:

2:

3:

Giv et eksempel på hvornår du sidst har brugt hver af dine 3 topstyrker

Få gerne andre til at hjælpe dig med denne opgave

STYRKE 1:

STYRKE 2:

STYRKE 3:

HVILKEN AF DE 24 STYRKER VILLE DU GERNE HA' MERE AF?



Nævn en person du kender, figur eller berømt, som har denne styrke?

Hvordan kommer denne styrke til udtryk hos personen/figuren/berømteden?

Hvilke ting kan du gøre i dag for at træne denne styrke?

Fra 1-10, hvor vigtigt er det for dig at få mere af denne styrke?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3

STYRKE ØVELSER

- du skal lave sammen med andre!

1

HVILKE STYRKER VÆLGER ANDRE OM DIG?

Sæt jer sammen og kig på listen over de 24 styrker.

- 1: Skiftevis vælger I nu 3 styrker om hinanden.
- 2: Ved hver af de 3 styrker skal I give et eksempel, hvor I har oplevet, at personen har vist styrken.

2

HVILKE STYRKER ER DER BRUG FOR HER?

I skal nu sammen tænke tilbage! Hvilke styrker har der været brug for?

- 1: I en episode i weekenden?
- 2: I den sidste engelsktime?
- 3: I den sidste idrætstime?
- 4: I det sidste frikvarter?
- 5: Her til morgen?

3

DE KENDTE OG DERES TOPSTYRKER!

Begynd med at udvælge 3 kendte personer eller fiktive figurer fra film, bøger, tegneserier eller nyhederne.

- 1: Hvilke styrker synes I, at disse personer har?
- 2: Hvordan oplever I, at styrkerne bliver brugt?

HVILKE 3 STYRKER FIK DU?

HVORFOR ER DET VIGTIGT, AT DU KENDER TIL DINE PERSONLIGE STYRKER?

1. DU FÅR BEDRE SELVVÆRD

Mange er slemme til kun at fokusere på de steder, hvor de ikke lykkes. Det slider på selvværdet. Øv dig i stedet i at lægge mærke til, hvad dine styrker er. Det, du er god til og godt kan lide. Det booster dit selvværd – og du finder mere ro i dig selv.

2. DU BLIVER BEDRE TIL AT HÅNDTERE MODGANG

I hårde tider er det særligt vigtigt at kende dine styrker. 'Hvorfor?', tænker du måske. Jo, du kan tænke på dine styrker som **dine personlige supervåben**. Er du fx kreativ, så kan du bruge denne styrke til at komme på løsninger. Kreativiteten kan også være et frirum – altså et sted, hvor du får et afbræk fra modgangen, mens du hækler, pimper din cykel eller opfinder en ny gryderet.

3. DU BLIVER GLADERE

Kender du det, at tiden nogle gange flyver afsted, fordi du er totalt opslugt af det, du er i gang med? Hvis du kan finde din tilstand af flow, vil du være gladere og føle at alting bare går meget lettere.

4. DU FÅR LETTERE VED AT TRÆFFE GODE VALG

At vælge uddannelse bliver nemmere, når du har et klart billede af dine styrker. Jo bedre du kender dig selv, jo bedre grundlag har du for at træffe nogle gode valg.

Hvilke ord **KENDETEGNER** dig?

Sæt x ved alle de ord, du synes kendetegner dig:

☐	Fornuftig	☐	Tolerant	☐	Troværdig	☐	Afslappet
☐	Pålidelig	☐	Nysgerrig	☐	Målrettet	☐	Impulsiv
☐	Analytisk	☐	Lyttende	☐	Effektiv	☐	Stædig
☐	Energisk	☐	Loyal	☐	Ærlig	☐	Pligtopfyldende
☐	Humørfyldt	☐	Velformuleret	☐	Venlig	☐	Beskeden
☐	Beslutsom	☐	Smilende	☐	Eftertænksom	☐	Musikalsk
☐	Stabil	☐	Gå-på-mod	☐	Flittig	☐	Fantasifuld
☐	Åben	☐	Humoristisk	☐	Problemløsende	☐	Nærværende
☐	Omstillingsparat	☐	Høflig	☐	Udadvendt	☐	Ambitiøs
☐	Tålmodig	☐	Struktureret	☐	Forsigtig	☐	Kreativ
☐	Glad	☐	Rolig	☐	Service-minded	☐	Omsorgsfuld
☐	Sjov	☐	Hjælpesom	☐	Initiativrig	☐	
☐	Punktlig	☐	Omhyggelig	☐	Realistisk	☐	

HVILKE 3 ORD SYNES DU PASSER BEDST PÅ DIG?

ORD 1

ORD 2

ORD 3

JOB 1

JOB 2

JOB 3

I HVILKET JOB ER DENNE EGENSKAB SÆRLIG VIGTIG?

FIND 3 PERSONER SOM KENDER DIG GODT
HVILKE 3 ORD SYNES DE PASSER GODT PÅ DIG?

HVEM:

HVILKE 3 ORD:

HVEM:

HVILKE 3 ORD:

HVEM:

HVILKE 3 ORD:

Jeg er **særlig glad** for, at dette ord blev valgt:

Jeg er **overrasket** over, at dette ord blev valgt:

SÆT DIG ET MÅL

HER SKAL DU VÆRE **KONKRET OG PRÆCIS** – SÅ DU KAN SE, NÅR DU ER I MÅL!

DEADLINE FOR AT NÅ MIT MÅL:

Hvad er det helt præcist, jeg vil opnå?

Hvordan ved jeg, at jeg er i mål?

Målet betyder noget for mig fordi...

Hvor vigtigt er målet for mig på en skala fra 1-10? =

Hvem skal hjælpe mig og med hvad..?

For at komme godt fra start med at nå mit mål vil jeg begynde med at...



Ung på linjen

Unge frivillige er klar til at lytte og chatte

Kontakt
7012 1000

Man-tors kl.19-22
+ Chat



HØRT

Går du med svære tanker eller følelser, og har brug for at blive hørt

Kontakt via chat eller talebesked

Chatten er åben døgnet rundt



Det Mentale Motionscenter

Her kan du hjælpe dig selv, med gode og nemme øvelser, til at styrke dig selv.

Der er øvelser til at dealle med: angst, depression, ensomhed, søvn, koncentration mv...



Headspace

Har du brug for at mødes og tale med en voksen anonymt?

Find kontaktinfo på dit nærmeste Headspace via QR

+Chat man-tors kl. 12-22



Psykiatrifonden

Rådgivning og støttetilbud om psykisk sygdom og diagnoser

Kontakt
3925 2525

Man-tors kl.10-22
Fre-søn kl. 10-18



Ventilen

Gode råd og mødesteder for dig, der kender til ensomhed.

Find nærmeste sted via QR



AngstTelefonen

Når følelser og tanker overvælder dig, eller bestemte situationer gør dig utryg.

Kontakt
8230 6070

Tirs-ons+tors kl.18-21



Bryd Tavsheden

Til dig, der er udsat for vold i familien eller i et forhold.

Kontakt
4445 2090

Man-tors kl.17-20



Foreningen Spiseforstyrrelser og selvskade

Få hjælp vedrørende spiseforstyrrelse og selvskade

Kontakt
7010 1818

Man-tors kl.9-19 & tirs-ons 16-19



◀ Sex & Samfund



Børnenes

Skilsmissetelefon

Hvis dine forældre er skilt eller skal skilles, så kan du få hjælp og støtte her.

Kontakt
2060 0550

Hverdage kl.11-16
(tors kl. 12:30-17)



SletDet

Hjælp til unge, der har oplevet ubehagelige oplevelser og krænkelser på nettet.

Kontakt
2927 0101

Ring eller SMS



Alkolinjen UNG

Har du, eller en nær dig, udfordringer med alkohol? Få en i tale med her.

Kontakt
80 200 500

+ Chat i hverdage kl.9-17



HVAD HAR BETYDNING FOR DIG?

X 1. Sæt dig selv på skalaerne med et kryds

Prøv bagefter at sammenligne dine krydser med en anden.

Hvor er der forskelle, og hvor er I enige? Forklar hvorfor I har sat krydserne de forskellige steder.



O 2. Sæt et job på skalaerne med en cirkel

Hvordan lander jobbet på skalaerne i forhold til dine egne krydser? Hjælp hinanden med at afgøre, hvor cirklerne skal placeres. Kan I blive enige?

Brug UG.dk til at søge info om de forskellige job.

HVILKET JOB VÆLGER DU?

ARBEJDE UDE

ARBEJDE INDE

ARBEJDE MED LIDT BEVÆGELSE

ARBEJDE MED MEGET BEVÆGELSE

FYSISK HÅRDT ARBEJDE

FYSISK LET ARBEJDE

STOR KONTAKT MED MENNESKER

LIDT KONTAKT MED MENNESKER

ARBEJDE MED MEGET KREATIVITET

ARBEJDE MED LIDT KREATIVITET

ARBEJDE I LIVLIGT MILJØ

ARBEJDE I MEGET ROLIGT MILJØ

MEGET FAST ARBEJDSSTID

MEGET FLEKSIBEL ARBEJDSSTID

ARBEJDE MED GENTAGENDE OPGAVER

ARBEJDE MED AFVEKSLENDE OPGAVER

ARBEJDE MED MEGET MUNDTLIGHED

ARBEJDE MED MEGET SKRIFTLIGHED

ARBEJDE MED LIDT ANSVAR

ARBEJDE MED MEGET ANSVAR

FIND SELV PÅ EN

FIND SELV PÅ EN

HVILKE 2 OVENSTÅENDE PUNKTER ER DE VIGTIGSTE FOR DIG?

1

2

HVILKE JOB KAN DU NÆVNE, HVOR BEGGE PUNKTER BLIVER OPFYLDT?

FIND DINE INTERESSER

At blive klar til at vælge ungdomsuddannelse kræver at man kender sig selv – og ikke kun, hvordan man er i skolen, men også hvordan man er i fritiden, og hvad man kan lide at lave.

Tanker om min fritid

- Er jeg tilfreds med min fritid, som den er?
- Hvad kan jeg bedst lide at lave i min fritid?
- Er der nogle nye fritidsinteresser, som jeg godt kunne tænke mig? Hvilke?

Hvad laver du når du ikke går i skole?

Skriv dine fritidsaktiviteter ind i skemaet og udregn hvor meget tid du bruger på dem (i procent %)

- Der er 168 timer på en uge
- Du bruger ca. 56 timer til at sove i (det svarer til 33,3%)
- Du bruger ca 40 timer til at gå i skole (det svarer til 23,8%)
- Så er der 72 timer tilbage (det svarer til 42,8%), som du kan bruge til dine fritidsinteresser.

AKTIVITET	TIMER OM UGEN	PROCENT %
Træning	2	$2 : 72 \times 100 = 2,8 \%$

MULIGHEDER FOR UNGE I NORDSJÆLLAND

Ungdomsskoler i Nordsjælland er et tilbud til unge fra 8. klasse og til de fylder 18 år.

Ungdomsskolerne har hver især deres egen profil med aktiviteter til de unge. Kom fx til musik, graffiti, e-sport, podcast, havkajak, gastronomi, fiskeri, sportsaktiviteter, lektiehjælp eller bare hygge sammen med vennerne.

Der er mange muligheder for at unge kan mødes i Nordsjælland. Hør din uddannelsesvejleder om dine muligheder.



UngHillerød

UngFuresø



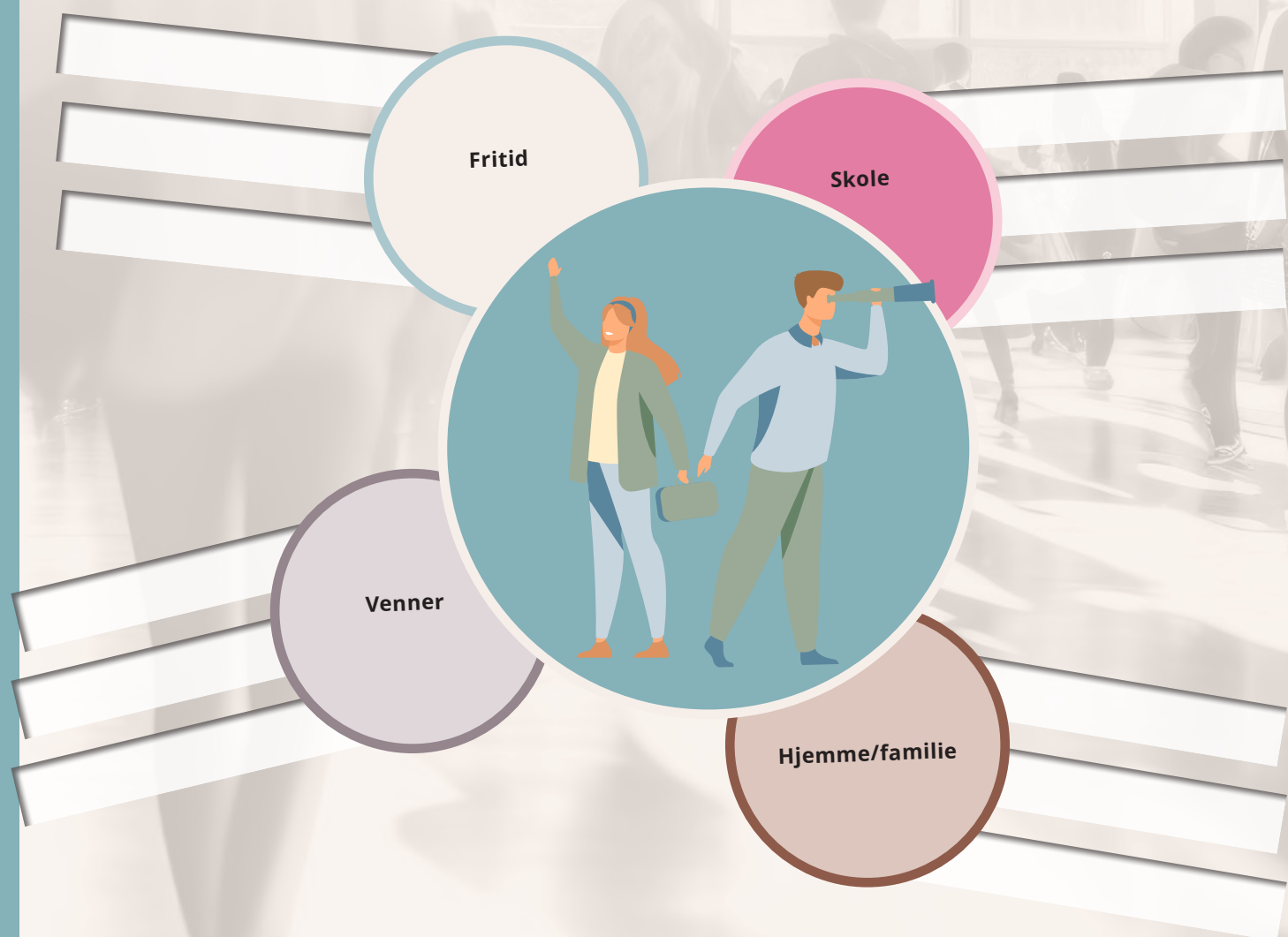
HelsingUng



HVAD ER VIGTIGT FOR DIG?

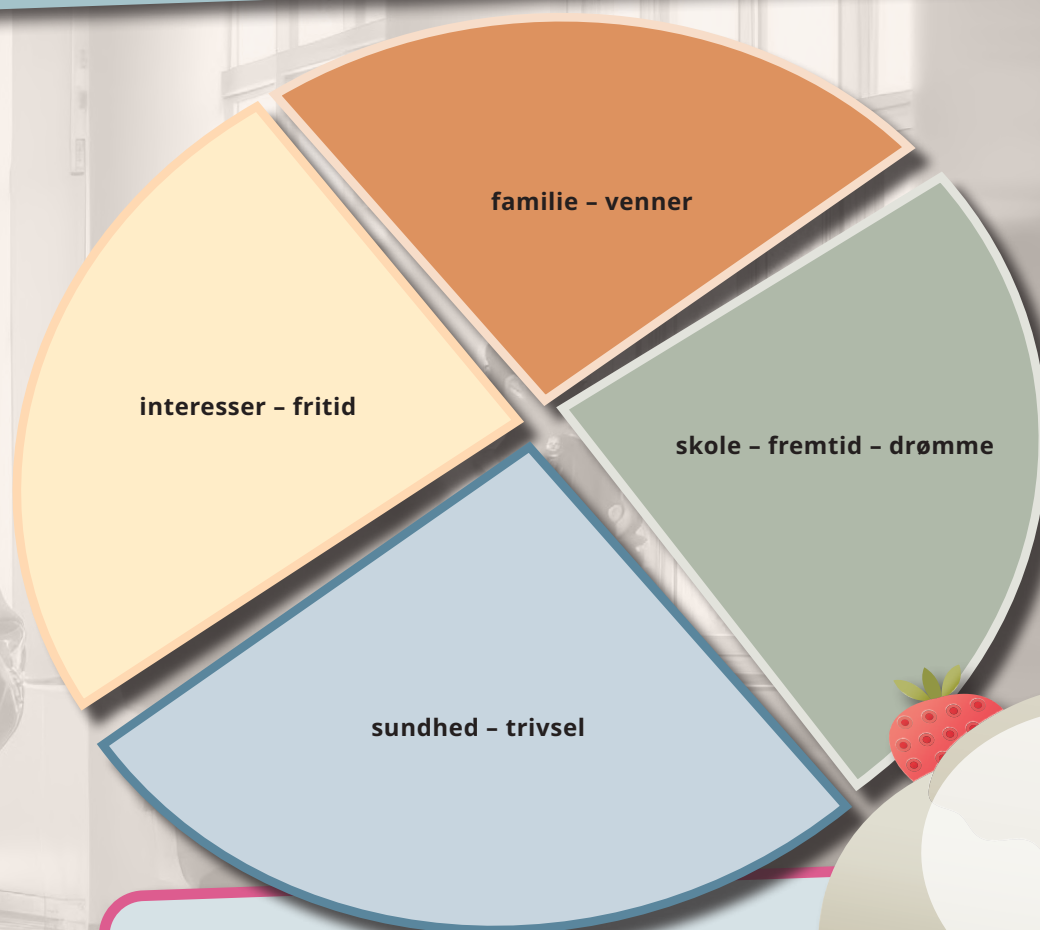
Hvad kan jeg? Hvad gør jeg? Hvad kan jeg gøre?

Prøv at liste op, hvad der er vigtigst for dig at gøre, for at skabe rum for at nå dine mål. Handlinger i skolen, derhjemme, i fritiden og sammen med dine venner, kan alle sammen hjælpe dig godt på vej.



DIT LEVERUM

Hvad fylder i dit leverum – og hvor meget?



DIN PLAN FOR AT NÅ DINE MÅL

DIN UDDANNELSESPLAN OG DRØMME FOR FREMTIDEN

Sæt dig små mål, handlinger,
milepæle, som skal undersøges,
afprøves, aftaler som skal
overholdes m.m.



BESØG

PÅ 8.^{KLASSE} PÅ INTRO UNGDOMS- UDDANNELSER

Når du besøger ungdomsuddannelser, handler det om, at du:

- oplever en eller flere ungdomsuddannelser og evt. uddannelsessteder.
- oplever de praktiske og teoretiske dele i uddannelserne.
- får et billede af, hvilke krav du vil blive mødt med på uddannelserne.
- oplever studieforløbet og møder lærere og elever i deres daglige miljø.
- gør dine egne erfaringer med lektier, metoder, omgangsform, regler, skolemiljø m.m.
- får et kendskab til krav og muligheder for senere uddannelse.
- får bedre mulighed for at træffe valg af ungdomsuddannelse efter 9. eller 10. klasse.
- bliver motiveret til at vælge og gennemføre en ungdomsuddannelse.

Undersøg dine muligheder

I 8. KLASSE:

- I 8.klasse begynder du at forberede dig til at vælge en ungdomsuddannelse efter 9./10. klasse. I den forbindelse skal du ud og besøge nogle ungdomsuddannelser.
- Besøgene kaldes introkurser og varer i alt op til 5 skoledage, men de kan ligge spredt over flere dage. Introkurserne er obligatoriske for alle elever i 8. klasse.
- Dine oplevelser fra introkurserne skal styrke dit kendskab til de forskellige ungdomsuddannelser og derved hjælpe dig til at kunne træffe et godt uddannelsesvalg.

I 9. KLASSE:

- I 9. klasse er der mulighed for at besøge en ungdomsuddannelse gennem et brobygningsforløb, hvis du har brug for det.
- Brobygningsforløbet i 9. klasse er som oftest mellem 2-5 dage samme sted.
- Tal med din vejleder i god tid, hvis du overvejer at deltage i brobygning i 9. klasse.

I 10. KLASSE:

- Obligatorisk brobygning og/eller praktik i 10. klasse udgør en uge (minimum 21 timer) og at deltage af en obligatorisk del (brobygning minimum to dage på EUD/EUX eller HHX/HTX) og en frivillig del (brobygning eller praktik). Brobygningen skal være afviklet senest 1. marts i skoleåret.

**FØR
første
introdag**

Enig eller uenig om ungdomsuddannelser

Tal sammen to og to. Marker om I er enige eller uenige i udsagnet. Hvis I er uenige, sætter I bare to krydser. Når I er færdige læser jeres lærer udsagnene højt – og I går hen i den ene ende af rummet hvis I er enige, og i den anden, hvis I er uenige. Tal bagefter om, hvor næsten alle var enige, og hvor der var meget delte meninger.

enig ☒ uenig ☒

- ☐ ☐ 1. Alle uddannelser er lige gode
- ☐ ☐ 2. Man skal være god til at bruge sine hænder på en erhvervsuddannelse
- ☐ ☐ 3. Der er mange fordomme om erhvervsuddannelserne
- ☐ ☐ 4. Erhvervsuddannelser giver gode muligheder for et godt liv
- ☐ ☐ 5. En gymnasial uddannelse giver flere muligheder for at få et godt job
- ☐ ☐ 6. En lang uddannelse giver høj status
- ☐ ☐ 7. Man tjener mere ved at tage en lang uddannelse
- ☐ ☐ 8. Det er nemmere at tage en EUX end en STX
- ☐ ☐ 9. Det er mere seriøst at tage en gymnasial uddannelse end en erhvervsuddannelse
- ☐ ☐ 10. En god uddannelse giver dig et godt liv

Hvad kan jeg blive hvis jeg vælger EUD?

Du skal finde ud af hvilke erhvervsuddannelser, der findes under de 4 hoved-indgange. Du kan bruge uddannelsesguiden på ug.dk til at finde uddannelserne.

Omsorg, sundhed og pædagogik (5)	Kontor, handel og forretningsservice (5)	Fødevarer, jordbrug og oplevelser (19)	Teknologi, byggeri og transport (72)

Notér 3 uddannelser, som du gerne vil undersøge nærmere

1. _____
2. _____
3. _____

FORBEREDELSESMATERIALE TIL INTRODAGE

INTROVIDEO

SE INTROVIDEO I KLASSEN



SÅDAN GØR I



UNDERSØG ERHVERVSSKOLERNE

1

HVILKEN ERHVERVSSKOLE SKAL I BESØGE OG HVILKE UDDANNELSER HAR DEN?

Skriv navnet på den skole, som I skal besøge:

Hvad betyder forkortelserne EUD og EUX?

EUD: _____

EUX: _____

Hvilke uddannelser kan man tage?

Søg på nettet og find skolens hjemmeside. På erhvervsskoler kan man ofte tage flere forskellige uddannelser. Find 3 uddannelser, man kan tage på den skole, I skal besøge.

2

TRANSPORT TIL SKOLEN

Hvordan kommer du ud til skolen?

Find ud af, hvor lang tid det tager dig at komme hen til skolen via rejseplanen og Google Maps. Du skal afsted, så du er fremme ved skolen kl. 09:30. Dette er bare et eksempel.



Gå-ben: _____



Cykel: _____



Offentlig: _____

Sæt kryds ved det transportmiddel, du helst vil bruge.

HVAD VIL I VIDE



1

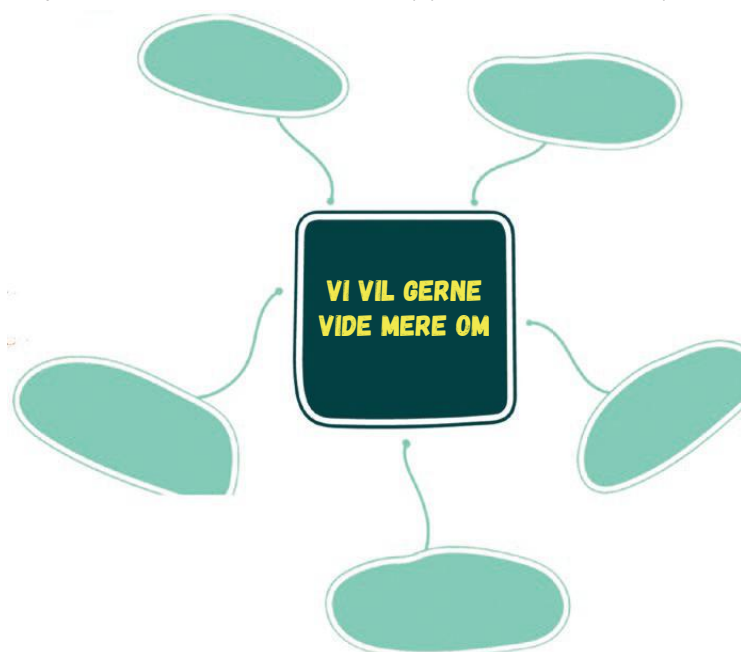
HVAD ER DU/I NYSGERRIGE PÅ?

Som I har hørt i starten af introvideoen, er der mange forskellige måder, at gå i skole på. I løbet af jeres besøg kommer I til at opleve, hvordan hverdagen kan se ud på den erhversskole, I skal besøge. I vil opleve, at hverdagen og undervisningen på en erhversskole er en del anderledes end den hverdag, som I normalt er vant til ude på jeres egen skole.

I denne opgave skal I tale om i gruppen, hvad I gerne vil lægge mærke til og vide noget om på den skole, I skal besøge. Skriv, hvad der er vigtigst for jer at få viden om i mindmappen nedenfor. Se på listen, hvis I mangler idéer.

Måske vil I lægge mærke til:

- Kantinen
- Et særligt værktøj
- Det sociale
- Faglokalerne
- Skolens indretning
- Lærerne
- Loungeområder hvor man hænger ud og holder pause
- Dem, der går på skolen
- Boldbanen
- Hvordan undervisningen er
- Andet....



TRE SPØRGSMÅL TIL SKOLEN

Evt. flere spørgsmål

AFSLUTNING OG AFRUNDING

Fremlæg jeres mindmaps i klassen og tal sammen om, hvorfor netop disse ting, er vigtige for jer.



UNDERSØG GYMNASIESKOLEN

1

HVILKET TO GYMNASIER SKAL I BESØGE OG HVILKE STUDIERETNINGER HAR DE?

Navn på gymnasie 1

Nævn tre Studieretninger

Navn på gymnasie 2

Nævn tre Studieretninger

2

TRANSPORT TIL SKOLEN

Hvordan kommer du ud til skolerne?

Find ud af, hvor lang tid det tager dig at komme hen til skolen via rejseplanen og Google Maps. Du skal afsted, så du er fremme ved skolen kl. 09:30. Dette er bare et eksempel.

Sæt kryds ved det transportmiddel, du helst vil bruge.



Skole 1

Skole 2

Gå-ben:

Cykel:

Offentlig:

3

FAGORD

Læs side 142 - 151 og svar på spørgsmålene

Hvad betyder forkortelserne?

STX _____

HHX _____

HTX _____

HF _____

IB _____

Hvad betyder A - B - C niveauerne

Niveau

År

A

1

B

2

C

3

Hvad er et obligatorisk fag og nævn 2

TRE SPØRGSMÅL TIL GYMNASIET

EFTERBEHANDLING AF INTRODAGE

FORSKELLE OG LIGHEDER



OPGAVE 1

I har nu været på introdage, hvor I har oplevet, hvordan hverdagen og undervisningen kan være på en erhvervsuddannelse og en gymnasieuddannelse. I skal nu i par eller i grupper tale om, hvad I har lært og oplevet på jeres besøg.

I skal tænke tilbage på jeres besøg, eller kigge på de billeder, som I har taget, da I var ude på skolerne. Tal sammen og lav en liste med de forskelle og ligheder, I har lagt mærke til.

FORSKELLE OG LIGHEDER MELLEM GRUNDSKOLE OG ERHVERVSSKOLE

FORSKELLE OG LIGHEDER MELLEM GRUNDSKOLE OG GYMNASIET

OPGAVE 2

Hvor meget anderledes var erhvervsskolen og den undervisning, I oplevede i forhold til den hverdag og undervisning, I har på jeres egen skole på en skala fra 1 til 10?

1 = Det samme / 10 = Det var meget anderledes



Hvor meget anderledes var gymnasiet og den undervisning, I oplevede i forhold til den hverdag og undervisning, I har på jeres egen skole på en skala fra 1 til 10?





VIGTIGHEDS- SKALA

Slet ikke vigtigt

Lidt vigtigt

Meget vigtigt



UDSAGN 1



Det er vigtigt for mig at bo tæt på skolen

UDSAGN 2



Det er vigtigt for mig, at jeg kender nogen, som starter på samme ungdomsuddannelse, som mig

UDSAGN 3



Det er vigtigt for mig, at jeg kan fordybe mig i bøger og specifikke fag/emner i skolen

UDSAGN 4



Det er vigtigt for mig at arbejde sammen med andre i skolen

UDSAGN 5



Det er vigtigt for mig at have tid til at dyrke mine hobbyer/fritidsaktiviteter ved siden af skolen

UDSAGN 6



Det er vigtigt for mig, at det faglige niveau på ungdomsuddannelsen passer til mig

UDSAGN 7



Det er vigtigt for mig, at jeg gennem min ungdomsuddannelse kommer i praktik og prøver det af, som jeg har lært

UDSAGN 8



Det er vigtigt for mig, at der foregår meget socialt udenfor timerne på ungdomsuddannelsen

UDSAGN 9



Det er vigtigt for mig at kunne få hjælp til mine skoleopgaver/lektier (lektiecafé eller lign.)

UDSAGN 10



Det er vigtigt for mig, at der er nye og moderne lokaler på skolen

UDSAGN 11



Det er vigtigt for mig, at ungdomsuddannelsen åbner mange muligheder for videre uddannelse eller job

UDSAGN 12



Det er vigtigt for mig, at jeg i løbet af skoledagen har fag, som jeg synes er spændende

DE GODE SAMTALER

Det er vigtigt, at du åbner op for dine overvejelser, så de ikke bare brænder inde i dig selv..!

Karriereguiden giver dig her 8 mini spørgeguides for at hjælpe dig godt på vej til gode samtaler.

Brug din familie, dine lærere, venner, klasse-kammerater osv.

En samtale er jo bedst, når du har andre med!



SAMTALER OM

Introkurser & brobygning

Hvordan ser en typisk uge ud på uddannelsen - både fagligt og socialt?

Hvad ville særligt udfordre dig, hvis du selv gik på uddannelsen?

Hvilke arbejdsmetoder og fag rammer dig bedst på uddannelsen?

Hvordan vil du sammenligne uddannelsen, med andre uddannelser, du kender til?

SAMTALER OM

Min skolegang

Nævn nogle konkrete situationer, hvor du oplever, at du lærer mest og mindst.

Hvordan kan du bringe dig i situationer, hvor du lærer godt?

Beskriv din version af "Den gode skoledag", hvor du både trives og lærer bedst.

Peg på noget du har lavet i skolen den seneste tid, som du var glad for og godt tilfreds med.

SAMTALER OM

Virksomhedsbesøg

Hvad lever virksomheden af?

Hvem er virksomhedens kunder?

Hvilke arbejdsopgaver løses af de ansatte?

Hvilke uddannelser har de ansatte?

Beskriv hvordan du oplevede arbejdsmiljøet.

Hvad vidste du ikke om virksomheden?

SAMTALER OM

Motivation

Hvilke områder rykker du dig særligt i for tiden - og hvorfor mon?

Peg på 4 ting i dit skoleliv, som du ønsker at udvikle dig i.

Peg på 4 ting i dit fritidsliv, som du ønsker at udvikle dig i.

Giv nogle bud på hvad du konkret vil gøre med de 8 ting, for at du kan lykkedes med dine ønsker.

SAMTALER OM

Styrker

Nævn 3-5 ting eller situationer, som kan gøre dig rigtig glad

Hvad er dine styrker, hvis du spørger din familie og venner? Kom med eksempler på, hvornår du sidst har brugt disse styrker

Hvordan kan du udnytte dine styrker mere i skolen og fritiden?

SAMTALER OM

Erhvervspraktik

Hvilke dele af jobbet var spændende + sjove + udfordrende overraskende + mærkelige..?

Hvilke ting ved jobbet havde du det godt med / ikke så godt med?

Hvilke 3 styrker bør man have, for at trives i det job?

Hvad kunne du og virksomheden have gjort for at gøre praktikken bedre?

SAMTALER OM

Åbent hus / udd. event

På hvilken måde blev din viden om uddannelserne mere nuanceret?

Nævn to ting, som du bed mærke i. Hvad er grunden til, at det fangede din opmærksomhed?

Efter du er kommet hjem, kommer du pludselig i tanke om noget, du burde ha' spurgt om! Hvad var det - og hvordan får du svar på dit spørgsmål nu?

SAMTALER OM

Ungdomsuddannelse

Hvordan griber man det bedst an, når man skal træffe et godt valg eller en god beslutning?

Hvilke holdninger har du, din familie og venner til de forskellige uddannelser - og hvordan påvirker det dit valg?

Hvad har du gjort for at kunne træffe et godt valg - og hvad mangler du at gøre?

Hvad er afgørende for dit valg af uddannelse?

ERHVERVS- PRAKTIK

Skal du snart i erhvervspraktik?
Så skal du ud og være en del af hverdagen på en arbejdsplads og det kan du godt glæde dig til!

Er du godt forberedt?
Hvilket job ville være relevant for dig at afprøve? Hvordan kan du bruge dine oplevelser bagefter?

Brug de næste sider med tips og tricks til, hvordan du får mest ud af din erhvervspraktik.

Erhvervspraktik er noget, man kan lave aftale om løbende gennem skoleåret. Nogle skoler har dog også planlagt faste uger for deres praktik.

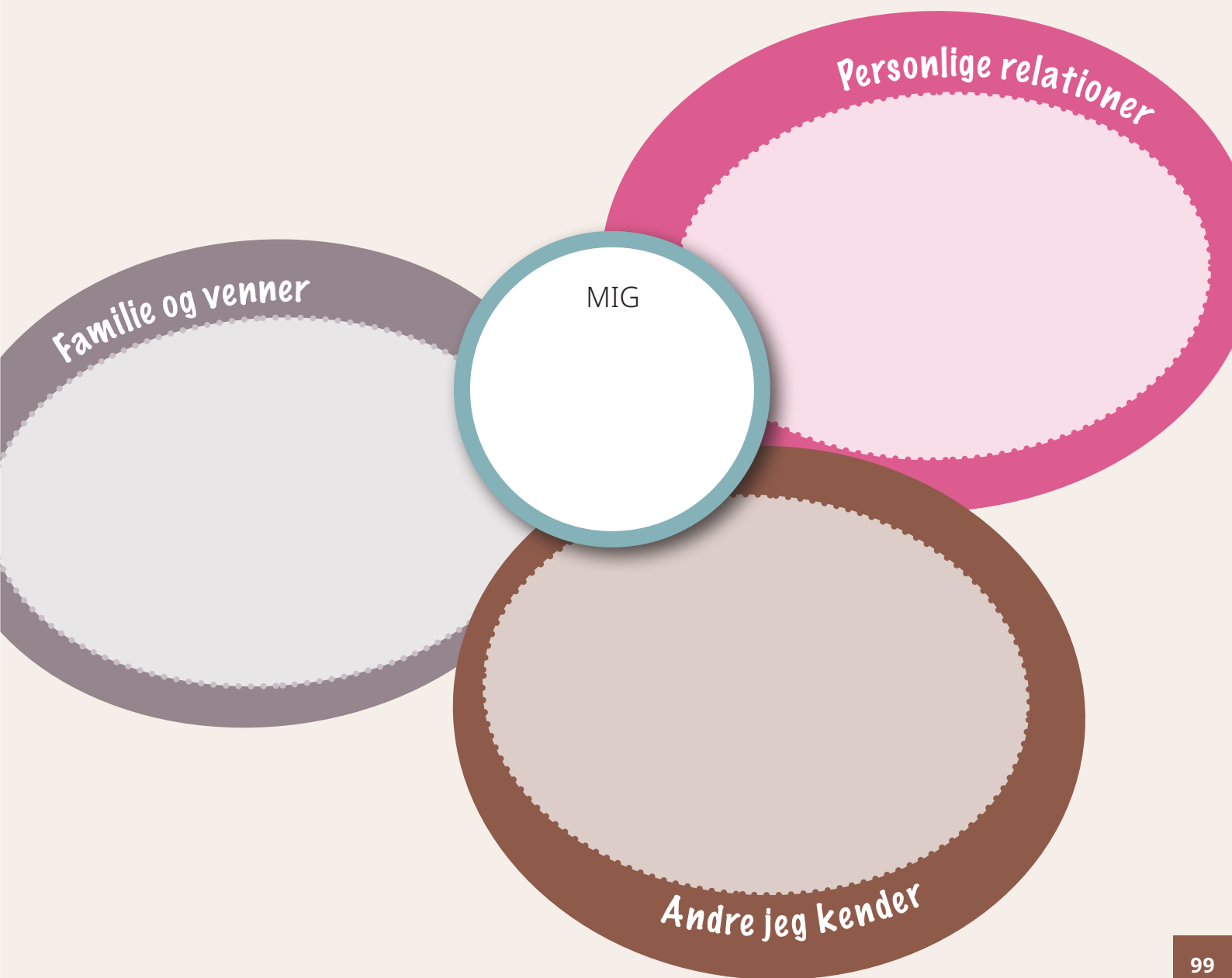
Varigheden af et praktikforløb er ofte en uge, men det er noget man også kan aftale individuelt.

Du skal som hovedregel selv finde din praktikplads, så det kan være en god idé at lave en liste over job, du gerne vil prøve.

På de næste sider får du inspiration til både at finde en erhvervspraktik, men også til hvordan du kan få mest ud af dine oplevelser før, under og efter.

BRAIN STORM **DIT** NETVÆRK

Lav en brainstorm over praktikumuligheder i dit netværk. Skriv dit navn i midten og skriv så i felterne, de personer du kender og deres arbejde. På den måde kan du se om der er nogen i dit netværk, der arbejder med noget du synes lyder interessant. Det kan også være, at en af dine klassekammerater har én i sit netværk, der kan hjælpe.



JOB LISTEN

Der findes HELT VILDT mange forskellige jobs. Her har du en oversigt med eksempler på jobs. Brug listen som inspiration når du skal finde en praktikplads. Tilføj gerne flere jobs i de tomme felter, hvis du kan!

Ud fra hvert job finder du ét af 4 spørgsmål
Svar på mindst ét af hver, i de 9 kategorier

- 1 Hvor mange forskellige uddannelser kan ifølge **UG.dk** føre dig til dette job? - se "Mulige uddannelser" nederst på jobsiden
- 2 Hvor i landet er beskæftigelsesmulighederne ifølge **UG.dk** bedst for dette job? - se landkortet på jobsiden
- 3 Hvor meget får man ifølge **UG.dk** i løn, hvis man har dette job? - se "Indkomst" i menuen på jobsiden
- 4 Hvor mange godkendte virksomheder findes på **lærepladsen.dk** inden for 100 km af, hvor du bor?

1

FOKUS PÅ BYGGERI OG HÅNDVÆRK

Anlægsgartner 2	Gulvlægger 4	Tagdækker 4
Arkitekt 3	Klejnsmed 2	Tækkemand 1
Brolægger 4	Landskabsarkitekt 1	Tømrer 4
Bygningsingeniør 2	Maskinmester 3	Udstillings- og eventtekniker 2
Bygningsmaler 4	Murer 4	Vognmaler 3
Elektriker 3	Ortopædist 3	Vvs-installatør 3
Energiingeniør 1	Skiltetekniker 2	Værktøjsmager 4
Garmester 4	Smed 4	

2

FOKUS PÅ UNDERVISNING, PÆDAGOGIK, SUNDHED OG OMSORG

Bibliotekar 2	Læge 1	Social- og sundhedsassistent 4
Ergoterapeut 3	Lærer 2	Sygeplejerske 2
Fysioterapeut 2	Musikterapeut 3	Tale-høre-pædagog 3
Handicaphjælper 2	Pædagog 3	Tandklinik-assistent 4
Kunstformidler 1	Socialrådgiver 2	Tandlæge 1
Kørelærer 3	Sundhedsplejerske 1	

3

FOKUS PÅ DYR, NATUR OG MILJØ

Agronom	1	Fiskehandler	3	Landmand	4
Anlægsgartner	4	Fisker	2	Naturvejleder	2
Biolog	2	Geolog	1	Planteskolegartner	4
Blomsterhandler	4	Industrislagter	4	Ridelærer	1
Dyrepasser	4	Kort- og landmålingstekniker	3	Veterinær-sygeplejerske	4
Dyrlæge	1	Landbrugs-konsulent	1	Væksthusgartner	3
Fiskeassistent	1	Landinspektør	2		

4

FOKUS PÅ TRANSPORT, LOGISTIK, MEKANIK OG MASKINER

Automekaniker	4	Flytekniker	1	Lufthavns-medarbejder	4
Buschauffør	2	Karosserismed	4	Låsesmed	3
Cnc-operatør	3	Kran- og truckfører	3	Maskinfører	4
Cykel- og motor-cykelmekaniker	4	Køletekniker	3	Skibsbygger	2
Elektronik-fagtekniker	1	Lastbilchauffør	2	Speditør	1
Entreprenør-maskinmekaniker	2	Lager- og transport-medarbejder	2		
Finmekaniker	4	Logistikassistent	3		

5

FOKUS PÅ KOMMUNIKATION, ØKONOMI, HANDEL OG KONTOR

Advokat	1	Informations-medarbejder	3	Reklame-konsulent	3
Assurandør	3	Isenkræmmer	3	Revisor	1
Bankrådgiver	2	Journalist	2	Salgsassistent	4
Ejendomsmægler	1	Jurist	2	Shipping-medarbejder	3
Eventkoordinator	4	Marketings-medarbejder	3	Translatør/tolk	2
Farmakonom	3	Materialist	4	Tegnsprogstolk	1
Farvehandler	2	Optiker	1	Økonom	3
Handelsassistent	4	Realkreditassistent	4		
Indkøber	2	Receptionist	2		

6

FOKUS PÅ FØDEVARER, ERNÆRING OG RESTAURANT

Bager/konditor	4	Ernærings-konsulent	3	Økonoma	1
Cater	1	Kok	4		
Detailslagter	4	Mejeriarbejder	2		
Ernærings-assistent	2	Tjener	3		

7

FOKUS PÅ NATURVIDENSKAB OG INGENIØRFAG

Bioanalytiker	3	Farmakolog	2	Laborant	3
Biokemiker	1	Hospitalsfysiker	1	Laboratorie-tekniker	1
Biolog	2	Kemiingeniør	3	Maskiningeniør	2
Elektroingeniør	3	Kemiker	2		

8

FOKUS PÅ INFORMATIONSTEKNOLOGI

Animator	4	IT-udvikler	3	Teknisk designer	2
Art Director	1	IT-supporter	4	Teletekniker	1
Datatekniker	3	Programmør og systemudvikler	1	Webdesigner	4
Grafisk designer	2	System-administrator	2		

9

DU KUNNE OGSÅ OVERVEJE...

Beklædnings-designer	3	Fotograf	4	Møbelsnedker	4
Billedkunstner	2	Frisør	4	Officer i forsvaret	2
Brandmand	1	Guld- og sølvsmed	3	Politibetjent	3
Ciselør	1	Gørtler	1	Redder	1
Dekorator	2	Indretningsarkitekt	2	Scenograf	2
Design teknolog	3	Manuskriptforfatter	1		
Filminstruktør	3	Meteorolog	3		
Flyveleder	2	Musiker	2		

DILEMMAER

Når du er på en arbejdsplads – enten i praktik eller fritidsjob – kan der opstå dilemmaer, du ikke har stået over for før.

Læs følgende fiktive praktiksituationer og markér, hvad du ville gøre: **A, B eller C?**

Tal gerne om det undervejs sammen med en anden, f.eks. en klassekammerat eller dine forældre.

A

B

C

Hvad gør du, hvis...

1. Hvem vil du kontakte den første dag, du møder på praktikstedet?

- ☐ A Det finder jeg ud af, når jeg kommer dertil.
☐ B Den person som står i det praktikkbrev, jeg har fået.
☐ C Jeg kontakter... (eget svar) _____

2. På praktikaftalen står der, at du skal medbringe sikkerhedssko. Hvad gør du?

- ☐ A Beder mine forældre om 600 kr. til at købe et par sikkerhedssko.
☐ B Melder afbud, fordi jeg ikke har nogle sikkerhedssko.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

3. Du skal møde kl. 08.00, men din bus ankommer først kl. 08.09. Hvad gør du?

- ☐ A Det ville aldrig ske for mig. Jeg har selvfølgelig tjekket rejseplanen i god tid.
☐ B Ikke noget. 10 minutter for sent betyder vel ikke så meget...
☐ C Jeg... (eget svar) _____

4. Du bliver syg i din praktikuge. Hvad gør du?

- ☐ A Ringer til min praktikvært og skole og giver besked.
☐ B Ringer til min uddannelsesvejleder og giver besked.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

5. En kollega viser en ny opgave og forklarer en masse til dig. Til sidst er hun færdig og går, men du har ikke forstået, hvad det var, du skulle lave. Hvad gør du?

- ☐ A Kontakter kollegaen og beder hende forklare mig det igen - kort og klart.
☐ B Gætter på hvad kollegaen mente, og prøver at løse opgaven, så godt jeg kan.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

6. Du er ved et uheld kommet til at ødelægge en maskine under dit praktikophold. Hvad gør du?

- ☐ A Jeg prøver at reparere maskinen.
☐ B Siger det til en kollega og beklager uheldet.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

7. Du er i praktik, og en af de voksne kollegaer giver dig komplimenter om dit udseende, som gør dig utilpas. Hvad gør du?

- ☐ A Fortæller det til en voksen, som jeg har tillid til, og spørger om råd.
☐ B Lader som ingenting og prøver bare at fokusere på selve arbejdet.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

8. Du synes ikke, de opgaver, du bliver sat til, svarer til dine forventninger, og du er ikke glad for det. Hvad gør du?

- ☐ A Fortsætter bare med at gøre det, jeg bliver bedt om – det er jo dem, som bestemmer, hvad jeg skal lave, og det er jo kun en uge.
☐ B Spørger arbejdspladsen, om vi kan tale om planen for resten af praktikugen og fortæller, hvad jeg selv godt kunne tænke mig at prøve og hjælpe til med.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

9. Du elsker at bage brød og kager og har skaffet dig praktik i en kendt bagerbutik. Du skal møde kl. 4.00, men den første bus går først, så du kan være der kl. 5.30. Hvad gør du?

- ☐ A Spørger praktikværten om jeg kan møde lidt senere og eventuelt blive lidt længere til gengæld.
☐ B Dropper bagerpraktikken og tager i praktik i skolens børnehaveklasse i stedet for.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

10. Du opdager, at du først slutter i praktikken kl. 16.30. To af dagene har du fritidsjob kl. 15.00. Hvad gør du?

- ☐ A Ikke noget. Kan ikke overskue det. Måske løser det sig på en eller anden måde...
☐ B Taler med mit fritidsjob om at aflyse/flytte mine vagter, så jeg kan nå begge dele.
☐ C Jeg... (eget svar) _____

FØR

DIN EHVERVS PRAKTIK

Hvad hedder virksomheden/arbejdspladsen?

Hvor mange ansatte tror du der er?

Hvornår møder du – og hvornår har du fri?

Hvad slags tøj skal du møde op i?

Nævn alle de typer af opgaver,
som du tror virksomheden løser?

Hvilke typer medarbejdere tror du, du kommer til at møde?

Hvad tænker du, man skal være god til i det job,
du skal ud at prøve? *Eksempelvis: åben – selvstændig – pædago-
gisk – lyttende – impulsiv – god til at træffe beslutninger – opfindsom
– tålmodig – udadvendt – rolig – ansvarsfuld – troværdig – organiseret
– forsigtig – vedholdende – god til samarbejde – kreativ – omsorgsfuld –
hjælpesom – fleksibel osv...*

Hvilke arbejdsopgaver tror du, at DU kommer til at
afprøve under dit praktikforløb?

Hvad glæder du dig mest til i din praktik?

FIND PÅ 1-2 GODE SPØRGSMÅL, SOM DU TAGER MED TIL VIRKSOMHEDEN

VIGTIGT: Man må ikke kunne svare ja/nej eller med et enkelt ord...

**TIP: Ta' et billede af siden,
så du har dine spørgsmål
med i lommen!**



6 GODE RÅD TIL DIN ERHVERVS PRAKTIK

SIG "HEJ" TIL DEM DU MØDER

Du bliver måske vist rundt på arbejdspladsen, eller måske skal du spise morgenmad med alle de andre ansatte. **Det er en rigtig god idé, at du siger hej til alle, giver dem hånden og fortæller, hvad du hedder.** Prøv også at lære navnene på dem som du skal være meget sammen med. Vær interesseret og stil spørgsmål, såsom **"Hvad laver du i virksomheden?", "Hvad kan du bedst li' ved dit arbejde?", "Hvad er hårdt ved dit arbejde?", "Hvordan har du uddannet dig?"**

GØR DIG SPILBAR

Ligesom en fodboldspiller skal gøre sig spilbar på banen, så skal du også huske at gøre dig spilbar på praktikpladsen. Når du mangler noget at tage dig til, så fortæl at du er **klar til nye udfordringer. Vis initiativ og interesse – jo mere du spørger, jo mere får du ud af dit forløb!** Så enkelt er det.

GØR DIG UMAGE

Det er meget simpelt; Hvis du koncentrerer dig og sætter dig ind i det, der bliver sagt på din praktikplads, så bliver det meget sjovere. **Du får lov til mere og får endnu flere gode erfaringer med dig. Du behøver ikke være den hurtigste** til at løse en opgave som er ny for dig. Begynd med at løse den opgave du bliver stillet godt - så kan du sætte tempoet op, når du er mere sikker på hvad du skal.

KOM TIL TIDEN

Det betyder bare så meget, at du gør **et godt indtryk** allerførste dag på din praktikplads. Sørg for, at du kommer afsted hjemmefra i så god tid, at du ikke kommer for sent, hvis bussen er forsinket, eller du bare ikke kan finde vej. **Husk at ha' styr på, hvor du skal møde ind.** Hvis alt bare spiller og du lander på adressen i vildt god tid, så kan du godt gå en ekstra tur om bygningen eller bare hænge lidt ud...

NYT STED NYE REGLER..!

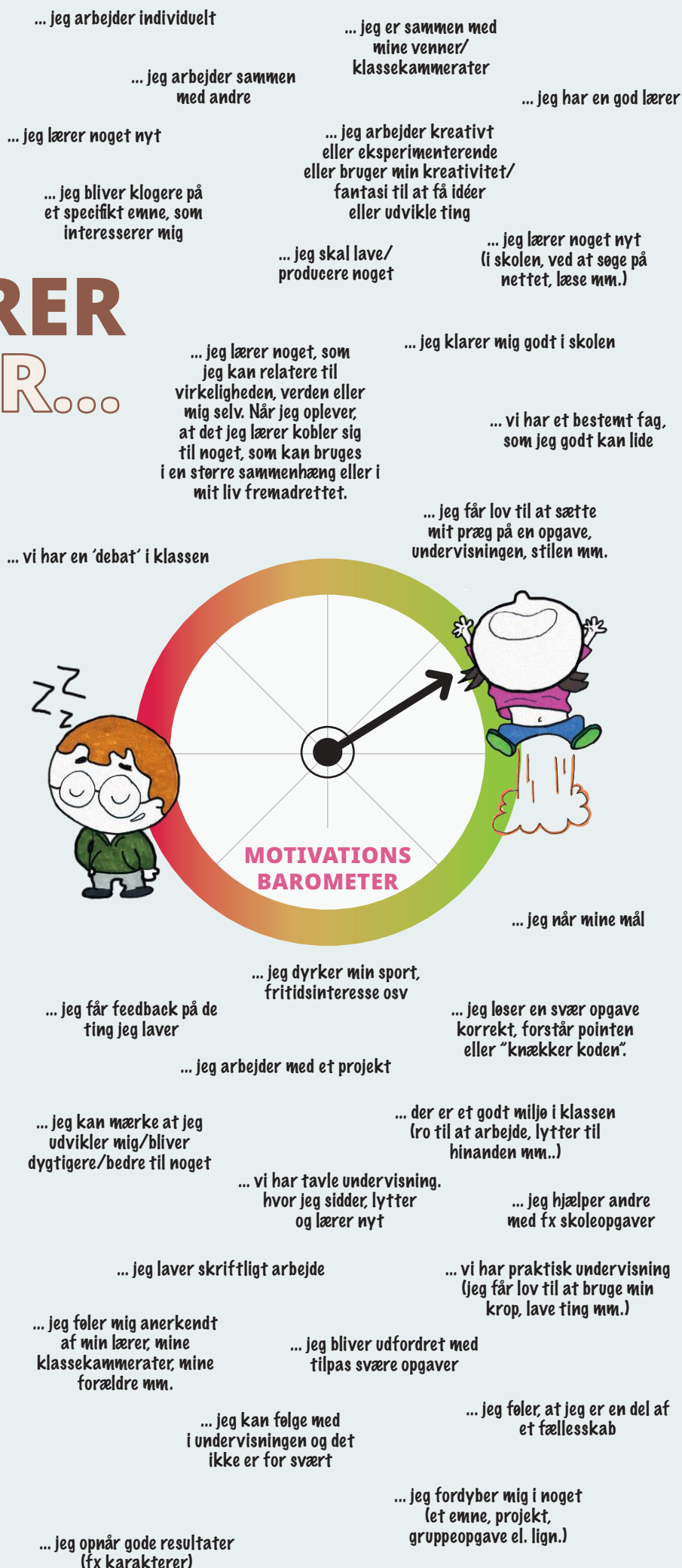
Hvornår skal du **møde** og hvornår har du **fri**? Skal du selv have **mad** med, eller er der en **kantine**? Er der regler om hvad **tøj** du kan have på? Er det mon okay at bruge sin **mobil** i arbejdstiden? Du kan jo naturligvis ikke vide, hvilke regler der gælder. **Spørg bare - det er god stil! ;-)**

HUSK AT SIGE FARVEL HVER DAG

Det er altså bare god stil at sige **"Tak for i dag – vi ses i morgen"** hver dag du får fri. På din sidste dag skal du huske at sige farvel og tak til alle på din praktikplads – **gi' dem hånden ligesom da du startede i din erhvervspraktik.** Hvis det har været en fed uge, kan du jo tage en lille kage eller lignende med, men du behøver det ikke! Bare du husker at sige pænt tak for denne gang. **Som en god afslutning kan du fortælle dem lidt om: Hvilke dele af jobbet du kunne li', hvad du har fået ud af at være hos dem, og hvad du synes de har været gode til...**

DET MOTIVERER MIG, NÅR...

- Hvad laver du når du har det sjovt/eller er glad i skolen?
- Hvad laver du når du synes det er svært/keder dig i skolen?
- Hvornår lærer du bedst og mest?
- Hvilke fag i skolen interesserer dig mest, og hvorfor?
- Hvilke fag i skolen interesserer dig mindst, og hvorfor?
- Tænk på en rigtig god skoledag
 - hvilke tre ting gør den god?
- Har du noget du gør, hvor du føler tiden flyver afsted?



FIND DIN VEJLEDER

Du kan finde din vejleder, hvis du **logger på ung.uno.dk**, det kan du gøre enten med dit **uni-login** eller med dit **MitID**. Dine forældre kan også logge på med deres MitID.

Inde på Uno Ung kan du også finde

- din uddannelsesplan, hvis du har lavet en
- din vejledningsplan, hvis din vejleder har oprettet en for dig
- erhvervspraktikseddel, og du kan se, hvor du har været i praktik
- introkurser og brobygning. Du kan se, hvor du er tilmeldt, eller hvor du har været henne. Det er også her, du skal tilmelde dig til brobygning, hvis du går i 10. klasse
- og du kan også skrive en besked til din vejleder

Husk også, at du kan besøge de mange uddannelser på **ug.dk** – hold øje med kalenderen



SCAN
QR-KODEN



Få hjælp til at tage det næste skridt med os i

ZOOM IND PÅ ET JOB MED JOBSIDERNE PÅ UDDANNELSESGUIDEN

JEG UNDERSØGER JOBBET SOM



MULIGE ARBEJDSSTEDER

Find flere eksempler på, hvor man kan være ansat...

Hvad tjener man i løn?

BESKÆFTIGELSESMULIGHEDER

Se på ug.dk (+ evt. arbejdsmarkedsbalancen.dk)

☐

Gode jobmuligheder

☐

Mindre gode jobmuligheder

HVOR I LANDET ER MULIGHEDERNE BEDST?

NÆVN 2 EGENSKABER, SOM DU MENER, MAN ISÆR SKAL HAVE FOR AT TRIVES I DETTE JOB

Man kan eksempelvis være: åben - selvstændig - pædagogisk - lyttende - impulsiv - god til at træffe beslutninger - opfindsom - tålmodig - udadvendt - rolig - ansvarsfuld - troværdig - organiseret - forsigtig - vedholdende - god til samarbejde - kreativ - omsorgsfuld - hjælpsom - fleksibel - god til koncentration - osv...

Det er vigtigt, at man er:

Fordi:

Det er vigtigt, at man er:

Fordi:

NÆVN 2 EKSEMPLER PÅ FORSKELLIGE ARBEJDSOPGAVER I DETTE JOB

Hvad laver man helt konkret, hvis man har dette job? Måske kan du finde nogle opgaver, man ikke lige havde tænkt over...

1

2

HVILKE UDDANNELSESVEJE KAN FØRE TIL DETTE JOB?

Hvilke veje gennem uddannelsessystemet kan du tage for at komme til dette job?
Bliver du i tvivl, så prøv evt. at spørge eVejledningen!

Hvor lang tid ville det ta', fra man afslutter 9.klasse, og til man er færdiguddannet?

Hvilke adgangskrav møder du undervejs på din uddannelse frem mod jobbet?



HER SKAL DU BRUGE >>> SØGEFELTET

Find uddannelsen **TEKNISK DESIGNER**. Hvor lang tid tager uddannelsen og hvor mange steder i landet findes den?

Hvor mange prøver skal du mindst til, hvis du gennemfører en 3-årig gymnasial uddannelse (*HHX, HTX, STX*)?

Find jobbet **KONDITOR**. Hvordan er mulighederne for job som konditor i Nordsjælland?

HER SKAL DU BRUGE >>> ADGANGSKORTET

Vælg først **HHX**. Hvor mange flere videregående uddannelser, opfylder du adgangskravene til, hvis du ændrer faget **MATEMATIK** fra B til A niveau?

...og hvis du bagefter afgrænser din søgning til kun at vise **BACHELORUDDANNELSER** - hvor mange af disse videregående uddannelser opfylder du så adgangskravene til?

HER SKAL DU BRUGE >>> ERHVERVSUDDANNELSESKORTET

Hvor mange erhvervsskoler viser kortet, at vi har fordelt ud over hele Danmark?

Øverst til højre kan du tilføje filtre. Vælg "Region". Find ud af, hvor mange erhvervsskoler, vi har i Nordsjælland.

Nulstil alle filtre igen og vælg derefter "Data- og kommunikationsuddannelsen". Hvilken skole tættest på dig udbyder denne uddannelse?

CHALLENGE

KAN DU FINDE ALLE SVARENE PÅ UG?

I forhold til erhvervsuddannelserne har vi noget der hedder "OPU" - men hvad står forkortelsen egentlig for?

Hvis du skal starte en **CHAT** med eVejledningen, hvilke 4 felter skal du så udfylde på vej ind i chatten?

Vælg **STX** og studieretningen **SAMFUND A + ENGELSK A**. Hvor mange videregående uddannelser opfylder du adgangskravene til inden for området **DESIGN OG KUNST**?

...og hvis du bagefter klikker dig ind på området "KULTUR, SPROG OG KOMMUNIKATION". Hvad hedder den første af disse uddannelser, som du opfylder adgangskravene til?

Vælg **EUD + BAGER OG KONDITOR + KONDITOR**. Vælg bagefter samme uddannelse under **EUX**. Hvor stor er forskellen på antallet af videregående uddannelser du kan søge?

Klik på skolen for at åbne infoboksen. Kan du også tage uddannelsens "Hovedforløb" på skolen? Hvis nej, så find den nærmeste skole på kortet, som også har hovedforløbet

Klik på "Alle erhvervsuddannelser på adressen" øverst på infoboksen. Hvor mange andre forskellige "Hovedforløb" udbyder skolen på den samme adresse?

MAP DIN VEJ TIL DIN MULIGE KARRIEREVEJ

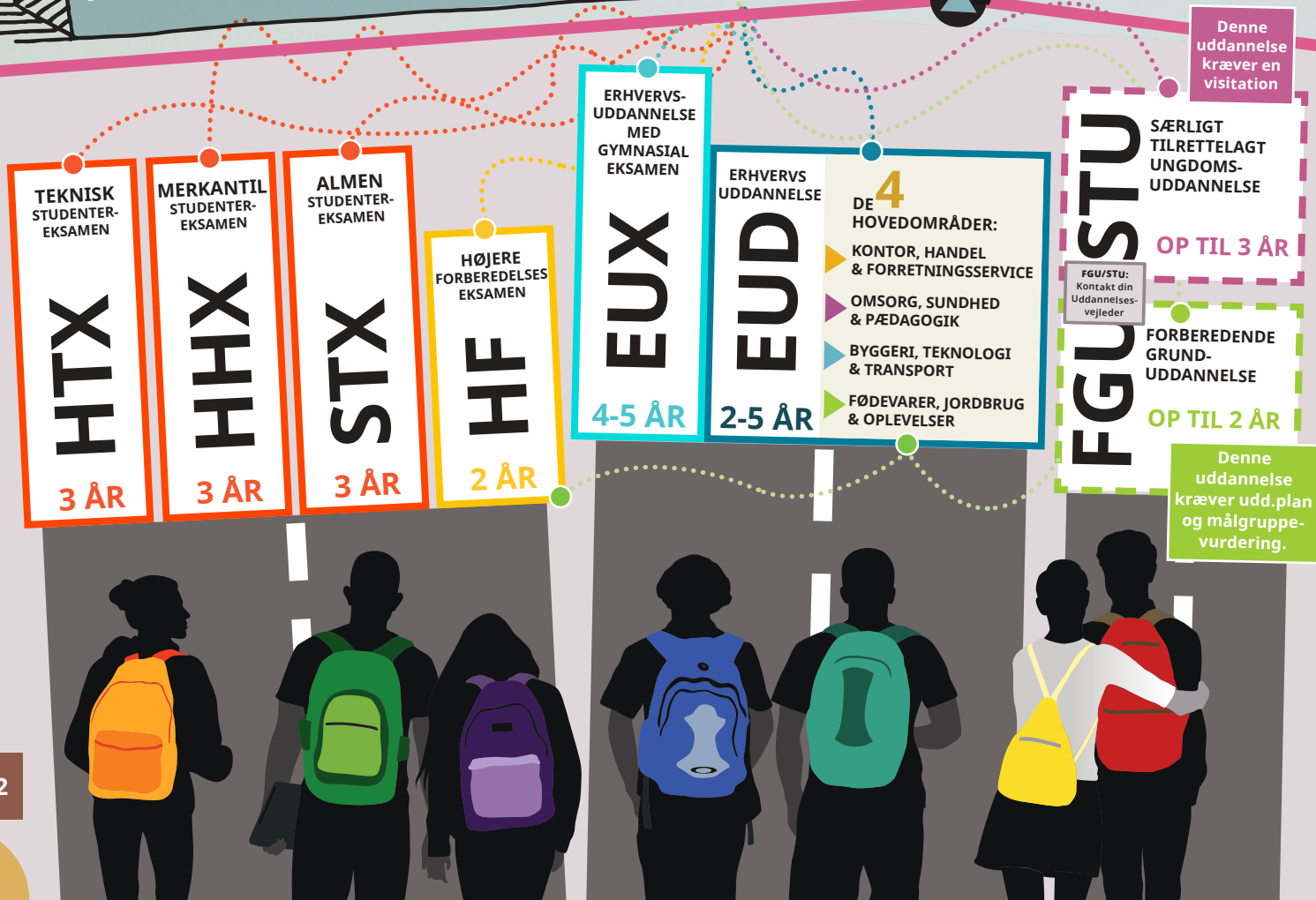
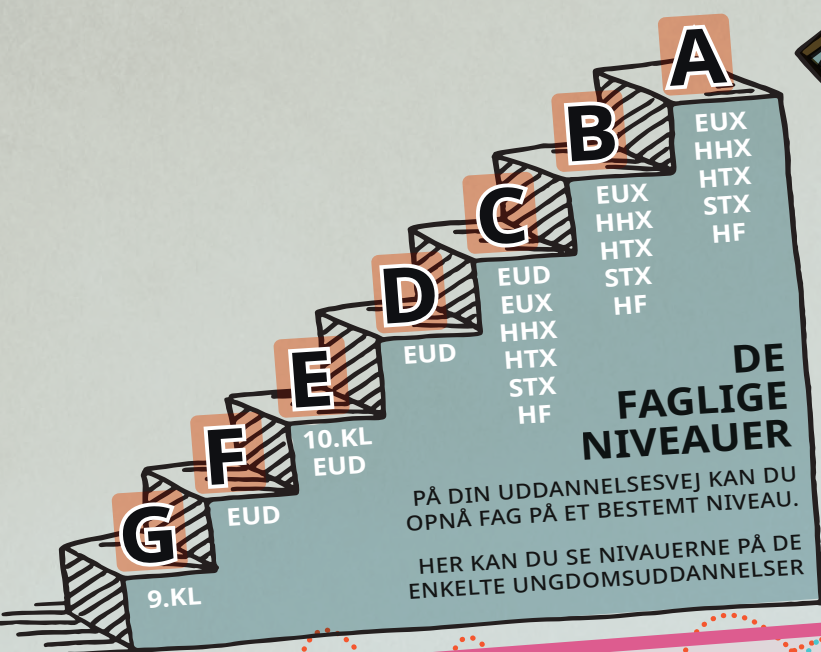
Her kan du tegne/ skrive dine tanker og refleksioner i forhold til din uddannelsesplan og karrieredrømme.

Metoden hedder "mapping" og kan danne et godt billede af, hvad der skal til for at du kan nå dine drømme.



DIN VEJ

VIDERE
EFTER
9. & 10.
KLASSE



UNGDOMS UDDANNELSER

NORDSJÆLLAND

BY	UDDANNELSESTED, ADRESSE	HJEMMESIDE	FGU	EUD	EUX	STX	HHX	HTX	HF	ANDRE
ALLERØD	Allerød Gymnasium – Rådhusvej 6, 3450 Allerød	allerodgymnasium.dk				x				
BAGSVÆRD	Bagsværd Kostskole og Gymnasium – Aldershvidevej 138, 2880 Bagsværd	bagkost.dk				x				
BALLERUP	Baltorp Business Gymnasium – Baltorpvej 20A, 2750 Ballerup	nextkbh.dk/gymnasier		x	x		x			
	Borupgaard Gymnasium – Lautruphøj 9, 2750 Ballerup	borupgaard-gym.dk				x				
	FGU Nord – Lautrupvej 6, 2750 Ballerup	fgunord.dk	x							
	NEXT Ballerup – Baltorpvej 20A, 2750 Ballerup	nextkbh.dk		x	x		x			
	TEC/H.C. Ørsted Gymnasiet – Telegrafvej 9, 2750 Ballerup	tec.dk		x	x			x		
BIRKERØD	Birkerød Gymnasium, HF, IB og Kostskole – Søndervangen 56, 3460 Birkerød	birke-gym.dk				x			x	IB
CHARLOTTENLUND	Ordrup Gymnasium – Kirkevej 5, 2920 Charlottenlund	ordrup-gym.dk				x				
EGEDAL	Egedal Gymnasium & HF – Gymnasievej 1, 3660 Stenløse	egedalgy.dk				x			x	
ESPERGÆRDE	Espergærde Gymnasium & HF – Gymnasievej 2, 3060 Espergærde	eg-info.dk				x			x	
FARUM	Marie Kruse – Stavnsholtvej 29-31, 3520 Farum	mks.dk				x				
FREDERIKSBERG	Next Mediegymnasium – Julius Thomsens Gade 5, 1974 Frederiksberg C	nextkbh.dk/gymnasier/						x		
	TEC/H.C.Ørsted Gymnasiet – Stæhr Johansens Vej 7, 2000 Frederiksberg	tec.dk		x	x			x		
FREDERIKSSUND	Frederikssund Gymnasium & HF – Odinsvej 6, 3600 Frederikssund	frsgym.dk				x		x	x	HFX
	SOSU H – Odinsvej 6, 3600 Frederikssund	sosuh.dk		x	x					
	U/NORD – Heimdalsvej 1, 3600 Frederikssund	unord.dk		x	x		x			
FREDERIKSVÆRK	FGU Frederiksværk – Industrimarken 2, 3300 Frederiksværk	fgu-ns.dk	x							
	Frederiksværk Gymnasium & HF – Strandgade 34, 3300 Frederiksværk	fvgh.dk				x			x	
GENTOFTE	Aurehøj Gymnasium – Skolevej 7, 2820 Gentofte	aurehoej.dk				x				
	Gentofte HF – Dahlsstræde 5, 2820 Gentofte	ghf.dk							x	
GLADSAXE	FGU Nord – Gladsaxevej 315, 2860 Søborg	fgunord.dk	x							
	Gladsaxe Gymnasium – Buddinge Hovedgade 81, 2860 Søborg	gladgy.dk				x				
	SOSU H – Buddinge Hovedgade 81, 2860 Søborg	sosuh.dk		x	x					
	TEC Gladsaxe – Tobaksvejen 19, 2860 Søborg	tec.dk		x	x					
HELLERUP	Gammel Hellerup Gymnasium – Svanemøllevej 87, 2900 Hellerup	ghg.dk				x				
	GSK, Gentofte – Hartmannsvej 22, 2900 Hellerup	gengym.dk							x	ASF
	International School of Hellerup – Rygaards Alle 131, 2900 Hellerup	ish.dk								IB
	Øregård Gymnasium – Gersonsvej 32, 2900 Hellerup	oregard.dk				x				
HELINGE	FGU Helsingør – Skolegade 43, 3200 Helsingør	fgu-ns.dk	x							
	Gribskov Gymnasium – Østergade 52, 3200 Helsingør	gribskovgymnasium.dk				x			x	
HELINGØR	FGU Øresund – Fabriksvej 20, 3000 Helsingør	fguoresund.dk	x							
	HF & VUC Nordsjælland – Gl. Banegårdsvej 39, 3000 Helsingør	vucns.dk							x	
	Helsingør Gymnasium – Borgmester P. Christensensvej 3, 3000 Helsingør	hels-gym.dk				x				
	U/NORD – Rasmus Knudsens Vej 9, 3000 Helsingør	unord.dk		x	x					
	SOSU H – Gl. Banegårdsvej 35, 3000 Helsingør	sosuh.dk		x						
HERLEV	Herlev Gymnasium og HF – Højsletten 39, 2730 Herlev	herlevgy.dk				x			x	
HILLERØD	FGU Hillerød – Sønder Jernbanevej 4, 3400 Hillerød	fgu-ns.dk	x							
	Frederiksborg Gymnasium og HF – Carlbergvej 15, 3400 Hillerød	fgc4.dk				x			x	
	HF & VUC Nordsjælland – Milnersvej 40, 3400 Hillerød	vucns.dk							x	ASF
	SOSU H – Milnersvej 40, 3400 Hillerød	sosuh.dk		x	x					
	SOSU H – Munkeengen 22, 3400 Hillerød	sosuh.dk		x	x					
	U/NORD – Milnersvej 48, 3400 Hillerød	unord.dk		x	x					
	U/NORD – Carlsbergvej 34, 3400 Hillerød	unord.dk						x		
	U/NORD Hillerød Handelsgymnasium – Trollesmindeallé 24, 3400 Hillerød	unord.dk		x	x		x			
HØRSHOLM	NGG, Nordsj. Grundskole og Gymnasium – Christianshusvej 16, 2970 Hørsholm	ngg.dk				x			x	IB
KØBENHAVN K	Niels Brock – Nørre Voldgade 34, 1358 København K	nielsbrock.dk					x			IBB
LYNGBY	TEC/HC Ørstedes Gymnasium – Akademivej, bygning 451, 2800 Lyngby	tec.dk						x		ASF
	TEC – Gyrithe Lemches Vej 14, 2800 Lyngby	tec.dk		x	x					
	U/NORD Lyngby Gymnasium – Hjortehøjsvej 1, 2800 Lyngby	unord.dk				x				
	U/NORD Lyngby Handelsgymnasium – Hjortehøjsvej 1, 2800 Lyngby	unord.dk					x			
	U/NORD – Lundtoftevej 93, 2800 Lyngby	unord.dk		x	x					
NORDHAVN	Copenhagen International School – Levantkaj 4, 2150 Nordhavn	cis.dk								IB
NÆRUM	Nærum Gymnasium – Nærum Hovedgade 30, 2850 Nærum	nagym.dk				x				
ROSKILDE	Himmelev Gymnasium – Herregårdsvej 30, 4000 Roskilde	himmelev-gymnasium.dk				x			x	
	Roskilde Tekniske Skole – Pulsen 2-10, 4000 Roskilde	rts.dk		x	x			x		
	Roskilde Tekniske Skole – Køgevej 131, 4000 Roskilde	rts.dk		x	x					
	Roskilde Tekniske Skole – Sdr. Mellemvej 4, 4000 Roskilde	rts.dk		x	x					
	Roskilde Tekniske Skole – Ledreborg Alle 50, 4000 Roskilde	rts.dk		x	x					
	Roskilde Handelsskole – Bakkessvinget 67, 4000 Roskilde	rhs.dk		x	x		x			
	Roskilde Gymnasium – Domkirkepladsen, 4000 Roskilde	roskilde-gymnasium.dk				x			x	
	Roskilde Katedralskole – Holbækvej 59, 4000 Roskilde	roskildekatedralskole.dk				x				
	ZBC – Maglegårdsvej 8, 4000 Roskilde	zbc.dk		x	x					
RUNGSTED	Rungsted Gymnasium – Stadionalle 14, 2960 Rungsted Kyst	rungsted-gym.dk				x				
SKIBBY	FGU Skibby – Skuldelevvej 24, 4050 Skibby	fgu-ns.dk	x							
TAASTRUP	Høje-Taastrup Gymnasium – Frøgård Allé 2, 2630 Taastrup	htg.dk				x			x	ASF
VALBY	Hotel- og Restaurantskolen – Vigerslev Allé 18, 2500 Valby	hrs.dk		x	x			x		
	NEXT – Carl Jakobsens Vej 25, 2500 Valby	nextkbh.dk		x	x			x		
VIRUM	Virum Gymnasium – Fuglsangvej 66, 2830 Virum	virum-gym.dk				x				

ANSØGNING

TIL NÆSTE SKOLEÅR:

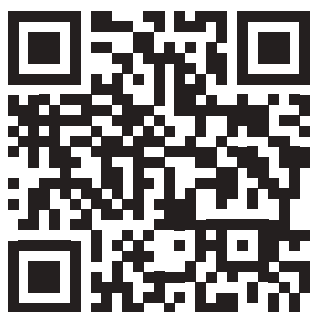
► **OPTAGELSE.DK**

DU og dine forældre skal underskrive med MitID

Din uddannelsesvejleder kommer i din klasse og hjælper alle i gang med at bruge optagelse.dk.

**ALLE ELEVER
SKAL UDFYLDE
optagelse.dk**

– også hvis du er
optaget på en
efterskole



**ANSØGNINGSFRIST
= 1. MARTS 2026
KL. 12.00**

SPS

HJÆLP TIL AT GENNEMFØRE DIN UDDANNELSE

SPECIALPÆDAGOGISK STØTTE

Hvis du har brug for støtte på din ungdomsuddannelse, så er det vigtigt, at du kontakter den skole, du søger ind på. De har behov for at vide lidt om, hvad du tidligere har fået af specialundervisning, støtte og hjælpemidler, så de kan søge den rigtige støtte til dig.

Oftest vil der også være brug for, at du efterfølgende sender dokumentation. Når du kontakter skolen, så spørg efter skolens SPS-vejleder, så hjælper de dig videre.

Er du gået ud af skolen, når du søger optagelse, skal du selv, så snart du har fået besked om optagelse, kontakte skolens studievejledning eller SPS-vejleder og gøre opmærksom på, at du vil få brug for specialpædagogisk bistand. Du skal desuden sende dokumentation for dit behov for støtte.

Dit nye uddannelsessted vurderer, om du kan tilbydes specialundervisning eller specialpædagogisk bistand. Uddannelsesstedet holder møder med dig og andre involverede personer for at afklare, hvilken slags støtte du har brug for og søger støtte på dine vegne. Der kan søges SPS-støtte på både de gymnasiale uddannelser og på EUD/EUX.

Nogle uddannelsesinstitutioner tilbyder særligt tilrettelagte gymnasiale forløb for unge med funktionsnedsættelser og/eller særlige behov. Kontakt din vejleder i din kommune for mere information, hvis du vil vide mere om denne mulighed.





KLASSE



Generelt om 10. klasse

Læs om at være i
10. klasse

SIDE 32, 66

Du kan gå i 10. klasse i kommunens 10. klasse-tilbud eller en fri- eller privatskoles 10. klasse. Du kan også tage 10. skoleår på fx en efterskole, en ungdomsskole eller en fri fagskole.

VALG AF 10. KLASSE ER EN GOD IDÉ FOR DIG, HVIS:

- Du er i tvivl om, hvilken ungdomsuddannelse du skal vælge.
- Du ønsker at **forbedre dig fagligt**, blive bedre til at spørge om hjælp og markere mere i timerne.
- Du ønsker et år mere til at modnes og **udvikle dig personligt og/eller socialt**.

FÆLLES FOR ALLE 10. KLASSER

- Der er en **obligatorisk del**, som du skal have: **Dansk, engelsk og matematik**. Du kan vælge at aflægge folkeskolens afgangsprøve (9.klasse) eller 10.klasse prøve i disse fag.

- Der er en **valgfri del**, som indeholder tilbudsfagene: **tysk/fransk og fysik/kemi**. Du kan kun vælge tysk/fransk, hvis du har haft fagene som tilbudsfag i 5. til 9. klasse.

- 10. klasse kan også **tilbyde andre fag**, både som valgfag og som linjefag.

- Der indgår **mindst et brobygningsforløb** på en ungdomsuddannelse, hvor du deltager i undervisningen og får indtryk og oplevelser, du kan tage med dig, når du skal vælge ungdomsuddannelse.

- Du skal lave en **Obligatorisk Selvvalgt Opgave (OSO)** med udgangspunkt i din uddannelsesplan. I OSO kan du undersøge adgangskravene til uddannelsen du drømmer om, hvor i landet uddannelsen foregår eller, hvordan din kommende arbejdsdag som uddannet vil se ud.

ERHVERVSSKOLER MED 10. KLASSE

BALLERUP

Next
Baltorpvej 20A,
2750 Ballerup
Tlf. 8388 0300
nextkbh.dk

FREDERIKSSUND

U/Nord
Heimdalsvej 1,
3600 Frederikssund
Tlf. 4829 0000
unord.dk

HILLERØD

U/Nord
Milnersvej 48,
3400 Hillerød
Tlf. 4829 0000
unord.dk

HILLERØD

U/Nord
Trollesminde Allé 24,
3400 Hillerød
Tlf. 4829 0000
unord.dk

HILLERØD

Sosu H
Milnersvej 40,
3400 Hillerød
Tlf. 7226 6000
sosuh.dk

LYNGBY

U/Nord
Lundtoftevej 93,
2800 Kongens Lyngby
Tlf. 4829 0000
unord.dk

VALBY

Hotel- og Restaurantskolen
Vigerslev Allé 18, 2500 Valby
Tlf. 3386 2200
hrs.dk

10. KLASSE – NORDSJÆLLAND

BAGSVÆRD

10. klasse / O.G
Aldershvilevej 138,
2880 Bagsværd
Tlf. 4498 0065
bagkost.dk

FARUM

Marie Kruses 10. klasse
Marie Kruses Skole
Stavnsholtvej 29-31, 3520 Farum
Tlf. 4434 62 00
mks.dk/10-klasse

FREDENSBORG

10. klasse
Fredensborg Skole
Humlebækvej 10, 3480 Fredensborg
Tlf. 7256 2616
10klasse-fredensborgskole.dk

FREDERIKSSUND

Campus U10
Odinsvej 4D, 3600 Frederikssund
Tlf. 4735 2600
campusu10.aula.dk/

FREDERIKSVÆRK

10. klassecentret, Ti'eren,
Halsnæs Kommune
Strandgade 34, 3300 Frederiksværk
Tlf. 4778 4187
ukchalsnaes.dk

GLADSAXE

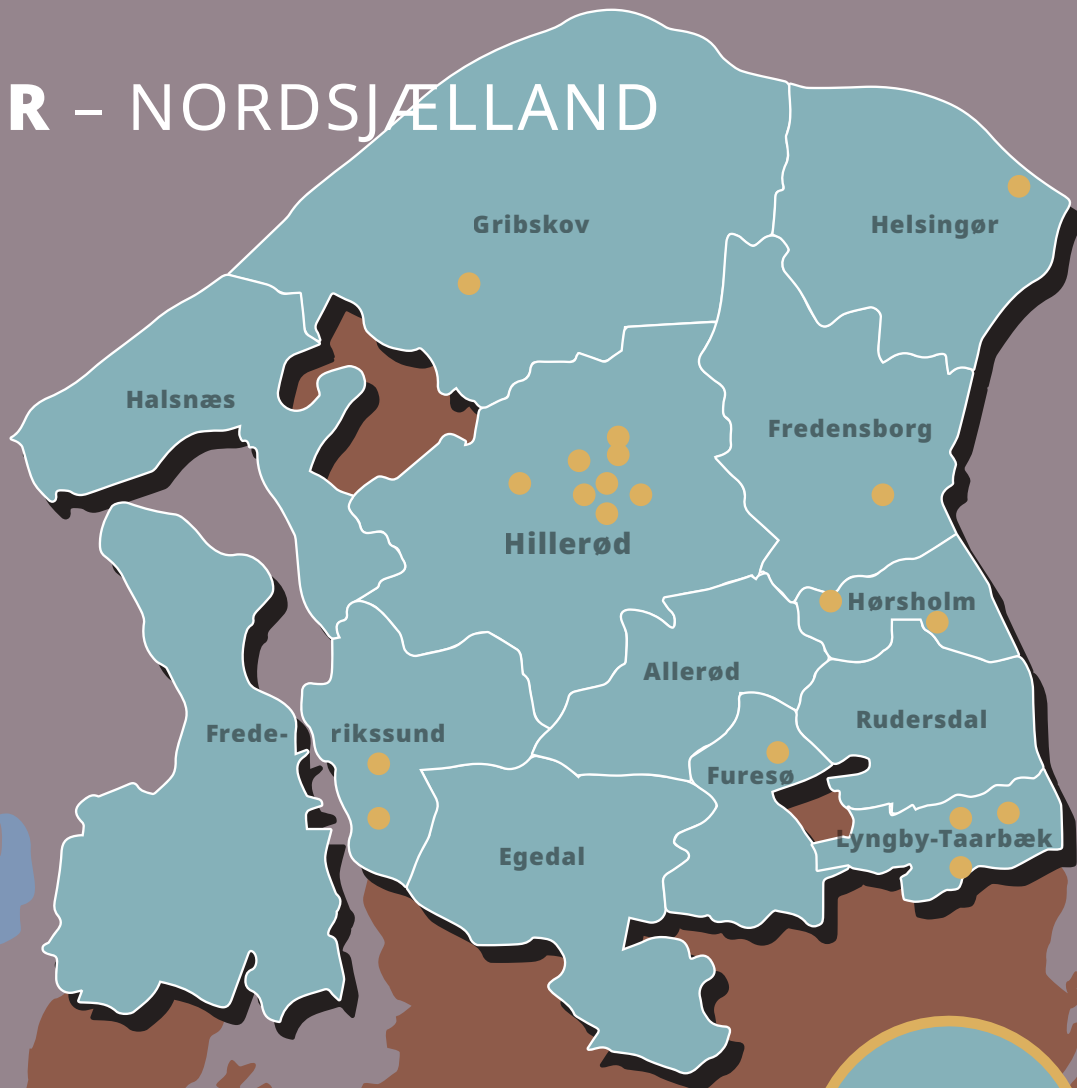
GXU, Gladsaxe 10. klasse
og ungdomsskole
Gladsaxevej 198, 2860 Søborg
Tlf. 3957 6150
gxu.aula.dk

HELINGE

Gribskov10
Ridebanevej 1, 3200 Helsingør
Tlf.: 7249 6439 / 7249 8245
gribskov10.dk

HELINGØR

10. Ungdomsskolen
Rasmus Knudsens Vej 50,
3000 Helsingør
Tlf. 4928 1020
ungdomsskolen.com



HELINGØR

Helsingør Lilleskole
Fredericiavej 1, 3000 Helsingør
Tlf. 4921 0203
lilleskolen.skoleporten.dk/sp

HOLTE

Textilskolen
De Conincksvej 20, 2840 Holte
Tlf. 4542 5915
textilskolen.dk

HERLEV

Kildegårdskolen Vest
Dildhaven 40, 2730 Herlev
Tlf. 4452 5550
[Kildegaardskolen\(aula.dk\)](http://Kildegaardskolen(aula.dk))

HØRSHOLM

Nordsjællands Grundskole
og Gymnasium
Christianshusvej 16, 2970 Hørsholm
Tlf. 4557 2321
ngg.dk

RUNGSTED KYST

Vallerødskolen
Stadionallé 12, 2960 Rungsted Kyst
Tlf. 4849 6400
vallerodskolen.horsholm.dk

HILLERØD

Hillerød 10.klasseskole
Ndr. Jernbanevej 6, 3400 Hillerød
Tlf. 7232 5750
10klasseskolenhillerod.aula.dk/

LYNGBY

Lyngby Friskole
Gammel Bagsværdvej 37,
2800 Kongens Lyngby
Tlf. 4588 7576
lyngbyfriskole.dk

VÆRLØSE

Egeskolen
Jonstrupvangvej 150D, 3500 Værløse
Tlf. 7235 7450
egeskolen.furesoe.dk

HILLERØD

Marie Mørks Skole
Milnersvej 1, 3400 Hillerød
Tlf. 4826 1005
mms.dk

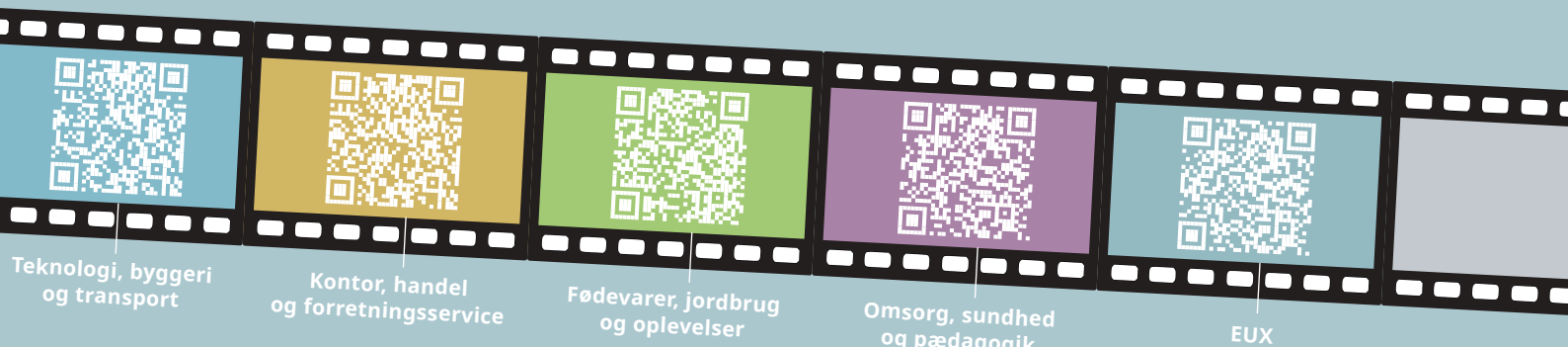
LYNGBY

Trongårdsskolen
Trongårdsvej 50,
2800 Kongens Lyngby
Tlf. 4528 4320
trongaardsskolen.ltk.dk

ØLSTYKKE

Egedal 10. kl. Center
Roskildevej 22b, 3650 Ølstykke
Tlf. 7259 8960
ungegedal.dk

Se mere på de enkelte 10. klassers hjemmesider



Mød de unge på EUD

ERHVERVS UDDANNELSER

Erhvervsuddannelser (også kaldet EUD) er uddannelser, hvor du både lærer i skolen og i en virksomhed.

Som du kan se på siderne 128 - 140 findes der **over 100 erhvervsuddannelser**.

Man tager en erhvervsuddannelse på denne måde efter 9. og 10. klasse:



Grundforløb 1: 20 uger

Her skal du vælge mellem

- 1. Fødevarer, jordbrug og oplevelser
- 2. Kontor, handel og forretningsservice
- 3. Omsorg, sundhed og pædagogik
- 4. Teknologi, byggeri og transport



Grundforløb 2: 20 uger

Her vælger du 1 af de over 100 erhvervsuddannelser.



Hovedforløb

Her går du skiftevis i skole og er i lære i en virksomhed, så længe uddannelsen varer.

På nogle erhvervsuddannelser skal du have en uddannelsesaftale med en virksomhed inden du kan starte på Grundforløb 2.

Du kan læse mere her om disse uddannelser her



UDDANNELSESFORLØB – EUD

	GRUNDFORLØB				HOVEDFORLØB					
ERHVERVSUDDANNELSE	1	2	OPLÆRING	SKOLE-PERIODE	OPLÆRING	SKOLE-PERIODE	OPLÆRING	SKOLE-PERIODE	OPLÆRING	SVENDE-PRØVE

UDDANNELSESFORLØB – EUX

	GRUNDFORLØB MED 6 FAG PÅ GYM-NIVEAU				HOVEDFORLØB, TEKNISK EUX				
ERHVERVSUDDANNELSE MED EUX	1	2	OPLÆRING	SKOLE-PERIODE: EUD-FAG OG GYM-FAG	OPLÆRING	SKOLE-PERIODE: EUD-FAG OG GYM-FAG	OPLÆRING		

	GRUNDFORLØB MED 6 FAG PÅ GYM-NIVEAU				HOVEDFORLØB, MERKANTIL EUX			
KONTOR + FINANS ERHVERVSUDDANNELSE MED EUX	1	2	STUDIEKOMPETENCE EUX-FORLØB		OPLÆRING	PRØVE	OPLÆRING	PRØVE

EUX er en obligatorisk del på finans- og kontoruddannelserne

GRUNDFORLØB GF1

GF1 er starten på erhvervsuddannelsen for dig, som kommer direkte efter 9. eller 10. klasse. Er du allerede gået ud af skolen, kan du også starte på GF1, men kun hvis du har afsluttet din 9./10.klasse inden for de sidste to år.

GF1 hjælper dig med at afklare dit valg af erhvervsuddannelse. Her prøver du kræfter med forskellige fag inden for en fagretning og skal først beslutte dig for en bestemt uddannelse i slutningen af forløbet.

Bemærk: Du kan kun optages på GF1 én gang. Hvis du har skaffet dig en uddannelsesaftale (læreplads) med en arbejdsgiver, inden du starter, vil du normalt ikke skulle tage GF1, men kan i stedet starte direkte på GF2.

GRUNDFORLØB GF2

Herefter fortsætter du på grundforløbets 2. del (GF2), der også varer 20 uger. Her møder du en mere faglig specialisering i forhold til lige netop den uddannelse, du har valgt. Der vil også være fag, som du skal gennemføre for at kunne fortsætte på uddannelsens sidste del, som vi kalder for hovedforløbet.

Bemærk: GF2 kan du kun påbegynde tre gange – derefter skal du have en uddannelsesaftale (læreplads hos en virksomhed) for at kunne blive optaget.

OPTAGELSESKRAV TIL GF1 OG GF2

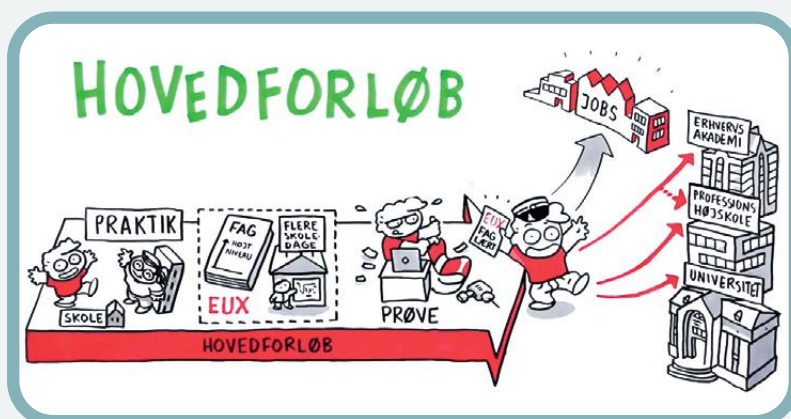
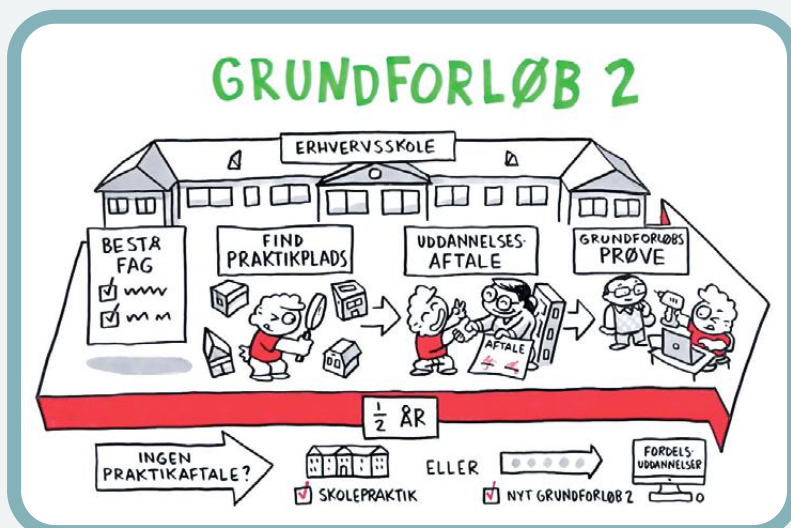
- du skal have opfyldt undervisningspligten fra 9. eller 10. klasse
- du skal have 2,0 i gennemsnit i henholdsvis dansk og matematik ved 9. eller 10. klasseprøver, eller et tilsvarende resultat ved tilsvarende prøve
- har du en uddannelsesaftale, vil du altid kunne starte på GF2.

Opfylder du ikke disse betingelser, kan du optages på baggrund af en prøve og en samtale. Din skole og uddannelsesvejleder vurderer, om du er uddannelsesparat. Din kommune har tilbud, som kan gøre dig parat til uddannelse.

DIMENSIONERING

På nogle uddannelser er der dimensionering, som betyder, at du som hovedregel skal have en uddannelsesaftale med en arbejdsgiver, før du kan blive optaget på GF2. Det betyder, at du enten skal have en uddannelsesaftale med en virksomhed, eller at du skal have en såkaldt kvoteplads, før du kan starte på GF2.

For alle erhvervsuddannelser gælder det, at du skal have en uddannelsesaftale, før du kan komme videre i hovedforløbet.



Måske kan du genkende tegningerne? De stammer fra den lille tegnefilm: "Din nye hverdag på en erhvervsuddannelse".

Se eller gense filmen på UG.dk.

OPTAG

Der er optag til GF1 i august og januar. Optag til GF2 er afhængig af det enkelte uddannelsessted.

FOKUS PÅ LÆREPLADSSØGNING OG LÆREPLADS I LØBET AF GF2

Der er øget fokus på, at flere unge skal indgå uddannelsesaftaler med virksomheder. Du skal være registreret – og aktivt søgende – **på lærepladsen.dk** samt have udarbejdet en ansøgning og CV, når du starter på GF2. Erhvervsskolen skal hjælpe de unge med at formidle kontakt til virksomhederne, og skolen vil støtte dig i at være aktivt søgende, så du har indgået en uddannelsesaftale med en virksomhed, når du er færdig med GF2.

HOVEDFORLØB / LÆREPLADS

Når du efter grundforløbet starter på din læreplads eller skoleoplæring, så er du i gang med hovedforløbet i din uddannelse. Hovedforløbet består af oplæring i virksomhed og en række skoleophold, hvis længde afhænger af den valgte uddannelse.

Når du afslutter din uddannelse på hovedforløbet, går du til afsluttende prøve og bliver bedømt på både dine praktiske og teoretiske færdigheder.

ADGANGSKRAV – HOVEDFORLØB

For at kunne starte på hovedforløbet på en erhvervsuddannelse, skal du have en uddannelsesaftale med en virksomhed.



KVOTEPLADS

Kvotepladser findes på de uddannelser, der er dimensioneret. På de fleste uddannelser er der aftalt en kvote for, hvor mange elever uden uddannelsesaftale, der kan optages. På disse uddannelser kan du søge en kvoteplads, hvis du ikke har en uddannelsesaftale.

Antallet af kvotepladser varierer fra år til år, og der er et begrænset antal pladser. Du skal lave en ansøgning til en kvoteplads, hvis du gerne vil komme i betragtning.

Det er uddannelsesstedet, der vurderer, om du kan komme i betragtning. På skolernes hjemmesider kan du se, hvad de lægger vægt på i forhold til tildeling af en kvoteplads, og hvornår der er frist for at lave en ansøgning. Der er ingen garanti for, at du kan få en kvoteplads, selvom du søger.

SKOLEOPLÆRING

Kan du ikke finde en læreplads undervejs i dit grundforløb, kan du i en række uddannelser færdiggøre din uddannelse i skoleoplæringen. Det betyder, at du får din uddannelse på erhvervsskolen. Du kan se, hvilke uddannelser, der har skoleoplæring, her i hæftet og på **ug.dk**



På mere end halvdelen af alle erhvervsuddannelser er der skoleoplæring. For at komme i betragtning til skoleoplæring, skal du være **egnet, geografisk mobil, fagligt mobil og aktiv praktikpladssøgende (EMMA)**.

LÆREPLADS
Du skal have en
aftale med en
virksomhed

Derudover er der krav om, at du skal gennemføre/bestå bestemte fag, før du kan blive optaget på hovedforløbet.

LØN OG SU

Når du har en uddannelsesaftale, får du elevløn. Er du over 18, og går du på GF2, kan du få SU.

HVOR FOREGÅR ERHVERVSUDDANNELSERNE?

Når du tager en erhvervsuddannelse, er du i lære meget af tiden. Når du ikke er på lærestedet, foregår uddannelsen på en erhvervsskole.

Ofte kan du tage hele skoledelen på den samme skole, men du kan også være nødt til at tage nogle dele af uddannelsen på forskellige skoler.

Med Erhvervsuddannelseskortet får du overblik over, hvor du kan tage din uddannelse.



EUX

ERHVERVSUDDANNELSE MED GYMNASIAL EKSAMEN

Du kombinerer din erhvervsuddannelse med en gymnasial eksamen og bliver faglært og student samtidig.

EUX består af en erhvervsuddannelse, fx gartner, kok, tandtekniker eller en af de andre uddannelser med eux, kombineret med en gymnasial eksamen.

På EUX skal du både have fag og undervisning, der hører til erhvervsuddannelsen, og fag på gymnasialt niveau.

VIDERE EFTER EUX

Med EUX tager du gymnasiale fag og niveauer, der omtrent svarer i omfang til en 2-årig gymnasial uddannelse. Du kan søge optagelse på videregående uddannelser på

samme vilkår som personer med STX, HHX eller HTX.

EUX

Teknisk EUX er bygget op på samme måde som den tilsvarende erhvervsuddannelse: Du begynder uddannelsen i et grundforløb og fortsætter i et hovedforløb. Du har fag på gymnasialt niveau både på grund- og hovedforløb.

Merkantil EUX er bygget op på en lidt anden måde. Her samler du de gymnasiale fag i et 1-årigt forløb, inden du starter på hovedforløbet. Det kaldes det studiekompetencegivende forløb.

Merkantil EUX gælder for de merkantile erhvervsuddannelser, dvs. kontoruddannelsen, handelsuddannelsen,

finansuddannelsen, detailhandelsuddannelsen og uddannelsen til eventkoordinator

På de tekniske og de merkantile uddannelser med EUX-forløb skal du være forberedt på, at du under uddannelsen skal lave mange lektier og aflevere mange opgaver, samtidig med at du lærer de faglige færdigheder.

Adgangskravene til EUX er en afsluttet 9./10.klasse samt adgangskravet på mindst 2,0 i gennemsnit i henholdsvis dansk og matematik.

Læs om at være på
EUX

SIDE 8, 34, 42, 54

FØDEVARER, JORDBRUG OG OPLEVELSER

- Anlægsgartner
- Bager og konditor
- Dyrepasser
- Ernæringsassistent
- Frisør
- Gartner
- Gastronom
- Kosmetiker
- Landbrugsuddannelsen
- Receptionist
- Tjener

KONTOR, HANDEL OG FORRETNINGSSERVICE

- Detailhandel
- Eventkoordinator
- Finansuddannelsen
- Handelsuddannelsen
- Kontoruddannelsen

OMSORG, SUNDHED OG PÆDAGOGIK

- Den pædagogiske assistentuddannelse
- Social- og sundhedsassistent

TEKNOLOGI, BYGGERI OG TRANSPORT

- Anlægsstruktør, bygningsstruktør og brolægger
- Autolakerer
- Automatik- og procesuddannelsen
- Bygningsmaler
- Bygningssnedker
- Data- og kommunikationsuddannelsen
- Elektriker
- Elektronik- og svagstrømsuddannelsen
- Entreprenør- og landbrugsmaskinuddannelsen
- Industriteknikeruddannelsen
- Karrosseriteknikeruddannelsen
- Lastvogsmekaniker
- Maskinsnedker
- Møbelsnedker og orgelbygger
- Murer
- Personvogsmekaniker
- Plastmager
- Procesoperatør
- Skibsmekaniker/Skibsmontør
- Skiltetekniker
- Smed
- Stenhugger og stentekniker
- Tandtekniker
- Teknisk isolatør
- Træfagenes byggeuddannelse
- VVS-energiuddannelsen
- Værktøjsuddannelsen

GYMNASIALE FAG PÅ EUX

- ✗ Dansk på A-niveau
- ✗ Engelsk på B-niveau
- ✗ Matematik og Samfundsfag på mindst C-niveau.
- ✗ Et erhvervsområde, som består af mindst 2 flerfaglige projekforløb, hvor du arbejder med problemstillinger fra virkeligheden.
- ✗ Et skriftligt erhvervsområdeprojekt, hvor der indgår mindst et gymnasialt fag på A- eller B-niveau i kombination med fag fra erhvervsuddannelsen.
- ✗ Yderligere et antal fag på A-, B- eller C-niveau.

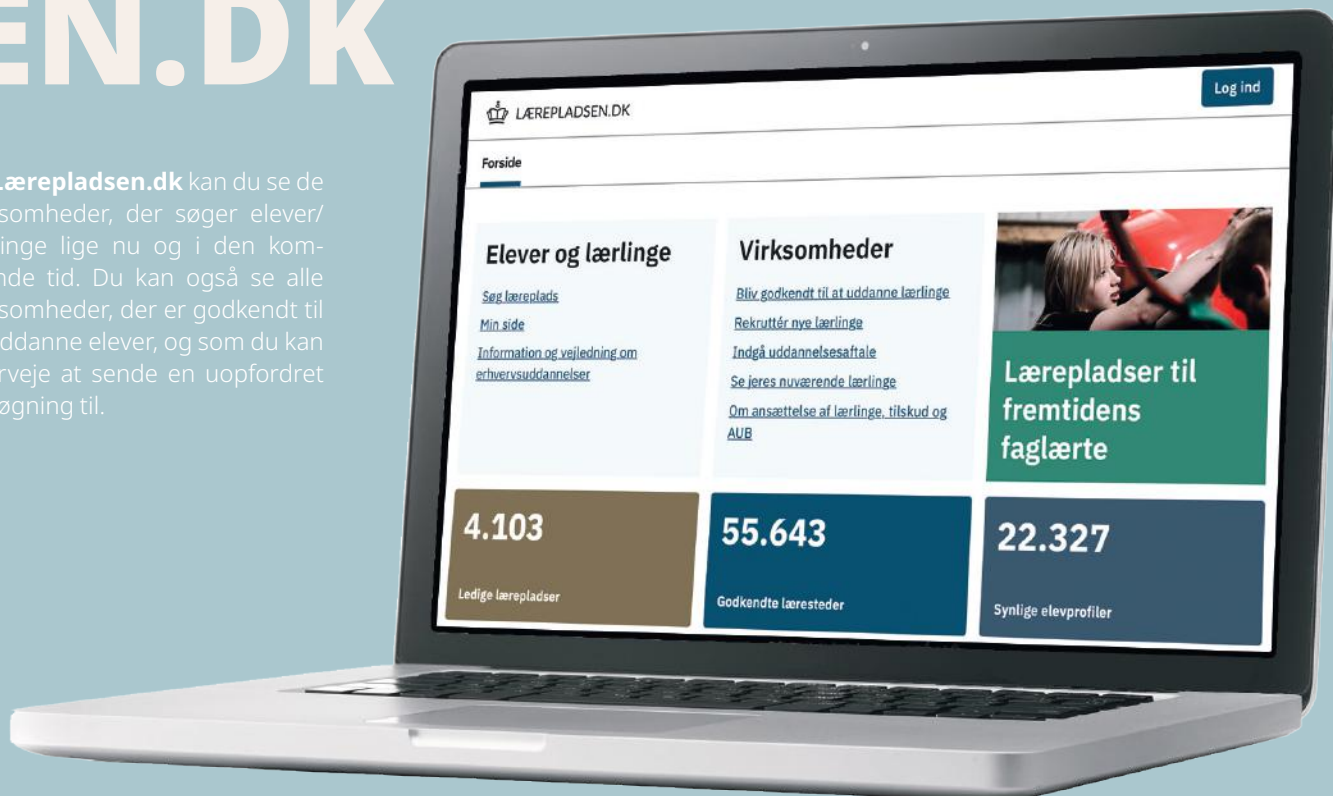
Fagene afhænger af den uddannelse, du har valgt.

LÆRE PLADS EN.DK



Elektronisk mødested for elever på erhvervsuddannelser og oplæringsvirksomheder

På **Lærepladsen.dk** kan du se de virksomheder, der søger elever/lærlinge lige nu og i den kommende tid. Du kan også se alle virksomheder, der er godkendt til at uddanne elever, og som du kan overveje at sende en uopfordret ansøgning til.



LÆREPLADS TILSAGN – for elever i 8.-9.-10. klasse

Overvejer du en erhvervsuddannelse efter grundskolen, kan et **uforpligtende lærepladstilsagn** være vejen til senere at indgå en uddannelsesaftale.

Med et lærepladstilsagn har du mulighed for allerede i 8., 9. eller 10. klasse at komme i dialog med en virksomhed, som du senere ønsker at indgå uddannelsesaftale med.

Et lærepladstilsagn er ikke det samme som en uddannelsesaftale. Det er en skriftlig hensigtserklæring om at ville indgå en uddannelsesaftale senere, når du er kommet i gang med sin erhvervsuddannelse.

Lærepladstilsagnet er ikke juridisk bindende, hverken for dig eller virksomheden.

Et Lærepladstilsagn oprettes digitalt på Lærepladsen.dk

Når du og en virksomhed har talt sammen og er blevet enige om lærepladstilsagn, skal de oprette det skriftlige praktikpladstilsagn digitalt på Lærepladsen.dk.

Det er dig og virksomhedens ansvar at oprette og godkende praktikpladstilsagnet. Det er også barnets og virksomhedens ansvar at ophæve tilsagnet, hvis det ikke længere er relevant.

Både du og virksomhederne har adgang til at oprette praktikpladstilsagn på Lærepladsen.dk, når de er logget ind.

EUD KORT

UDDANNELSE

- Titlen på uddannelsen

UDDANNELSENS VARIGHED

- den samlede varighed inkl. grundforløb
- farven markerer hovedområdet

EKSTRA OM UDDANNELSEN

- viser om uddannelsen kan tages som EUX

TEKSTBESKRIVELSE

- kort om uddannelsens indhold

NØGLEORD

- viser de nøgleord, der har betydning for uddannelse og job

QR-KODE

- går til ug.dk med alt omkring uddannelsen

ANDRE FORHOLD

Viser om uddannelsen:

- er dimensioneret med kvote for adgangsbegrænsning til GF2
- ikke indeholder skoleoplæring
- er udelukkende skolebaseret


skillsDenmark

DANMARK ER VÆRT VED
EUROSKILLS 2025
9.-13. SEPTEMBER

Gratis adgang.

- SÅDAN LÆSES DE

De næste sider viser alle erhvervsuddannelser, alfabetisk. De er hver især udformet **som et kort, hvor du hurtigt kan se det meste om uddannelsen samt en QR-kode, der fører dig lige til pågældende uddannelse på ug.dk**

Finansuddannelsen - EUX

4 år



KUN SOM EUX

Du får en grundlæggende viden om at betjene og vejlede kunder om deres økonomi, bl.a. deres behov for at låne penge, spare op, investere eller tegne forsikringer.

NØGLEORD:
Fag på gymnasielevelt niveau, service,

Pædagogisk assistentuddannelse

3 - 4 år



MULIGHED FOR EUX

Du får en grundlæggende viden om, hvordan man drager omsorg for børn, unge og voksne. Desuden lærer du om, hvordan du kan lave aktiviteter inden for bevægelse, idræt og i naturen. Kost og motions betydning for velvære, ligesom arbejdet med konflikthåndtering, er en del af uddannelsen.

NØGLEORD:
Psykologi, sundhed, samfundsfag, idræt, dansk, natur, udeliv, konflikthåndtering, omsorg

• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Mejerist

2 år 2 mdr - 3 år 8 mdr



En mejerist forarbejder mælk til fx ost og smør. På skolen lærer du om de forskellige mejeriprodukter, og hvordan de laves med hjælp fra bakterier og svampe. Du får også viden om, hvordan du passer og rengør de maskiner, der bruges til fremstillingen af mejeriprodukterne.

NØGLEORD:
Hygiejne, teknologi, processtyring, råvarehåndtering, kvalitetskontrol

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Teater-, event- og av-tekni

2 år 6 mdr - 4 år 6 mdr



På uddannelsen arbejder du med de elementer, der skal bruges til udstillinger og teaterforestillinger. Du lærer fx at opsætte og nedtage udstyr. På skolen lærer du om sceneteknik og forberedelse af en udstilling eller en forestilling. Du skal være god til at samarbejde.

NØGLEORD:
Lys, lydteknik, produktionsteknik, teaterarbejde, kulisser, event, rekvisithåndtering, kvalitet

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Anlægsgartner

4 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om etablering og vedligeholdelse af haver, parker og kirkegårde. Du lærer om de forskellige planter og deres egenskaber samt at anlægge og arbejde med græsarealer.

NØGLEORD:

Plantekendskab, plantesundhedslære, jord, vand, anlægsteknik, service-minded



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Bager og konditor

3 år - 4 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om bagning samt fremstilling af kager og desserter. Du lærer at blande de moderne metoder ved bagning med fagets gamle håndværkstraditioner. Du lærer også, hvordan man betjener kunder.

NØGLEORD:

Brød, flødekager, lagkager, dessert, bageteknik, salg



• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Dyrepasser

3 år 2 mdr - 4 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX

En vigtig del af arbejdet går ud på at sørge for, at dyrene har det godt og give dem mulighed for at lave nogle af de samme ting, som de gør i naturen. Du lærer også om avl, så du kan hjælpe dyrene med at få unger ved at give dem rigtigt foder og gode yngleforhold.

NØGLEORD:

Naturfag, biologi, dyrevelfærd, adfærdsbiologi



• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Ernæringsassistent

3 år 5 mdr - 4 år 2 mdr

MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om ernæring og tilberedning af mad. Du får desuden viden om alle de hjælpemidler, der findes i et storkøkken. Nogle bruges til at forarbejde og tilberede maden, andre er til at forlænge madens holdbarhed.

NØGLEORD:

Råvarehåndtering, sundhed, hygiejne, produktion, proces, kvalitetsstyring, madspild



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Læs om at være på
ernærings-ass.-udd.

SIDE 62

Fitness- og træneruddannelsen

2 - 3 år

Du får indsigt i kroppens anatomi, kredsløb og forskellige energisystemer. Du lærer teknikker til konditions- og styrketræning. Derudover lærer du teknikker til, hvordan du skal instruere.

NØGLEORD:

Anatomi, fysiologi, instruktionsteknik, coaching, ernæring, sundhed, skader



• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Frisør

4 år 6 mdr - 5 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX

Du lærer klippeteknikker i kort og langt hår, at lave permanent og farvning og at fastgøre ekstensions. Du lærer også at klippe skæg, farve bryn og lægge make-up. Viden om de nye trends inden for hårmode.

NØGLEORD:

Teknik, klipping, kundeservice, farvelære, farvning, manicure, makeup, stil, design, hygiejne, salg



• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Gartner

3 år 11 mdr - 4 år 5 mdr

MULIGHED FOR EUX

Du får viden om, hvordan man behandler jorden, passer og plejer planterne og sikrer, at de har gode betingelser for at gro. Du lærer fx om vandingmetoder, gødningsforhold og beskyttelse af planterne mod skadedyr og sygdomme, ligesom du lærer at betjene maskiner og tekniske installationer.

NØGLEORD:

Plantesundhed, jord, vand, næring, miljø, klima, internationale forhold



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Gastronom

2 - 4 år 9 mdr

MULIGHED FOR EUX

En gastronom arbejder med at lave mad. På skolen lærer du om gode råvarer, at tilberede og anrette maden samt at vælge drikkevarer dertil. Som gastronom lærer du også meget om indkøb og kundeservice.

NØGLEORD:

Råvarehåndtering, samarbejde, kundeservice, salg, bæredygtighed, arbejdsmiljø, sikkerhed, hygiejne



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Gourmetslagter

2 år 6 mdr - 4 år 3 mdr



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om slagtning samt partering og tilberedning af kød. Du lærer at kende god kvalitet, så bøfferne i køledisken er saftige og møre. Desuden lærer du kundeservice og god hygiejne, da kød hurtigt fordærves.



NØGLEORD:
ernæringslære, teknik, hygiejne, råvarehåndtering, opskæring af kød, kvalitetskontrol, kundebetjening

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Greenkeeper

4 - 4 år 6 mdr



Som greenkeeper har du en viden om græs og andre planter, der findes på et golfanlæg. Som greenkeeper skal du også passe blomster, træer og buske ved golfbanen, så området ser flot og indbydende ud. En greenkeeper kan arbejde ved golfanlæg eller fodboldstadions, hvor der også er brug for en flot og nyklippet græsplæne.



NØGLEORD:
Vækstforhold, skadedyr, pleje, gødning, beplantningspleje, sprøjtning, materialeforståelse

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Kosmetiker

3 - 4 år 1 mdr



MULIGHED FOR EUX

Du lærer at udføre ansigts- og kropsbehandlinger og kunne rådgive kunder om hudpleje og make-up. På skolen lærer du om de forskellige teknikker og produkter, man bruger ved skønhedspleje. Du lærer også at fjerne uønsket hår og lakere negle.



NØGLEORD:
Hudpleje, anatomi, fysiologi, stil, ernæring, sundhed, massage, teknik, kemi, form, farve, fysisk kontakt

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Landbrugsuddannelsen

2 år 4 mdr - 5 år 11 mdr



MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen til landmand giver en grundlæggende viden om pasning af husdyr og jorddyrkning. Mange store gårde med moderne bygninger og anlæg med mange produktionsdyr stiller store krav om viden om teknik, styring og vedligeholdelse.



NØGLEORD:
Maskinfører, plantedyrkning, husdyr, råvarer, dyrkningsmetoder, miljø, klima, dyrevelfærd, Herregårdsjæger

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Mejerist

2 år 2 mdr - 3 år 8 mdr



En mejerist forarbejder mælk til fx ost og smør. På skolen lærer du om de forskellige mejeriprodukter, og hvordan de laves med hjælp fra bakterier og svampe. Du får også viden om, hvordan du passer og rengør de maskiner, der bruges til fremstillingen af mejeriprodukterne.



NØGLEORD:
Hygiejne, teknologi, processtyring, råvarehåndtering, kvalitetskontrol

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Læs om at være på
mejerist-uddannelsen

SIDE 56

Receptionist

3 - 3 år 11 mdr



MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen til receptionist giver en grundlæggende viden om kundebetjening, service, omregning af valuta, fx når du skal have med turister at gøre. Som receptionist betjener du mennesker fra hele verden, og du må være parat til at tale og skrive på tysk og engelsk.



NØGLEORD:
Værtsskab, kundeservice, salg, markedsføring, kommunikation, sprog, turistlære, forsikring

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Skov- og naturtekniker

3 år 11 mdr - 4 år 5 mdr



Du lærer at plante områder til med de ønskede træer og at passe og pleje dem. De nye træer skal have gødning, og der skal sættes hegn op, så dyrene ikke spiser de nye skud. Skoven er et stort økosystem, og derfor lærer du også om biologi, økologi, miljø samt om naturnær skovdyrkning.



NØGLEORD:
Skovarbejder, naturpleje, miljø, klima, maskinteknik, biologi

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Slagter

2 år 6 mdr - 3 år 6 mdr



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om slagtning samt partering og udbening, kød - og kvalitetskontrol. Der er eksport til mange lande, derfor vil du som industrislagter lære at udskære kødet og forarbejde det fx med salt eller røg, så det passer til de forskellige markeder.



NØGLEORD:
Kvalitetskontrol, udbeningssteknik, udskæring, forarbejdning, råvarehåndtering, ergonomi, hygiejne

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Tarmtekniker

3 år



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om rensning af husdyrtarme. Du skal lære om kvalitetskontrol, da det er meget vigtigt, at tarmene er helt rene, inden de sendes videre i produktionen. Du skal også lære at efterbehandle de rensede tarme manuelt og med maskiner.



NØGLEORD:
Hygiejne, naturfag, kvalitetskontrol, produktion, efterbehandling, maskinhåndtering

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Tjener

2 år 2 mdr - 4 år



MULIGHED FOR EUX

En vigtig del af arbejdet går ud på at tale med gæsterne og anbefale dem mad og drikke ud fra menukortet. Som tjener lærer du også om borddækning, afregning, og hvordan man mikser drinks.



NØGLEORD:
Servicering, kundebetjening, gastronomi, hygiejne

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Veterinærsygeplejerske

2 år 6 mdr - 4 år 3 mdr



På uddannelsen får du en grundlæggende viden om pasning, behandling og operation af dyr. Du lærer om dyreadfærd, anatomi og sygdomme. Du lærer også at lave mikrobiologiske undersøgelser og rengøre de forskellige redskaber og apparater i klinikken.



NØGLEORD:
Dyreadfærd, anatomi, hygiejne, biologi, pasning, omsorg

• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Detailhandel

3 - 5 år



MULIGHED FOR EUX

Du får en grundlæggende viden om varer, salg og kundeservice i en butik. Du får desuden viden om, hvordan du indkøber varer, styrer lageret, præsenterer varerne og indretter butikken. Du lærer at betjene en kasseterminal, ligesom du lærer om butikkens økonomi.



NØGLEORD:
Salg, service, kundehåndtering, virksomhedsøkonomi, afsætning, digital handel

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Eventkoordinator

3 - 4 år



MULIGHED FOR EUX

En eventkoordinator planlægger og arrangerer aktiviteter, fx koncerter, fester og bryllupper. Du lærer at udvikle nye idéer og at realisere dem. Du lærer om økonomi, booking og kontrakter. En eventkoordinator kan arbejde i pr-bureauer, feriecentre, forlystelsesparker, storcentre m.m.



NØGLEORD:
Planlægning, event gennemførelse, projektstyring, økonomi, informationsteknologi

• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Finansuddannelsen – EUX

4 år



KUN SOM EUX

Du får en grundlæggende viden om at betjene og vejlede kunder om deres økonomi, bl.a. deres behov for at låne penge, spare op, investere eller tegne forsikringer.



NØGLEORD:
Fag på gymnasiet niveau, service, kommunikation, økonomi, markedsanalyse

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Handelsuddannelsen

3 - 4 år



MULIGHED FOR EUX

På skolen lærer du om salg, indkøb og logistik. Du lærer også at indhente tilbud, sammenligne priser og kvaliteter, arbejde med logistik samt at indkøbe varer i passende mængder. Som handelsuddannet kan du arbejde i handelsvirksomheder eller starte din egen handelsvirksomhed.



NØGLEORD:
Salg, planlægning, indkøb, logistik, forretningsforståelse, kundeservice

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Kontoruddannelsen – EUX

4 år



KUN SOM EUX

Kontoruddannelsen giver en grundlæggende viden om administration og økonomi. Du lærer også om kontakt med kunder, service og hvordan du arbejder med tekstbehandling, regneark, databaser og andre it-programmer.



NØGLEORD:
Samfundsfag, dansk, engelsk, kundeservice, administration, fag på gymnasieniveau

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Hospitalsteknisk assistent

3 - 3 år 9 mdr



Du lærer at måle patienters høreelse eller hjernens elektroniske bølger på patienter. På uddannelsen får du en grundlæggende viden om brugen af moderne måleudstyr til at undersøge fx hørelsen og hjernen. Du lærer desuden at forstå og bruge fagudtryk inden for medicin.

NØGLEORD:
Patientdokumentation, psykologi, kommunikation, etik, anatomi, fysiologi, sygdomslære, brug af måleudstyr

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Pædagogisk assistentuddannelse

3 - 4 år



MULIGHED FOR EUX

Du får en grundlæggende viden om, hvordan man drager omsorg for børn, unge og voksne. Desuden lærer du om, hvordan du kan lave aktiviteter inden for bevægelse, idræt og i naturen. Kost og motions betydning for velvære, ligesom arbejdet med konflikthåndtering, er en del af uddannelsen.

NØGLEORD:
Psykologi, sundhed, samfundsfag, idræt, dansk, natur, udeliv, konflikthåndtering, omsorg

• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Social- og sundhedsassistent

3 år 10 mdr - 4 år 7 mdr



MULIGHED FOR EUX

Du bliver bl.a. undervist i at udføre sygepleje- og omsorgsopgaver. Du lærer også at vejlede og motivere andre mennesker til at drage omsorg for sig selv.

NØGLEORD:
Omsorg, patientforløb, psykologi, rehabilitering, medicinhåndtering, farmakologi, sundhedsfremme, kemi

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Læs om at være på
SOSU-ass.-udd.

SIDE 14

Social- og sundhedshjælper

2 år 2 mdr



Du yder omsorg og personlig og praktisk hjælp til mennesker enten i deres eget hjem eller på et plejehjem.

NØGLEORD:
Omsorg, patientforløb, personlig pleje, medicinhåndtering, farmakologi, psykologi

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Tandklinikassistent

3 år 6 mdr



Du lærer at gøre instrumenter klar og at tage røntgenbilleder og aftryk. Desuden får du viden om, hvordan man rengør tænder og forebygger tandsygdomme m.m.

NØGLEORD:
Naturfag, hygiejne, kommunikation, detaljeorienteret, psykologi, anatomi, fysiologi

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Ambulancebehandler

4 år 7 mdr



Som ambulancebehandler rykker du ud ved ulykker eller sygdom og hjælper mennesker, der har brug for redning eller akut behandling. Du lærer at udføre redningsarbejde og behandling på ulykkestedet og i ambulancen, at transportere syge eller tilskadekomne hurtigt og sikkert til hospitalet. Man skal være 20 år for at kunne starte.

NØGLEORD:
Psykologi, biologi, beredskab, kommunikation, behandling, kørekort

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Anlægsstruktør, bygningsstruktør og brolægger

4 - 5 år



MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen giver viden om store byggerier, som kontorhuse, veje, broer, boligkvarterer, torve og pladser. Du lærer at arbejde med store maskiner, forskellige materialer efter plantegninger og beregninger.

NØGLEORD:
Tegningsforståelse, vej, anlæg, belægning, maskiner, teknologi

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Autohjælp

3 år



Du lærer at hjælpe med fx. starthjælp eller hjulskift på stedet. Du lærer at bugser køretøjet på værksted eller trække det fri, på alle tider af døgnet.

NØGLEORD:
Hjælpsom, arbejde selvstændigt, sikkerhed, god fysik, udrykningskørsel, du får kørekort til bil, lastbil og lastbilanhænger.

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Autolakerer

4 år 3 mdr - 4 år 9 mdr

MULIGHED FOR EUX

En autolakerer lakerer biler. På skolen lærer du de teknikker, du skal bruge for at få et flot resultat. Du får grundig undervisning i farvelære og sprøjeteknik.

NØGLEORD:

Farvelære, materialelære, dansk, arbejdsmiljø, påføringsteknik



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Automatiktekniker

2 år 6 mdr - 5 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX

Du får viden om automatiske systemer, der styrer og regulerer. Du lærer om teknik, elektronik og stærkstrømssystemer. Du arbejder også med automatiserede systemer, der er baseret på trykluft (pneumatik) og væsketryk (hydraulik).

NØGLEORD:

Programering, computer, fysik, elektronik, fejlfinding, robotteknologi



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Beklædningshåndværker

2 år 6 mdr - 3 år 10 mdr

Uddannelsen til beklædningshåndværker giver dig viden om at fremstille tøj til mode- og livsstilsbranchen. Du arbejder med hele processen fra idé til færdigt produkt. Du lærer at arbejde med designoplæg og konstruktion af mønstre. Du lærer også forskellige syteknikker.

NØGLEORD:

Materialekendskab, modelkonstruktion, design, produktfremstilling



• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Beslagsmed

4 år 6 mdr

Uddannelsen til beslagsmed giver en grundlæggende viden om hove og hestesko. Du skal lære om heste, deres anatomi og forhold omkring deres sundhed. Endelig lærer du at lave de forskellige former for smedearbejde, der indgår ved fremstilling og tilpasning af hestesko.

NØGLEORD:

Hesteracer, hovformer, planlægning, journalisering, arbejdsstillinger



• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Boligmonteringsuddannelsen

3 år 3 mdr - 4 år 6 mdr

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om materialer og design, og du lærer om produktudvikling, salg og service. Desuden får du et godt kendskab til de maskiner og værktøjer, der indgår i arbejdet. Du får også undervisning i de fag, som er særlige for det speciale, som du har valgt.

NØGLEORD:

Design, fagtegnning, iværksætteri, matematik, salg, service



• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Buschauffør

2 - 5 år

Lær at køre bus på en hensynsfuld og forsvarlig måde. Du tager de nødvendige kørekort og lærer desuden om vedligeholdelse og eftersyn af køretøjer – og hvordan man omgås kunder.

NØGLEORD:

Dansk, IT, konflikthåndtering, vedligeholdelse, køreteknik



• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Bygningsmaler

3 år 9 mdr - 4 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om farver, stil, materialer og forskellige maleteknikker. Du lærer om alle faser fra rådgivning af kunden over bundbehandling og klargøring og endelig tapetsering, maling eller lakering af overfladen.

NØGLEORD:

Farvelære, produktudvikling, tegning, opmåling, teknik, matematik



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Bygningssnedker

3 år 9 mdr - 4 år 3 mdr

MULIGHED FOR EUX

På skolen lærer du om byggeri og energi og får en grundlæggende viden om fremstilling af vinduer, døre, trapper og andet inventar i bygninger. Du lærer også at bruge hænderne og udføre det traditionelle håndværk med håndværktøj. Du får viden om de forskellige materialer og lærer at lave arbejdstegninger og bruge håndværktøj.

NØGLEORD:

Design, formgivning, teknik, materialekendskab, IT, matematik



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Læs om at være på
bygningsmaler-udd.

SIDE 40

Bådmekaniker

4 år 6 mdr



Bådmekanikeren lærer at arbejde med de forskellige typer af motorer, der ligger i mindre både. Du arbejder såvel med installation af motorer, propelakser og skruer som med fejlfinding og reparation.



NØGLEORD:
Fejlfinding, reparation, salg, service, installation, elektriske anlæg

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Cykel- og motorcykelmekanikeruddannelsen

3 år 3 mdr - 4 år 6 mdr



Du får en grundlæggende viden om, hvordan de mekaniske dele på cykler, knallerter og motorcykler fungerer. Du lærer at finde frem til defekte og slidte dele, som du så udskifter eller reparerer.



NØGLEORD:
Service, klargøring, mekanik, el-cykler

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Data- og kommunikationsuddannelsen

3 - 6 år



MULIGHED FOR EUX

Du lærer fx at installere it-udstyr og at finde fejl og reparere. Dit arbejde er at udvikle, opbygge eller vedligeholde it-systemer. Arbejdet kræver kendskab til de nyeste teknikker. Generelt kræver uddannelsen teknisk indsigt og gode samarbejdsevner.



NØGLEORD:
Programmering, kundeservice, kodning, computerteknologi

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Digital media

3 år 6 mdr



Du lærer at designe, udvikle, programmere og skrive interaktive medier som fx websites og apps. Du lærer også at lave 3D modellering og animation til fx reklamefilm og visualisering. Du lærer om billeder, video, lyd, grafik, typografi, æstetik, interaktiv fortællingsteknik, formsprog og design til skærm.



NØGLEORD:
Idé til produkt, design, database, 3D-modellering, servervideo, billed, lyd

• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Ejendomsservicetekniker

3 år 9 mdr



En grundlæggende viden om varme- og vandforsyning, ventilationsanlæg, antenneanlæg og andre tekniske installationer. Du skal endvidere passe græsplæner, haveanlæg og ryddesne. Du lærer også om at servicere beboerne.



NØGLEORD:
Bygningsvedligeholdelse, service, affaldshåndtering, indkøb, betjening, kommunikation, psykologi

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Elektriker

4 år 6 mdr - 5 år



MULIGHED FOR EUX

Du lærer, hvordan elektriske produkter og systemer virker, så du kan rådgive kunderne om valg og brug af installationer. Hvis de går i stykker, kan du finde fejlen og reparere den. Du kan også installere nye systemer.



NØGLEORD:
Lys, lyd, teknik, måling, el-teknik, installation, sikkerhed, sikring, alarmsystemer

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Elektronik- og svagstrømsuddannelsen

4 år 6 mdr - 5 år 6 mdr



MULIGHED FOR EUX

På uddannelsen fremstiller og reparerer du elektronisk udstyr. Du lærer fx om udstyr til radio, tv, pc og tele- eller hospitalsteknisk udstyr. Du får undervisning i måleinstrumenter, som bruges til arbejdet.



NØGLEORD:
Teknik, måling, telesystemer, kommunikation, opsyn, sikkerhed

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Elektronikoperatør

2 år 6 mdr



På skolen lærer du om elektriske komponenter, og hvordan de fremstilles på maskiner. Du lærer at arbejde med fejlretning og at præcisionslodde under mikroskop.



NØGLEORD:
Automatik, produktionsteknik, kvalitetsstyring, optimering, detaljer

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Entreprenør- og landbrugsmaskinuddannelsen

2 år 6 mdr - 5 år

MULIGHED FOR EUX

Du lærer at finde fejl, reparere og udskifte dele på motorer, styretøj, bremses, koblinger og hydrauliske og elektriske anlæg på landbrugs- og entreprenørmaskiner. Du arbejder med motorer og maskiner, der bruges i parker og haver, inden for landbruget eller byggeriet.

NØGLEORD:

Motorerkendskab, styretøj, bremses, gear, elektronik, mekanik, it-systemer, overvågning, sikring, fejlfinding



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Film- og tv-produktionsuddannelsen

3 - 5 år 6 mdr

På skolen lærer du at planlægge, optage og færdiggøre en film-, video- eller tv-produktion.

Du lærer at bruge det rette udstyr samt sætte lys/lyd og at redigere

NØGLEORD:

Storytelling, kamerabrug, lyd, lys, programtilrettelæggelse, video, klipping, stil, form, farver



• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Finmekaniker

2 - 4 år 6 mdr

Du lærer at læse og også at konstruere en teknisk tegning til fremstilling af de forskellige dele. Det kan fx være små dele af mekanikken i en kopmaskine, et måleapparat eller et fotoapparat. Tegningerne laves på computer. Du lærer at bruge det specielle værktøj, der indgår i produktionen.

NØGLEORD:

Produkt udvikling, bore-, dreje- og fræsemaskiner, service, mekanik, måling, kontrolteknik



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Flytekniker

2 år 6 mdr - 6 år 6 mdr

Du får viden om og lærer at vedligeholde og reparere flymotorer, bremses, styresystemer, el- og navigationssystemer, stel, vinge, hale, ror og landingsstel.

NØGLEORD:

aerodynamik, motorerkendskab, flysystemer, instrumenter, fysik, matematik, elektronik



• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Forsyningsoperatør

2 år 6 mdr

Du lærer, hvordan strømmen produceres på forskellige måder, hvordan man overvåger og styrer el-nettet. Du lærer også, hvordan man vedligeholder og reparerer fejl på de transformatorstationer og kabler mv., som el-nettet består af.

NØGLEORD:

Anlægsstyring, overvågning, kabelmontage, teori, elnet, sikkerhed



• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Fotograf

5 år

På uddannelsen lærer du om teknikken bag billeder, og hvad de kan indeholde og udtrykke. Arbejdsområdet er meget bredt. Det kan fx være at lave reklame- og illustrationsbilleder, portrætfotos, luftfotos eller idéforslag og skitser til kunder.

NØGLEORD:

Lyssætning, stil, form, farve, design, storytelling, kvalitet, reklame, billedredigering, fotografisk udstyr



• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Garmester

4 år 8 mdr

På skolen lærer du at tilskære, slibe og polere alle typer glas. Du lærer også at sætte ruder i vinduer og døre, at udskifte bilruder og indramme billeder.

NØGLEORD:

Glasforarbejdning, plantegning, beregninger, materialeforståelse



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Grafisk tekniker

4 år

En grafisk tekniker står for produktionen af trykte materialer. Du lærer teknisk at tilrettelægge, kontrollere og gennemføre produktionen af trykt kommunikation.

NØGLEORD:

Tryk, print, digital trykteknik, kvalitet, materialekendskab, teknik, informationsteknologi, mekanik



• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Guld- og sølvsmedeuddannelsen

2 år 6 mdr - 4 år 6 mdr



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om metallerens egenskaber, og du lærer at bruge de rigtige værktøjer og maskiner til arbejdet. Derudover lærer du om form og formgivning og at lave arbejdstegninger, så du kan bearbejde og udsmykke metallet.

NØGLEORD:
Formgivning, tegning, illustration, metalkendskab, stil

• DIMENSIONERING • INGEN SKOLEOPLÆRING •

Havne- og terminaluddannelsen

2 - 3 år



På uddannelsen gennemgår du en lang række af de praktiske opgaver, der er på en havne- og terminalarbejdsplads: Håndtere, laste og stuve varer, gods og materialer i terminalen og på skibene.

NØGLEORD:
Kommunikation, materialehåndtering, samfundsfag, sikkerhed, IT, køreuddannelse, gaffeltruck

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Industrioperatør

2 år 6 mdr - 3 år 2 mdr



Du lærer om de forskellige typer maskiner og anlæg, der typisk styres gennem computere. Du lærer også at begå dig i fremstillingsproduktionen, om pakning af varer og lagerarbejde.

NØGLEORD:
Kvalitetskontrol, sikring, produktionsoverblik, overvågning af anlæg, arbejdsmiljø

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Industriteknikeruddannelsen

2 år 6 mdr - 6 år



MULIGHED FOR EUX
Uddannelsen dækker fag som fx fræsning og svejsning, men også mere teknologiske fag som programmering af computerstyrede maskiner (cnc) og produktudvikling.

NØGLEORD:
Materialelære, programmering, svejsning, computerstyring, måleteknik, teknologi

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Læs om at være på
industritekniker-udd.

SIDE 69

Karrosseriteknikeruddannelsen

4 år 6 mdr - 5 år



MULIGHED FOR EUX
En grundlæggende viden om at bygge og reparere karrosserier til personbiler, varevogne, lastvogne og busser. Du lærer at arbejde i forskellige materialer som stål, letmetal, aluminium og plast.

NØGLEORD:
Opretning, vurdering, reparation, miljø, førstehjælp, materialeforståelse

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Kranfører

3 år 6 mdr - 5 år



Du får en grundlæggende viden om transport af gods. Du lærer at håndtere og fragte gods på forsvarlig måde. Du lærer også at udføre kranarbejde af forskellig art.

NØGLEORD:
Lastning, transport, kranarbejde, arbejdsmiljø, energirigtig kørsel, teknik, sikkerhed

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Køletekniker

2 år 6 mdr - 4 år 6 mdr



En køletekniker kører oftest rundt til kunderne og opstiller og servicerer køleanlæg. Det kan være i dagligvarebutikker, kølebiler, frysehus eller fx på slagterier.

NØGLEORD:
Reparation, køleteknik, vedligeholdelse, kundeservice, materialeforståelse, anlæg

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Lager- og terminaluddannelsen

2 - 5 år



Du lærer at holde styr på et lager, bl.a. at modtage og udlevere varer. Du lærer at køre gaffeltruck – og samtidig får du undervisning i forskellige it-systemer.

NØGLEORD:
Køreuddannelse, IT-lagerstyring, arbejdsmiljø, sundhed, logistik, samarbejde

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Lastvognsmekaniker

2 år 6 mdr - 5 år

MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om at finde fejl og reparere eller udskifte dele på biler, der er gået i stykker eller har fået skader. Du lærer om alle typer biler med en totalvægt over 3.500 kg.



NØGLEORD:
Automekaniker, fejlfinding, styretøj, bremses, motorkendskab, reparation, kvalitetsstyring, detaljer

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Lufthavnsuddannelsen

3 år 6 mdr - 3 år 8 mdr

En lufthavnsoperatør laster og tømmer fly. På skolen lærer du om at transportere bagage til og fra fly samt om andre arbejdsopgaver i lufthavnen. Du lærer også at køre bl.a. gaffeltruck og at vedligeholde flyvepladser.



NØGLEORD:
Lufthavnssikkerhed, logistik, af-isning, specialkøretøjer, teknik, sikkerhed, arbejdsmiljø, vedligeholdelse

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Maritime håndværksfag

4 år 6 mdr

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om materialer og udstyr til både og skibe. Du lærer at bruge de rigtige værktøjer og maskiner til arbejdet. Derudover lærer du om form og design.

Læs om at være på
bådebygger-udd.

SIDE 10



NØGLEORD:
Bådebygger, sejlmager, tegning, iværksætteri, innovation, design, materialers egenskaber, reparation

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Maskinsnedker

2 år 6 mdr - 4 år 3 mdr

MULIGHED FOR EUX

Du lærer at planlægge og klargøre maskiner og materialer til produktion. Du skal betjene og vedligeholde maskinerne samt kende de nyeste teknikker til fremstilling af møbler, gulve og døre.



NØGLEORD:
Formgivning, konstruktion, måleteknik, digital tegning, programmering, robotteknologi, materialeforståelse

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Mediegrafiker

4 år 5 mdr

Uddannelsen giver en viden om de forhold, der har betydning for arbejdet med grafiske udtryk. Du lærer at planlægge, gennemføre og kontrollere dine opgaver. Du lærer også om billedbehandling, digital udprintning og kundekontakt.



NØGLEORD:
Design, grafik, billeder, kreativitet, illustrationer, tegning, formidling, trends, kundeservice

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Murer

3 år 11 mdr - 5 år

MULIGHED FOR EUX

På skolen lærer du om de forskellige slags sten og fliser samt hvordan du bygger et hus nøjagtigt efter en arbejdstegning. Du lærer også at støbe sokkel og gulv, at arbejde med tagsten, at pudse facader samt opsætte fliser på vægge eller gulve.



NØGLEORD:
Udendørs arbejde, mureteknik, miljø, tegningsforståelse, matematik, materialeforståelse

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Møbelsnedker og orgelbygger

3 år 9 mdr - 4 år 3 mdr

MULIGHED FOR EUX

Uddannelsen giver en grundlæggende viden om, hvordan man fremstiller produkter i træ. På skolen lærer du at vurdere og vælge de rigtige materialer, og du lærer at betjene og vedligeholde maskiner og værktøj.



NØGLEORD:
Matematikforståelse, formgivning, kreativitet, tegneprogram, trætypekendskab, maskinteknik

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Ortopædist

4 år 6 mdr

På skolen lærer du at lave bandager, krykker, kunstige arme og ben. En vigtig del af arbejdet går ud på at tilpasse protesen, som er af fx metal, plastik, træ eller læder til den enkelte bruger.



NØGLEORD:
Biomekanik, materialeforståelse, teknisk snilde, udvikling, matematik, kommunikation

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Overfladebehandler

2 år 6 mdr - 3 år 6 mdr



Uddannelsen giver viden om forsegling, lakering, galvanisering og metallisering, som er de tekniske metoder, der bruges til at styrke og rustbeskytte og give en pæn finish.



NØGLEORD:
Pulverlakering, skibsbehandling, tankanlæg, vindmøller, kemi, teknologi, miljø

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Personvognsmekaniker

2 år 6 mdr - 5 år



MULIGHED FOR EUX

På skolen lærer du en masse om biler og lærer at finde fejl og vedligeholde de mange dele. Du lærer at justere motorer, bremses og styretøj samt at finde og rette fejl på bilens elektriske systemer.



NØGLEORD:
Fejlfinding, styretøj, bremses, sikkerhed, miljø, el-biler, hybridbiler, reparation, motorkendeskab

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Plastmager

2 år 6 mdr - 5 år 6 mdr



MULIGHED FOR EUX

Meget af arbejdet handler om at betjene og overvåge de store produktionsmaskiner, der støber og forarbejder plasten. På skolen lærer du at lave alt i plastik fra små dimser til store både eller vinger til vindmøller.



NØGLEORD:
Produktionsprocesser, plastkendeskab, teknologi, udvikling, miljø, overvågning, maskinbetjening

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Procesoperatør

2 år 6 mdr - 5 år



MULIGHED FOR EUX

En procesoperatør arbejder med at fremstille produkter, som du kender fra din hverdag, fx mad, drikkevarer og medicin. Du lærer at finde og rette fejl på produktionsanlæg og at hjælpe med at forbedre produktionen.



NØGLEORD:
Kemi, processer, betjening af anlæg, produktionsanlæg, produktion, biologi, analyse, kvalitetskontrol

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Læs om at være på
procesoperatør-udd.

SIDE 26

Produktions- og montageuddannelsen

2 år 6 mdr



På uddannelsen lærer du at bygge produkter i hærdet plast. Det kan fx være vindmøllevinger, tanke og andre store emner. Afhængigt af dit speciale, lærer du at støbe og fremstille produkterne eller at sætte dem op og få dem til at virke. Det kan fx være at forbinde forskellige mekaniske og elektriske dele og måle, om de fungerer, som de skal.



NØGLEORD:
Vindmøller, operatør, plastmager, bådebygger, materialeforståelse, måleteknik, montage teknik, miljø

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Produktør

2 år



På uddannelsen lærer du at arbejde inden for industriproduktion. Du får kendskab til forskellige former for produktionsmaskineri og lærer at betjene maskinerne samt udføre mindre reparationsopgaver. Du lærer at arbejde ud fra kvalitetsparametre og bestemte produktionsmål.



NØGLEORD:
Dreje- og boretikker, slibning, polering, lager, maskinbetjening, logistik, reparation, proces

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Serviceassistent

2 - 2 år 6 mdr



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om professionel rengøring. Du lærer om vedligeholdelse og at udføre mindre reparationer. Desuden får du viden om at tilberede og anrette mad. Kunde betjening er også en del af uddannelsen.



NØGLEORD:
Rengøring, hygiejne, kundeservice, tilberedning, patienthåndtering, samfundsfag

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Sikkerhedsvagt

2 år 6 mdr



På skolen lærer du om det udstyr, man bruger for at forhindre brand, tyveri og hærværk. Som sikkerhedsvagt lærer du også at skrive rapporter om det arbejde, du laver. Du skal være fyldt 18 år for at få læreplads.



NØGLEORD:
Sikkerhed, overvågning, arbejdsmiljø, retsregler, personsikkerhed, dokumentation, konflikthåndtering

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Skibsmontør

3 - 5 år

MULIGHED FOR EUX



En skibsmontør arbejder med motorer og teknik på fx store fiskerbåde. På skolen lærer du at reparere og vedligeholde motorer, kraner og andet skibsudstyr. En vigtig del af arbejdet går ud på at kunne reparere skibet, imens det sejler. Som skibsmontør lærer du også at vedligeholde skibets køleanlæg, så fangsten holdes afkølet.



NØGLEORD:
Motorkendskab, reparation, svejsning, hydraulik, rørsystemer, søstærk

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Skiltetekniker

4 år 3 mdr - 4 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om farver, form og design. Du lærer om skiltes forskellige udtryk, virkemidler og funktion. Du lærer om typografiens skriftbilleder og om form og design af skilte i forskellige størrelser og materialer.



NØGLEORD:
Frihåndstegning, digital tegning, teknologi, design, farvelære, formater, materialelære

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Skorstensfejer

4 år 6 mdr



På skolen lærer du forskellige former for renseteknik. Du lærer også at forhindre brand. Du lærer at måle, kontrollere og godkende, at varmeanlæg, fyr og skorstene er i orden.



NØGLEORD:
Renseteknik, el-teknik, fyringsteknik, arbejde i højderne, miljø, kvalitetskontrol

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Smed

2 år 6 mdr - 5 år

MULIGHED FOR EUX



På skolen lærer du om de forskellige typer af metal, og hvordan de kan formes. En vigtig del af arbejdet går ud på at vælge det rette metal og den rette arbejdsteknik ved forskellige opgaver. Det kræver, at du som smed følger med i de nyeste teknikker. Som smed lærer du også at lime og svejse i plastik.



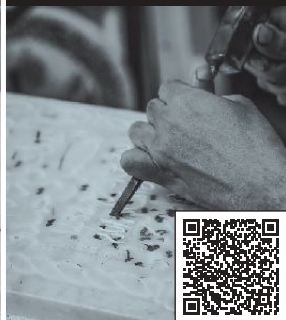
NØGLEORD:
Svejsning, bearbejdning, kvalitet, miljø, produktion, materialekendskab, arbejdsteknik

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Stenhugger og stentekniker

3 - 5 år

MULIGHED FOR EUX



En stenhugger kløver, hugger og tilpasser sten. På skolen lærer du om de forskellige stenarter. Du træner også i at hugge skrifttegn og udsmykke fx gravsten.



NØGLEORD:
Tegningslære, skrifttegn, materialelære, bearbejdningsteknik

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Stukkatør

4 år - 4 år 6 mdr



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om håndværkets muligheder for at udsmykke bl.a. vægge og lofter. Du lærer at udføre opgaver, der passer til bygningen. Du træner teknikker med især hammer, mejsel og spartel. Arbejdet kræver bygningshistorisk viden om fx slotte, godser og herskabslejligheder.



NØGLEORD:
Stukteknik, tegningslære, materialeforståelse, historie, stil

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Støberitekniker

2 år 6 mdr - 4 år



På skolen lærer du bl.a. at støbe skulpturer, skruer til skibe og store kedler. Du konstruerer en god støbeform af fx sand, som fyldes med flydende metal og afkøles. Som støberitekniker lærer du at slibe og pudse efter, så resultatet bliver flot og glat.



NØGLEORD:
Støbning, modelfremstilling, efterbehandling, sikkerhed, kvalitetskontrol

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Tagdækker

3 år 9 mdr



Du lærer, hvordan du lægger forskellige typer tage, vedligeholder og reparerer dem. Uddannelsen giver dig kendskab til materialer, konstruktioner og bygningsregler.



NØGLEORD:
Tegningsforståelse, udendørs arbejde, gasbrændere, sikkerhed, opmåling, teknologi, materialehåndtering

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Tandtekniker

3 - 4 år 6 mdr



MULIGHED FOR EUX

Tandproteser, broer og guld kroner m.m. Du arbejder med materialer som gips, guld, acryl og porcelæn. Arbejdet kræver teknisk snilde. Du lærer også at bruge computer og maskiner.

NØGLEORD:
Laboratorie, protesebearbejdning, kroner, broer, 3D-teknologi, detaljearbejde, tandregulering

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Teater-, event- og av-tekniker

2 år 6 mdr - 4 år 6 mdr



På uddannelsen arbejder du med de elementer, der skal bruges til udstillinger og teaterforestillinger. Du lærer fx at opsætte og nedtage udstyr. På skolen lærer du om sceneteknik og forberedelse af en udstilling eller en forestilling. Du skal være god til at samarbejde.

NØGLEORD:
Lys, lydteknik, produktionsteknik, teaterarbejde, kulisser, event, rekvisithåndtering, kvalitet

• DIMENSIONERING • MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Teknisk designer

3 år 6 mdr



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om planlægning af bygge- eller produktprojekter. Du lærer at undersøge, beregne, designe og konstruere. Du kan uddannes inden for industriel produktion eller bygge og anlæg.

NØGLEORD:
Tegningsforståelse, konstruktion, 3D-tegning, materialelære, visualisering

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Teknisk isolatør

3 år 9 mdr - 5 år



MULIGHED FOR EUX

En teknisk isolatør isolerer for kulde, varme, lyd og vibrationer. På skolen lærer du om forskellige materialer og måder at isolere på.

NØGLEORD:
Materialeforståelse, miljø, teknisk isoleringsarbejde, sikkerhed

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Togklargøringsuddannelsen

2 - 2 år 4 mdr



En vigtig del af arbejdet går ud på at kontrollere bremses, koble vogne og bremseslanger sammen og at efterse togene. Som togklargører lærer du også at udskifte slidte dele.

NØGLEORD:
Togklargøring, færden i spor, branchespecifikke systemer, godshåndtering, sikkerhed

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

Træfagenes byggeuddannelse (tømmer, gulvlægger, tækkemand)

4- 5 år



MULIGHED FOR EUX

På uddannelsen lærer du at bygge og arbejde med træ, men du lærer også at arbejde med forskellige andre byggematerialer, fx kork.

NØGLEORD:
Arbejds miljø, tegning, materialekendskab, opmåling, beregning, plantegninger

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Urmager

4 år 6 mdr



På skolen lærer du om de forskellige urværk, der findes i små og store ure. Du lærer også at udskifte nedslidte dele i digitale og mekaniske ure, så de bliver som nye.

NØGLEORD:
Elektronik, mekanik, detaljearbejde, salg, service, sprog, kvalitetskontrol

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •

Vejgodstransportuddannelsen

3 år 6 mdr - 5 år



Uddannelsen giver en grundlæggende viden om at køre, efterse og vedligeholde store køretøjer. Du lærer også om de forskellige love og regler, der skal overholdes, når gods skal transporteres i Danmark og udlandet.

NØGLEORD:
Logistik, selvstændighed, sprog, gaffeltruck, godshåndtering

• INGEN SKOLEOPLÆRING •

VVS-energiuddannelsen

4 år 3 mdr - 4 år 9 mdr

MULIGHED FOR EUX

Alt om rørinstallationer i beboelser og industri, som forsyner os med energi. Du får viden om gas- og vandinstallationer, centralvarmeanlæg og fx om olie- og gasfelter i Nordsøen. Du lærer at vejlede kunder om energibesparende løsninger.

NØGLEORD:

Vand, gas, varmeinstallationer, digital tegneteknik, kundeservice, kvalitetssikring

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •



Værktøjsuddannelsen

4 år 6 mdr - 5 år 6 mdr

MULIGHED FOR EUX

En værktøjstekniker eller værktøjsmager laver forme til produktion af plastik eller metaldele. På skolen lærer du at lave forme til fx dele til mobiltelefoner. Du lærer også at lave stanseværktøj ud af en stor metalplade.

NØGLEORD:

Bearbejdning, fremstilling, computerbetjente maskiner, teknisk formsprog, kommunikation, detaljeteknik

• MULIGHED FOR SKOLEOPLÆRING •



Webudvikler

2 år 3 mdr

På uddannelsen lærer du at arbejde med tekst, billeder, lyd, grafik og animation i forbindelse med både websider og samlede netløsninger.

NØGLEORD:

Webdesign, HTML, CSS, javascript, databasehåndtering, innovation, iværksætteri, front-end udvikling

• DIMENSIONERING • UDELUKKENDE SKOLEBASERET •



BESØG KARRIERE GUIDEN • NU



UDDANNELSER

Mød alle de forskellige ungdomsuddannelser – der er MANGE! Bliv klogere på dem gennem videoer.

KARRIEREKINO

Vi samler alle de gode videoer om job og uddannelse lige her! Vi opdaterer siden jævnligt med nye videoer!

HJEMMESIDER

Du kender sikkert UG.dk – men vidste du, at der findes mange andre gode hjemmesider om uddannelse? Vi har samlet dem til dig lige her!

KARRIEREGUIDEN

Ja selvfølgelig kan du også læse i Karriereguiden digitalt :-)

SPIL & DIALOG

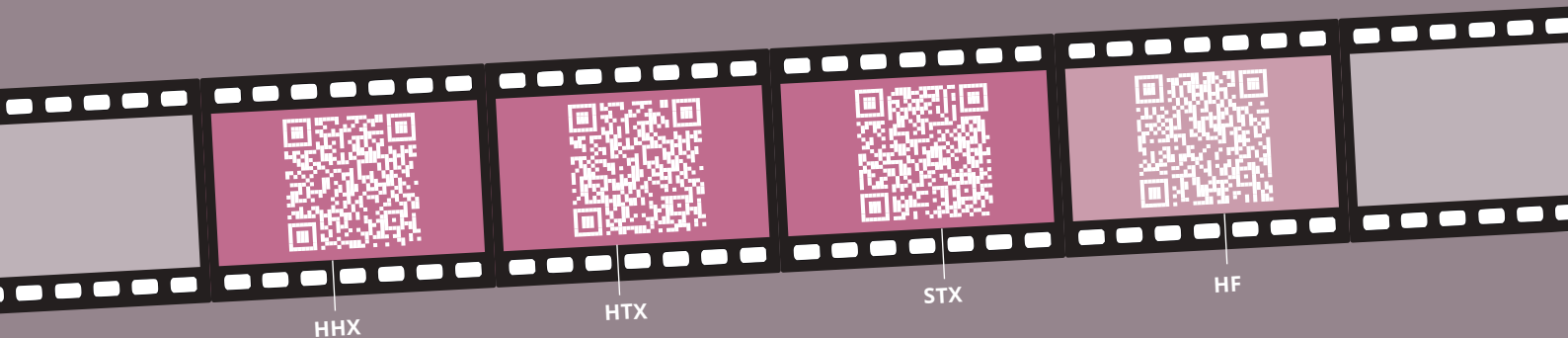
Har du godt styr på ungdomsuddannelser, job, styrker?! Hvad med introdukser, brobygning, erhvervspraktik? Test dig selv lige her!

PRAKTIKGALLERI

Hvad kan man egentlig lave når man er i erhvervspraktik?! Her viser andre unge et billede fra deres praktik! Du kan også dele et billede fra din praktik!

FÅ VEJLEDNING

Vi giver dig overblikket over hvem du skal kontakte, hvis du har brug for vejledning.



Mød de unge
på GYM

DE GYMNASIALE UDDAN- NELSER

De fire gymnasiale uddannelser

HHX, HTX, STX og HF har en hel del til fælles, men de har samtidig hver deres faglige profil og fokusområder. Fælles for dem alle er, at de forbereder dig til at søge ind på en videregående uddannelse.

Der vil være en del skriftlige opgaver i løbet af skoletiden, og du skal regne med at bruge meget tid på forberedelse og lektier.

OPBYGNING AF HHX, HTX, STX

De treårige gymnasiale uddannelser består af et grundforløb og et studieretningsforløb.

Du begynder HHX, HTX og STX med et 3 måneders grundforløb. Dette forløb skal bl.a. give dig forståelse for gymnasiets arbejdsmetoder samt præsentere dig for studieretningernes fagområder og fag samt for de videregående uddannelser, som studieretningerne er målrettede mod. **HHX, HTX og STX giver adgang til alle videregående uddannelser.**

Grundforløbet består også af undervisning i dansk, engelsk, matematik og samfundsfag samt i nogle af de studieretningsfag, som udbydes af det pågældende gymnasium. Undervisningen i studieretningsfagene vil give dig en grundlæggende indsigt i fagene, så du bliver klogere på, hvilken studieretning du skal vælge. Du vil også få vejledning undervejs i processen.

Ved grundforløbets afslutning vælger du studieretning. Den kommer til at danne grundlag for resten af uddannelsen, som man kalder studieretningsforløbet.

Et studieretningsforløb består af obligatoriske fag, studieretningsfag og valgfag i samspil med hinanden. Når du vælger studieretning, vælger du nogle fag, som du gerne vil fordybe dig i, og derved giver du din uddannelse et særligt fokus. Mange skoler arrangerer temadage og fællesarrangementer på tværs af klasser og årgange og tilbyder studiekredse og lektiecafé. På alle skoler kan du få vejledning, mens du går på skolen.

Valgfag og studieretninger er forskellige fra gymnasium til gymnasium, så du skal huske at undersøge, hvilke fag der udbydes, der hvor du overvejer at gå.

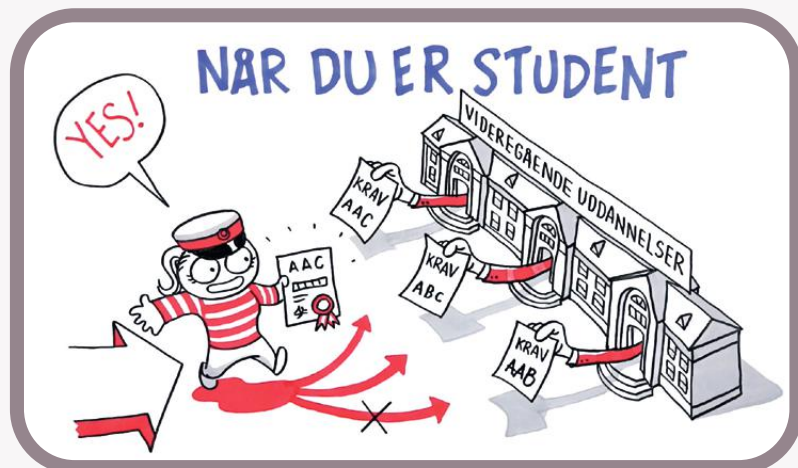
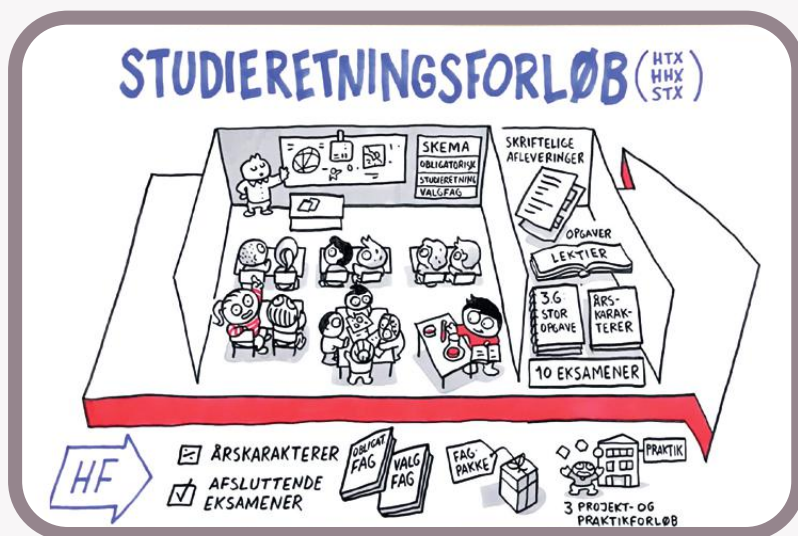
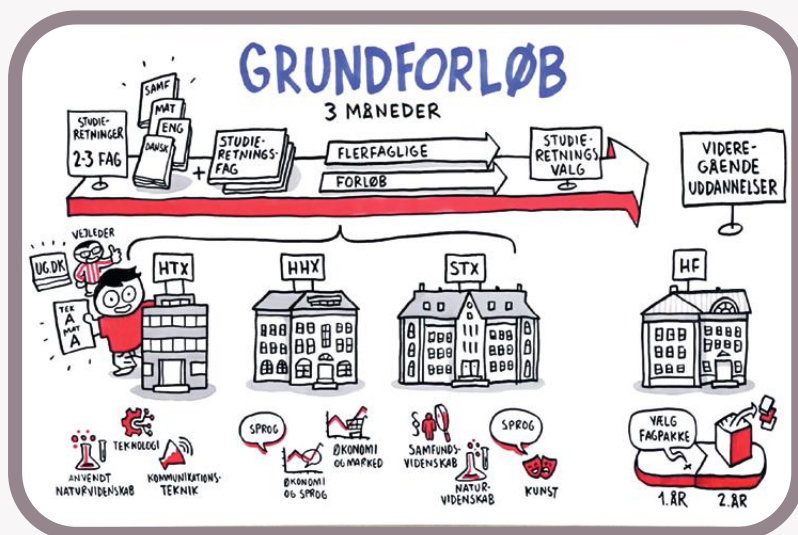
Bemærk, at der på mange videregående uddannelser er adgangskrav udover den adgangsgivende eksamen. Det kan f.eks. være krav om fag bestået på et vist gymnasialt niveau (A,B eller C) eller fag bestået med en vis minimumskaraktér.

OPBYGNING AF HF

Den toårige HF er opdelt i fire semestre på hvert ½ år. De første to semestre har du et fastlagt skema sammen med resten af din klasse.

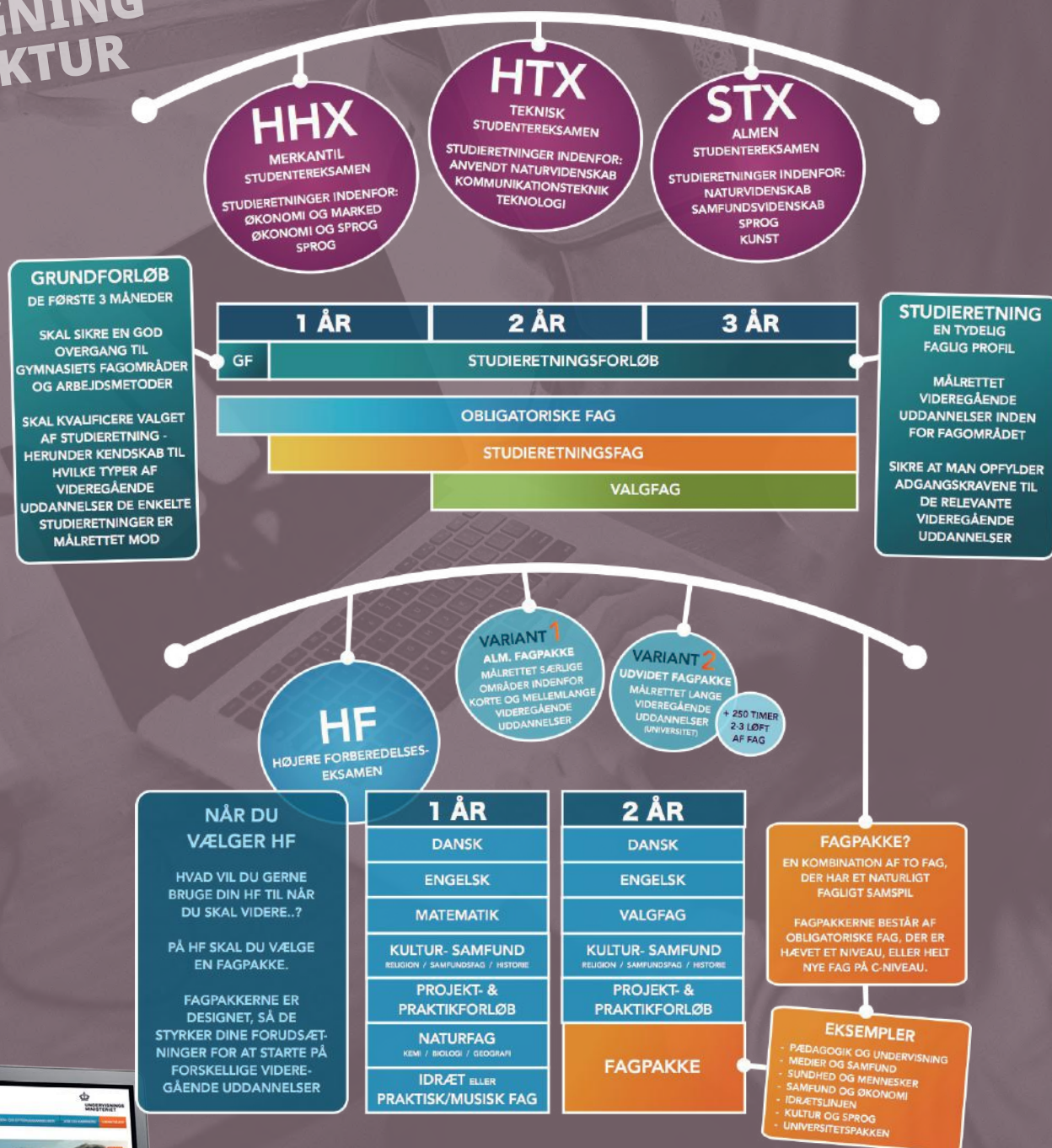
De obligatoriske fag fylder størstedelen af tiden, men du arbejder også med projekt- og praktikperioder, som skal hjælpe dig med at vælge den fagpakke og de valgfag, som du skal have på de to sidste semestre.

Se mere på ug.dk og uddannelsesstedernes egne hjemmesider.



Måske kan du genkende tegningerne? De stammer fra den lille tegnefilm: "Din nye hverdag på en gymnasial uddannelse". Peg mobilkameraet på koden og se den her

OPBYGNING & STRUKTUR



MIN GYMNASIEVEJ

På ug.dk kan du med værktøjet "Min gymnasievej" vælge 5 fag fra listen over alle obligatoriske fag på alle gymnasiale uddannelser.

Når du klikker på fortsæt, ser du, hvilken gymnasial uddannelse der giver dig flest af de fag, du har valgt.

Derefter kan du læse mere om den uddannelse, du er interesseret i. Prøv værktøjet flere gange, hvor du vælger en ny kombination af fag hver gang.

ADGANGSKORTET

Prøv kræfter med "Adgangskortet" på ug.dk.

Her kan du se alle de videre gående uddannelser, som en given kombination af fag og niveauer på din ungdomsuddannelse giver adgang til.



DE OBLIGA TORISKE FAG & NIVEAUER

Fagene i de gymnasiale uddannelser kan læses på A, B og C niveau, hvor A er det højeste niveau. Nogle fag vælger du selv gennem valg af studieretningsfag og valgfag, men størstedelen af dine fag er obligatoriske.

Når du har afsluttet din ungdomsuddannelse, kan dine fag og fagenes niveauer have betydning for, om du opfylder de specifikke adgangskrav, du møder på nogle af de videregående uddannelser.

HHX VARIGHED: 3 ÅR	HTX VARIGHED: 3 ÅR	STX VARIGHED: 3 ÅR	HF VARIGHED: 2 ÅR
Dansk A	Dansk A	Dansk A	Dansk A
Engelsk A	Engelsk B	Engelsk B	Engelsk B
Matematik* B	Matematik B	Matematik* B	Matematik C
2. fremmedsprog A B		2. fremmedsprog A B	
Samfundsfag C	Samfundsfag C	Samfundsfag C	Samfundsfag C
Historie B	Idéhistorie B	Historie A	Historie B
	Fysik B	Fysik C	
	Kemi B	To af følgende fag: Kemi, biologi, Informatik eller naturgeografi C	Kemi C
	Biologi C		Biologi C
			Geografi C
	Kommunikation/IT eller Informatik C		
Afsætning B		Religion C	Religion C
Virksomheds- økonomi B	Teknologi B	Idræt C	Idræt eller et kunstnerisk fag C
International økonomi B	Teknikfag A	Kunstnerisk fag C	
Informatik C		Oldtidskundskab C	
Erhvervsjura C			

* Elever med mange sprogfag på HHX og STX, vil kunne afslutte matematik på C-niveau.

OPTAGELSESPRØVE

Hvis du ikke opfylder de formelle adgangskrav til de gymnasiale uddannelser, kan du komme til en skriftlig optagelsesprøve i fagene dansk/matematik/engelsk/fysik-kemi. Du bliver automatisk inviteret til optagelsesprøven.

Bemærk, at hvis du ikke opfylder kravene til HF efter 9. klasse, er der ikke mulighed for optagelsesprøve til denne ungdomsuddannelse.

ANSØGNING TIL HHX, HTX, STX, HF

Senest 1. marts skal du søge digitalt med Undervisningsministeriets ansøgnings-skema på **optagelse.dk**. Dine forældre skal underskrive ansøgningen med MitID.

Bemærk: Vælger du HHX, skal du vælge, hvilket 2. fremmedsprog du ønsker.

Vælger du STX, skal du også vælge 2. fremmedsprog samt et kunstnerisk fag.

På HTX skal du ikke på forhånd vælge nogle fag.

Du skal selv lave din ansøgning færdig med dine forældre, men din uddannelsesvejleder kommer ud i din klasse og hjælper alle i gang med at bruge optagelse.dk.

Optagelse > dk

HVIS DU FÅR BRUG FOR AT LAVE ET UDDANNELSESSKIFT

Hvis du er optaget på en af uddannelserne HHX, HTX eller STX, har du senest ved afslutningen af grundforløbet mulighed for at skifte mellem de nævnte uddannelser.

Du har imidlertid ikke krav på at blive optaget på en bestemt skole eller i en bestemt studieretning.

Hvis du er bagud i visse fag på den nye uddannelse, må du selv indhente de manglende færdigheder.

Bemærk: Ved uddannelsesskift skal du selv henvende dig på det gymnasium, du ønsker at skifte til.



HAR DU STYR PÅ ADGANGSKRAVENE?

TJEKLISTE HHX, HTX OG STX

- ☐ Jeg har opnået et gennemsnit på mindst 5 i standpunktskarakterer
- ☐ Jeg søger om optagelse rettidigt og i umiddelbar forlængelse af 9. klasse/10. klasse
- ☐ Jeg har modtaget prøveforberedende undervisning i 2. fremmedsprog (fx tysk eller fransk) frem til og med 9. klasse
- ☐ Jeg går op i de obligatoriske afgangsprøver i 9./10. klasse
- ☐ Jeg består grundskolens afgangseksamen (dvs. jeg opnår mindst 2,0 i gennemsnit af alle mine prøvekarakterer)

TJEKLISTE HF

- ☐ Jeg har opnået et gennemsnit på mindst 4 i standpunktskarakterer
- ☐ Jeg søger om optagelse rettidigt og i umiddelbar forlængelse af 9. klasse/10. klasse
- ☐ Jeg har modtaget prøveforberedende undervisning i 2. fremmedsprog (fx tysk eller fransk) frem til og med 9. klasse
- ☐ Jeg går op i de obligatoriske afgangsprøver i 9./10. klasse
- ☐ Jeg består grundskolens afgangseksamen (dvs. jeg opnår mindst 2,0 i gennemsnit af alle mine prøvekarakterer)



Få et overblik over alle adgangskravene lige her.

► **Kontakt din uddannelsesvejleder på skolen for mere information**

HVILKEN GYMNASIAL RETNING SKAL JEG VÆLGE?

Overvejer du at gå i gang med en gymnasial uddannelse? Så skal du først og fremmest bruge tid på at være nysgerrig! Kan du svare på disse spørgsmål:

- Hvilken gymnasial retning rammer bedst mine faglige interesser?
- Hvilket gymnasium har et studiemiljø, som passer godt til mig?
- Kan jeg få de fag, jeg gerne vil have og skal bruge for at komme videre til det, jeg ønsker?
- Hvilke obligatoriske fag skal jeg have?
- Hvilke studieretninger/fagpakker kan jeg få der, hvor jeg søger?
- Hvad ser jeg som mest interessant, ved den gymnasiale retning, jeg søger?
- Hvilke af mine styrker kan jeg få i spil på den gymnasiale retning, jeg søger?



Hvornår søger jeg ind,
hvis jeg skal et år til
udlandet først?

Hvilke
adgangskrav
er der?

Hvordan søger
jeg ind?

Hvordan
fordeles
pladserne?

**FÅ SVAR
PÅ DE MEST
ALMINDELIGE
SPØRGSMÅL**



**OM OPTAGELSE
PÅ EN
GYMNASIAL
UDDANNELSE**

Hvornår får jeg svar
på min ansøgning?

Hvad nu hvis jeg ikke
opfylder adgangskravene?

► ... eller spørg
din uddannelses-
vejleder!



HHX PÅ UG.DK



HHX STUDIERETNINGER



VIDEO OM HHX

Læs om at være på

HHX

SIDE 16, 51, 68

Merkantil studentereksamen



DE OBLIGATORISKE FAG

Dansk A + Engelsk A + Virksomhedsøkonomi B + Afsætning B
+ Historie B + International økonomi B + Matematik B* + Erhvervsjura C
+ Informatik C + Samfundsfag C

**Elever med mange sprogfag vil kunne afslutte matematik på C-niveau*

Studieområdet:

Gennemførelse af syv fastlagte forløb med forskellige fagkombinationer, der afsluttes med et studieområdeprojekt.

På 2. årgang arbejdes der med en erhvervs-case.

GRUNDFORLØBET – 3 MDR.

Dansk + Engelsk + Matematik
+ Samfundsfag + 2. fremmedsprog + Almen sprogforståelse
+ Virksomhedsøkonomi + Afsætning + Økonomisk grundforløb

STUDIERETNINGS- FORLØB

Tre fag: Et A-fag, 1 B- eller A-fag, evt. et ekstra A, B eller C-fag – brug QR-koden øverst på siden for at læse mere

VALGFAG

Du har valgfag på 2. og 3. år. Læs mere på gymnasiets hjemmeside.

På HHX undervises du især i fag inden for virksomheds- og samfundsøkonomiske fagområder i kombination med fremmedsprog og andre almene fag. Du kan starte efter 9. klasse, og uddannelsen varer tre år. Formålet med en HHX er, at du bagefter kan søge optagelse på en videregående uddannelse.



OM UDDANNELSEN

Det merkantile gymnasium er en internationalt orienteret uddannelse. Du kommer både til at arbejde selvstændigt og til at løse opgaver sammen med andre.



PÅ GRUNDFORLØBET...

indgår der to undervisningsforløb, hvor du kommer til at beskæftige dig med de faglige hovedområder, din uddannelse byder på. Det er et **økonomisk grundforløb** og et forløb, der omhandler **almen sprogforståelse**.



STUDIERETNINGER...

Studieretningerne er organiseret inden for hovedområderne:

- Økonomi og marked
- Økonomi og sprog
- Sprog

Skolerne har mulighed for at udbyde en række forskellige studieretninger. Der er fastlagt i alt 13 forskellige studieretninger inden for HHX.

Der vil være forskel på, hvilke retninger de enkelte gymnasier kan tilbyde dig, så **husk at klikke dig ind på de enkelte gymnasiers hjemmeside for at finde mere info om deres studieretninger.**



STUDIEOMRÅDE- PROJEKT (SOP)

I 3.g skal du udarbejde et studieområdeprojekt, hvor flere fag integreres, i forhold til det emne du har valgt. Projektet afsluttes med en obligatorisk prøve, der både rummer vurdering af den skriftlige besvarelse og en tilhørende mundtlig eksamination. Resultatet af den mundtlige prøve kommer til at tælle med i dit samlede eksamensresultat.



EKSAMEN

I hvert skoleår er der både mundtlige og skriftlige eksaminer. I løbet af uddannelsen skal du til mindst 10 prøver, der alle tæller med i dit samlede eksamensresultat. Nogle vil være obligatoriske, fx skriftlig dansk og økonomisk grundforløb, og andre vil blive udtrukket.

Når du har bestået din HHX-eksamen, får du et samlet eksamensbevis, hvori dit gennemsnit står. **Du kan ikke senere forbedre dit gennemsnit.**

Læs om at være på
HTX

SIDE 12, 44

Teknisk studentereksamen

HTX



HTX PÅ UG.DK



HTX STUDIERETNINGER



VIDEO OM HTX

På HTX har du tekniske og naturvidenskabelige fag kombineret med andre almene fag. Du kan starte efter 9. klasse, og uddannelsen varer tre år. Formålet med en HTX er, at du bagefter kan søge optagelse på en videregående uddannelse.



OM UDDANNELSEN

På det tekniske gymnasium får du både undervisning i almene fag og i fag, der handler om teknik, teknologi samt kommunikation og it. Særligt for undervisningen på HTX er, at du får lejlighed til at afprøve en del af den teoretiske undervisning i værksteder og laboratorier. Desuden foregår en stor del af arbejdet som gruppe- og projektarbejde.



PÅ GRUNDFORLØBET...

indgår der to undervisningsforløb, hvor du kommer til at beskæftige dig med de faglige hovedområder, din uddannelse byder på. **Det naturvidenskabelige grundforløb** bruges til at undersøge og forklare naturvidenskabelige sammenhænge ud fra fag som matematik, fysik, kemi og biologi. Grundforløbet **Produktudvikling** arbejder med teknologiske løsninger på samfundsmæssige problemer ud fra fag som teknologi, teknikfag og samfundsfag.



STUDIERETNINGER...

Studieretningerne er organiseret inden for hovedområderne:

• Anvendt naturvidenskab

• Teknologi

• Kommunikationsteknik

Skolerne har mulighed for at udbyde en række forskellige studieretninger. Der er fastlagt i alt 18 forskellige studieretninger inden for HTX.

Der vil være forskel på, hvilke retninger de enkelte gymnasier kan tilbyde dig, så **husk at klikke dig ind på de enkelte gymnasiers hjemmeside for at finde mere info om deres studieretninger.**



STUDIEOMRÅDE-PROJEKT (SOP)

I 3.g skal du udarbejde et studieområdeprojekt, hvor flere fag integreres. Projektet afsluttes med en obligatorisk prøve, der både rummer vurdering af den skriftlige besvarelse og en mundtlig eksamination. Resultatet af den mundtlige prøve kommer til at tælle med i dit samlede eksamensresultat.



EKSAMEN

I hvert skoleår er der både mundtlige og skriftlige eksaminer. I løbet af uddannelsen skal du til mindst 10 prøver, der alle tæller med i dit samlede eksamensresultat. Nogle vil være obligatoriske, fx skriftlig dansk og produktudvikling, og andre vil blive udtrukket. Når du har bestået din HTX-eksamen, får du et samlet eksamensbevis, hvori dit gennemsnit står. **Du kan ikke senere forbedre dit gennemsnit.**

DE OBLIGATORISKE FAG

Dansk A + Teknik A + Engelsk B
+ Matematik B + Fysik B + Kemi B
+ Teknologi B + Idéhistorie B
+ Biologi C + Kommunikation/it C
+ Samfundsfag C

Ét af fagene:

• Byggeri og energi • Udvikling og produktion • Proces, levnedsmiddel og sundhed • Digital design og udvikling

Studieområdet:

faglig og tværfaglig undervisning i teknologi, naturvidenskab, idéhistorie og dansk.

GRUNDFORLØBET - 3 MDR.

Dansk + Engelsk + Matematik
+ Kommunikation + Samfundsfag
+ Naturvidenskabeligt grundforløb + Produktudvikling
+ Nogle studieretningsfag
+ Evt. 2. fremmedsprog

STUDIERETNINGSFORLØB

To fag på A-niveau samt evt. et ekstra A, B eller C-fag
– brug QR-koden øverst på siden for at læse mere

VALGFAG

Du har valgfag på 2. og 3. år.
Læs mere på gymnasiets hjemmeside.



STX PÅ UG.DK



STX STUDIERETNINGER



VIDEO OM STX

Læs om at være på
STX

SIDE 20, 52

Almen studentereksamen

STX

På STX har du en bred vifte af fag inden for samfundsvidenskab, naturvidenskab og humanistiske fag. Du kan starte efter 9.klasse, og uddannelsen varer tre år. Formålet med en STX er, at du bagefter kan søge optagelse på en videregående uddannelse.



OM UDDANNELSEN

På det almene gymnasium får du undervisning i en bred og almen fagrække inden for både naturvidenskab, sprog, kultur- og samfundsforhold. Du lærer at gå i dybden med fagene, du lærer at tilegne dig ny viden, og du lærer at forholde dig kritisk til denne viden.



PÅ GRUNDFORLØBET...

vil du også blive undervist i **almen sprogforståelse**, hvor man bl.a. ser på, hvordan sprogene hænger sammen, og hvordan vi kommunikerer med hinanden. Du deltager også i et **naturvidenskabeligt grundforløb**, hvor du bl.a. kommer til at gennemføre praktiske undersøgelser, både i laboratoriet og i naturen.



STUDIERETNINGER...

Studieretningerne er organiseret inden for hovedområderne:

- **Naturvidenskab**
- **Samfundsvidenskab**
- **Sprog**
- **Kunst**

Skolerne har mulighed for at udbyde en række forskellige studieretninger.

Der er fastlagt i alt 18 forskellige studieretninger inden for STX.

Der vil være forskel på, hvilke retninger de enkelte gymnasier kan tilbyde dig, så **husk at klikke dig ind på de enkelte gymnasiers hjemmeside for at finde mere info om deres studieretninger.**



STUDIERETNINGS-PROJEKT (SRP)

I 3.g skal du udarbejde et studieretningsprojekt i forhold til det emne, du har valgt.

Projektet skal som udgangspunkt skrives i to fag, hvoraf mindst et fag skal være på A-niveau, og mindst et fag skal være et studieretningsfag. Projektet afsluttes med en obligatorisk prøve, der både rummer vurdering af den skriftlige besvarelse og en tilhørende mundtlig eksamination. Resultatet af den mundtlige prøve kommer til at tælle med i dit samlede eksamensresultat.



EKSAMEN

I hvert skoleår er der både mundtlige og skriftlige eksamener. I løbet af uddannelsen skal du til mindst 10 prøver, der alle tæller med i dit samlede eksamensresultat. Nogle vil være obligatoriske, fx skriftlig dansk og almen sprogforståelse, og andre vil blive udtrukket. Når du har bestået STX-eksamen, får du et samlet eksamensbevis, hvori dit gennemsnit står. **Du kan ikke senere forbedre dit gennemsnit.**

DE OBLIGATORISKE FAG

Dansk A + Historie A + Engelsk B
+ Matematik B* + Idræt C
+ Religion C + Oldtidskundskab C
+ Fysik C + Samfundsfag C
+ Kunstnerisk fag C

**Elev er med mange sprogfag vil kunne afslutte matematik på C-niveau*

Vælg to af disse:

- Biologi C • Kemi C
- Naturgeografi C • Informatik C

+ mindst ét af disse:

- Biologi B • Fysik B
- Kemi B • Naturgeografi B
- Informatik B

Og fremmedsprog: Fortsætter B/A eller begynder A

GRUNDFORLØBET 3 MDR.

Dansk + Engelsk + Matematik
+ Samfundsfag + Idræt
+ 2. fremmedsprog + Naturvidenskabeligt grundforløb
+ Almen sprogforståelse
+ Ét kunstnerisk fag

STUDIERETNINGS- FORLØB

To-tre studieretningsfag og studieretningsprojekt på 3. år
– brug QR-koden øverst på siden for at læse mere

VALGFAG

Du har valgfag på 2. og 3. år.
Læs mere på gymnasiet's hjemmeside.

Højere forberedelseksamen

HF

Læs om at være på
HF

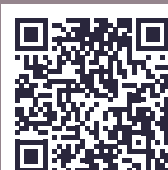
SIDE 37



HF PÅ UG.DK



OM HF SØFART



VIDEO OM HF

På HF introduceres du for en vifte af fag inden for samfundsvidenskab, naturvidenskab og humanistiske fag. Du kan starte efter 9. klasse, og uddannelsen varer to år. Formålet med en HF er, at du bagefter kan søge optagelse på en kort eller mellemlang videregående uddannelse.



OM UDDANNELSEN

HF er en almen gymnasial uddannelse, der er praksis- og professionsorienteret og indeholder både obligatoriske fag, valgfag og fagpakker.

HF er opdelt i fire semestre, hvor du gradvist bliver afklaret i forhold til dit valg af fagpakke, valgfag og din videre uddannelse. Første og andet semester består mest af undervisning i de obligatoriske fag. I nogle tilfælde vil du have mulighed for at begynde på et valgfag i andet semester. Efter hvert semester afslutter du mindst et fag, med mindre du vælger at hæve faget til et højere niveau i næste semester. Fx fra C-til B-niveau.



PROJEKT- OG PRAKTIKFORLØB

Fagene på uddannelsen vil være orienteret mod de videregående uddannelser og de job, som uddannelsen til den to-årige HF-uddannelse forbereder dig til. Det vil bl.a. ske gennem en række projekt- og praktikforløb, hvor du skal løse konkrete problemstillinger knyttet til dine fag og faggrupper, fx med et praktikforløb på en arbejdsplads.



VÆLG EN FAGPAKKE

Inden tredje semester skal du vælge en fagpakke, hvor du målretter din uddannelse med henblik på et særligt område af videregående uddannelser. Der findes to typer af fagpakker:

Fagpakker uden overbygning er målrettet erhvervsakademi- eller professionsbacheloruddannelser inden for områder som eksempelvis sundhed og undervisning/pædagogik, it, teknik, erhvervsøkonomi eller finansøkonomi.

Fagpakker med overbygning skal du vælge, hvis du ønsker at læse videre på en universitetsuddannelse. Den kaldes også for udvidet fagpakke, da den udover de fag og niveauer, som den almindelige fagpakke indeholder, også kræver, at du gennemfører to eller tre løft af niveau i fag. Der kan være forskellige bindinger mellem hvilke fag, du har mulighed for at løfte i niveau. Er du interesseret i at vide mere om valg af fagpakke, så prøv at kontakte det uddannelsessted, hvor du overvejer at påbegynde din HF.



EKSAMEN

Den 2-årige HF adskiller sig fra de 3-årige gymnasiale uddannelser ved, at der ikke gives standpunktskarakterer. Du afslutter i stedet for med eksamen i alle fag. Det vil sige, at der i hvert skoleår er både mundtlige og skriftlige eksamener. Når du har bestået HF-eksamen, får du et samlet eksamensbevis, hvori dit gennemsnit står. **Du kan ikke senere forbedre dit gennemsnit.**



HF ENKELTFAG

Fagene fra HF kan også tages som enkeltfag. Du kan tidligst blive optaget på HF-enkeltfag et år efter, at du har afsluttet 9. eller 10. klasse. Hvert fag varer gennemsnitligt ½-1 år.



SÆRLIGE FORHOLD

HF-søfart udbydes på Svendborg Søfartsskole, Navigationsskolen i Marstal og på Martec, Frederikshavn/Skagen.

DE OBLIGATORISKE FAG

Dansk A + Engelsk B

1. års obligatorisk:

Matematik C + et obligatorisk valgfag + et kreativt fag

Kultur-Samfund:

• Religion • Samfundsfag • Historie

Ét af de kreative fag:

• Musik • Drama • Billedkunst
• Idræt • Mediefag mv.

Projekt- og praktikforløb

FAGPAKKER

2 - 4 valgfag med en af
niveau kombinationerne:

• B - B eller ét valgfag + • B - C

VALGFAG

Kultur- og samfundsfaggruppe:

• Historie B • Samfundsfag C
• Religion C

Naturvidenskabsfaggruppe:

• Biologi C • Kemi C • Geografi C

FORBEREDENDE GRUNDUDDANNELSE

Læs om at være på
FGU

SIDE 46

Du har mulighed for at starte på en forberedende grunduddannelse efter grundskolen, hvis du endnu ikke er parat til at starte på en ungdomsuddannelse. Det kan være af faglige, personlige eller sociale grunde. Du skal dog først forbi din uddannelsesvejleder og have lavet en målgruppevurdering og en uddannelsesplan.

Du kan tage den forberedende grunduddannelse på en FGU-skole i dit lokale FGU-område. FGU er opdelt i **tre spor**: almen grunduddannelse (**AGU**), produktionsgrunduddannelse (**PGU**) samt erhvervsgrunduddannelse (**EGU**). Du starter på det niveau af uddannelsen, som passer til dine behov og forudsætninger. FGU kan vare op til 2 år, uanset hvilket spor du ønsker, men længden af uddannelsen vil blive tilpasset de kompetencer, du allerede har. Det vil sige, at den også kan være kortere.

Du har mulighed for at få et afsøgningsforløb. Det kan bruges til at afklare hvilket spor, der er relevant for dig.

Der er løbende optag på FGU-uddannelsen.

Som elev på FGU får du det, der hedder **skoleydelse**. Ydelsen varierer alt efter, hvor du bor, og om du bor hjemme eller for dig selv. Har du børn, kan du få et til-læg. Den svarer ca. til, hvad du får på SU.

TEMAER

Skolerne kan have værksteder inden for følgende 12 faglige temaer:

- Omsorg og sundhed
- Handel og kundeservice
- Musisk og kunstnerisk produktion
- Turisme, kultur og fritid
- Mad og ernæring
- Miljø og genbrug
- Jordbrug, skovbrug og fiskeri
- Byg, bolig og anlæg
- Kommunikation og medier
- Motor og mekanik
- Industri (plast, metal mm)
- Service og transport

HVEM KAN KOMME PÅ FGU?

Hvis du er under 25, og

- 1.** du er vurderet i målgruppen af din uddannelsesvejleder i kommunen, og du i øvrigt kan profitere af uddannelsen.
- 2.** du er færdig med grundskolen eller har modtaget undervisning i samme omfang.
- 3.** du ikke er optaget på en ungdomsuddannelse og heller ikke har gennemført en ungdomsuddannelse.
- 4.** du ikke er i arbejde i mere end 20 timer om ugen.

ALMEN GRUNDUDDANNELSE er for dig, som gerne vil forbedre dig i et eller flere boglige fag for at søge ind på en ungdomsuddannelse som f.eks. HF/EUD/EUX. Du vil kunne afslutte med eksamen, som kvalificerer dig til optagelse.

PRODUKTIONSGRUNDUDDANNELSE er for dig, der godt kan lide praktisk arbejde, men også gerne vil forbedre dig i dansk og matematik. Du lærer bedst, når læring kobles sammen med praktiske aktiviteter.

Formålet med uddannelsen er, at du får gode arbejdsvaner, udvikler evner og muligheder for senere at kunne starte på en EUD eller få et ufraglært job.

ERHVERVSGRUNDUDDANNELSE er for dig, som har behov for at udvikle praktiske færdigheder og kendskab til arbejdsfunktioner i en virksomhed. På EGU er du i praktik i en virksomhed det meste af tiden og lærer at indgå i dagligdagen på en almindelig arbejdsplads.

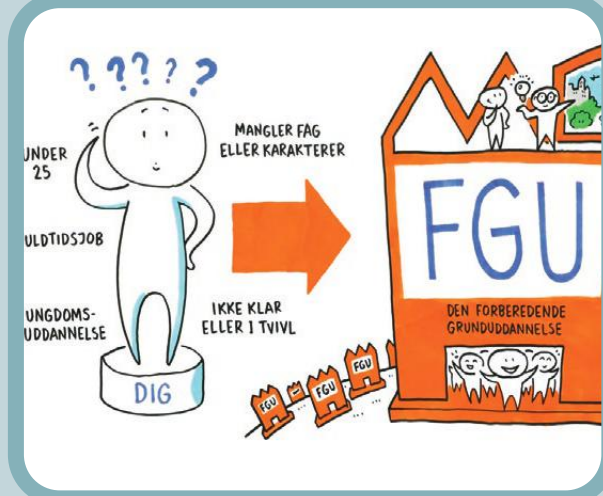
Med en EGU bliver du kvalificeret til at fortsætte som ufraglært i et job inden for et af de områder, du har arbejdet med. Du kan også vælge at fortsætte på en erhvervsuddannelse.

HVORNÅR KAN DU STARTE?

Der er løbende optag til alle spor. Men af og til kan du opleve ventetid på den ønskede linje (og vil blive tilbudt at begynde på en anden, indtil der er plads eller begynde senere).



Scan QR-koden og se den lille film om FGU



STU

Særligt Tilrettelagt Ungdomsuddannelse



Den 3-årige ungdomsuddannelse for unge med særlige behov, STU, kan på baggrund af en målgruppevurdering tilbydes unge udviklingshæmmede og andre unge med særlige behov, der ikke har mulighed for at gennemføre en ordinær ungdomsuddannelse.

Den kommunale uddannelsesvejledning giver den unge vejledning. I samarbejde med den unge og familien skal der laves en indstilling, som skal godkendes af kommunen. Den unge og forældrenes/værgens ønsker skal tages med i betragtning i planlægningen af et STU-tilbud, men det er kommunen, der i sidste ende beslutter, hvilket STU-tilbud, der tilbydes.

Ungdomsuddannelsen skal være et planlagt og koordineret forløb, og der skal sigtes mod progression i den enkelte unges udvikling. Der skal fokuseres på den unges potentialer i forhold til eventuel videre uddannelse og beskæftigelse.

TAMU er et erhvervsrettet uddannelsesforløb for unge mellem 18 og 30 år, som har særlige tilpasningsvanskeligheder og er uden reel tilknytning til arbejdsmarkedet. Det er en joborienteret uddannelse, hvor den unge får træning i at indgå på arbejdsmarkedet og opbygger social handledygtighed. Forløbet varer minimum 34 uger, og den unge lærer gennem praktisk arbejde med f.eks. landbrug, service, kundepleje eller på værksteder, og ligner den hverdag, den unge vil møde på arbejdsmarkedet. Arbejdstiden er 37 timer om ugen og under uddannelsen modtager den unge en godtgørelse svarende til højeste dagpengesats. 15 % af denne er en arbejdsbonus, der udbetales, når undervisnings- og arbejdstiden overholdes. Uddannelsen afsluttes med et bevis som beskriver den unges faglige, personlige og sociale kompetencer, og med et uddannelsesbevis fra TAMU, vil den unge stå stærkere i forhold til ufaglærte jobs. Hvis den unge er uden bolig eller har langt til TAMU, er der mulighed for at bo på skolen.

TAMU



IGU

Integrations Grund Uddannelse



Uddannelsen varer to år, og er en forsøgsordning etableret i 2022, for flygtninge og familiesammenførte til flygtninge. Ordningen er videreført til medio 2025. Målet med uddannelsen er at sikre mulighed for arbejde og opkvalificering. Uddannelsen foregår i en virksomhed med løn, hvor der er praktisk oplæring på arbejdspladsen og desuden en skoledel i min. 20 uger, som kan være undervisning i dansk.

OM UDDANNELSEN

Er man i alderen 18-40 år og har haft folkeregisteradresse i Danmark i maksimalt fem år, kan man starte på uddannelsen. Der er desuden en række specifikke krav til opholdstilladelsen. Der stilles ingen sproglige krav inden IGU-forløbets start.

Et IGU-forløb aftales direkte mellem borgeren og virksomheden og dermed, som udgangspunkt, uden medvirken fra offentlige myndigheder. En aftale om et IGU-forløb kan indgås med såvel en privat som en offentlig virksomhed. I samarbejde med udlændingen skal virksomheden indgå en skriftlig aftale om, hvad uddannelsen skal indeholde, og dermed bliver den individuelt tilrettelagt. Der kan tages kontakt til kommunens jobcenter for mere information om uddannelsen.

ANDRE UDDANNELSER

Er der en fisker
gemt i dig? Er du født
billedkunstner eller
musiker? Dyrker du
elitesport – eller noget
helt femte?

Der er mange mulig-
heder for at uddanne
sig individuelt, som ikke
lige følger de traditio-
nelle veje – heldigvis!

Se mulighederne
her...

Læs om at være på
fri fagskole

SIDE 48

EFTERSKOLER

Efterskoler er for unge mellem 14 og 18 år.
Et efterskoleophold varer et helt skoleår,
typisk 42 uger, og du bor på efterskolen
sammen med de øvrige elever.

Fællesskab, fordybelse og dannelse er nøgleord
for et efterskoleophold. Du kan få undervisning i
skolefag, der svarer til 8., 9. og 10. klasse i folkeskolen
samt en lang række kreative eller praktiske fag.
Nogle efterskoler tilbyder også et 10. skoleår, som
er prøvefrit, eller et 11. skoleår.

Et år på efterskole koster typisk mellem 50.000 og 100.000 kroner i egenbetaling.
Prisen afhænger af husstandens indkomst og hvilken efterskole man vælger.
Der er desuden mulighed for at søge nedsættelse af egenbetalingen. Beregn
prisen på **efterskolerne.dk** eller tag kontakt til den enkelte efterskole.

Der er "Efterskolernes Dag" med åbent
hus over hele landet hvert år den sidste
søndag i september og "Efterskolernes
Aften" hvert år den anden onsdag i januar.
Du har også mulighed for at kontakte
en efterskole og aftale besøg på andre
tidspunkter.

Efterskoleforeningen
Tlf. 3312 8680
info@efterskolerne.dk
efterskolerne.dk



Læs om at være på
efterskole
SIDE 28, 60

FRIE FAGSKOLER – FAGLIGHED I PRAKSIS

De 13 Frie Fagskoler er en kostskole-
form i familie med høj- og efterskoler.
De er geografisk fordelt over hele Dan-
mark og åbne for alle, der er fyldt 16 år
eller har afsluttet 9. klasse. Det koster
penge at gå på en Fri Fagskole. Hvis
du vil undersøge priserne, foreslår vi,
at du enten undersøger den enkelte
skoles hjemmeside, eller at du ringer
til den skole, du er interesseret i.

Frie Fagskoler tilbyder **fire slags
årsforløb:**

Erhvervslinje: Når en praktikplads og
faglig interesse er vigtig for at komme i
mål og videre på EUD eller EUX.

10. klasse: Når der lige behøves et
boost i en kreativ og anderledes kon-
tekst inden gymnasiet eller en er-
hvervsuddannelse/EUX.

Akademilinje: Når et fag skal nørdes
igennem på højt niveau og i mange ti-
mer. Når det at bestå en optagelses-
prøve er næste trin mod uddannelse.

Joblinje: Når der er særlige behov,
som skal tilgodeses, og målet er at bli-
ve klar til et ufaglært job.

Skolerne tilbyder mange forskellige
linjer inden for kreative og praktiske
fag – eksempelvis mad, tekstil, håndværk,
turisme, gamedesign, musik, sundhed,
pædagogik og friluftsliv.

Tlf. 3311 1291
hej@friefagskoler.dk
friefagskoler.dk



HØJ SKOLER

Højskoler er kostskoler, der er placeret i hele landet. Du kan komme på højskole, når du er fyldt 17 ½ år. Der findes dog 2 ungdomshøjskoler, der optager elever mellem 16 og 19 år.

Et højskoleophold, som typisk varer mellem 3 og 6 måneder, kan være afklarende og uddannelsesforberedende, både til ungdomsuddannelser og til videregående uddannelser, og du kan blive vejledt i forhold til din kommende uddannelse. Der er mulighed for at få en mentor, hvis du har en uddannelsesplan.

Det koster penge at tage et højskoleophold, og prisen afhænger af type og længde. Hvis du er interesseret i at få oplyst pris på et bestemt ophold, forslår vi at du kontakter den relevante højskole for yderligere information.

På **hojskolerne.dk** kan du læse om særlige ordninger, herunder støtteordninger for unge, der har brug for en mentor.

Højskolernes Hus
Tlf. 3336 4040
kontor@ffd.dk
hojskolerne.dk



TEAM DAN MARK

Team Danmark har etableret en række tilbud, der gør det muligt for dig at kombinere elitesport med en ungdomsuddannelse på fleksible vilkår. Med en sportslig godkendelse fra Team Danmark kan du:

- forlænge din gymnasiale ungdomsuddannelse med et år, samt forlænge både skole- og praktikperiode på erhvervsuddannelser.
- gøre skolen opmærksom på din status som atlet, opnå forståelse for din situation og få fleksibilitet i hverdagen.
- ved sportsligt fravær med forbund få adgang til supplerende undervisning.

For at opnå en sportslig godkendelse, skal du opfylde nogle sportslige kriterier og dyrke din sport i et forbund som er medlem af Danmarks Idræts Forbund (DIF). For at få et svar i god tid, skal du være opmærksom på, at ansøgningsfristen ofte er i starten af januar. Se Team Danmarks hjemmeside eller kontakt:

Team Danmark

Christina Teller,
chte@teamdanmark.dk
mobil: 2326 7610

Magnus Wonsyld,
mawo@teamdanmark.dk
mobil: 3010 4268



ERHVERVS FISKER

Er du klar til en uddannelse for fuld skrue?

Vi uddanner dig i verdens største og mest fantastiske klasseværelse, når vi sejler ud på havet for at fange friske fisk.

- Du får et indgående kendskab til sikkerhed til søs
- Du bliver fortrolig med det redningsudstyr, der er ombord på fiskefartøjer
- Du bliver oplært i de arbejdsfunktioner, som hører til erhvervsfiskeruddannelsen.

Vælger du en fremtid som erhvervsfisker, får du alle muligheder for at prøve dine kræfter i det fri.



Fiskeriskolen, EUC Nordvest
Ærøvej 9, 7680 Thyborøn
Tlf. 9691 9230
fiskeri@eucnordvest.dk
fiskeriskolen.dk / blivfisker.nu

MARITIME UDDANNELSER

De maritime uddannelser favner bredt – alt fra videregående uddannelser såsom skibsoficer og maskinmester, til kortere uddannelser som skipper samt til erhvervsuddannelser som skibsassistent og skibsmekaniker.

Alle uddannelserne veksler mellem skoleophold og praktik på skibe. HF-søfart er for dig, der vil have en gymnasial uddannelse samtidig med, at du forbereder dig på en karriere til søs.



De maritime
uddannelsesinstitutioner
– finder du på:
worldcareers.dk



FORSVARET

Forsvaret er en af landets største uddannelsesinstitutioner og rummer med sine mere end 40 uddannelser mange muligheder for unge.

Alle ved, at Forsvaret uddanner soldater. Men vidste du, at du også kan blive uddannet inden for sprog, ledelse, håndværk og meget andet? Og at en uddannelse i Forsvaret udfordrer dig på en anderledes måde med opgaver, hvor du prøver teorien fra klasselokalet af i virkeligheden? Du kan jo prøve at teste dig selv og få forslag til uddannelser i Forsvaret, der måske lige er dig! Tag testen på uddannelsesofficeren.dk

Forsvarsministeriets Personalestyrelse, Forsvarets Rekruttering
Lautruphøj 8 • 2700 Ballerup • Tlf. 7281 9000 • karriere.forsvaret.dk

Musikalsk Grundkursus **MGK**

MGK er for unge mellem 14 og 25 år. MGK forbereder dig på optagelsesprøven til musikkonservatorierne og giver dig mulighed for at udvikle dine musikalske evner gennem et intensivt musikalsk undervisningsforløb.

MGK er et 3-årigt overbygningskursus som foregår på en musikskole. Undervisningen kan kombineres med en gymnasial uddannelse eller anden skolegang.

For at komme på MGK skal man bestå en optagelsesprøve. MGK har optagelsesprøver i februar og marts hvert år. **OBS! Tilmeldingsfrist er 1. februar!** Undervisningen er gratis, men er ikke i sig selv SU-berettiget. Der er typisk 9-10 timers ugentlig undervisning og dertil kommer sammenspil i orkester og ensembler, koncerter og workshops, samt alt den tid du bruger på at øve udover.



MGK Hovedstaden foregår på Københavns Musikskole

Københavns Kommunes Musikskole
Staldgade 29, 1699 København V
Tlf. 3543 7073
musikskolen@kk.dk

MGK Helsingør hører til på Helsingørs Musikskole

Helsingør Musikskole
Marienlyst 2, Bygning 11,
3000 Helsingør
Tlf. 4928 1000
musikskolen@helsingor.dk



POLITI KADET

Der findes mange job- og karrieremuligheder inden for politiet. Du kan både uddanne dig til politibetjent, som er en toårig uddannelse, der forudsætter en ungdomsuddannelse først.

Du kan også uddanne dig til politikadet. En politikadet udfører grænsekontrol og bevogtning. Uddannelsen til politikadet giver adgang til at søge ind på politiuddannelsen.

Uddannelsen til politikadet varer et halvt år. For at kunne blive optaget på uddannelsen skal du have et godt helbred, være fyldt 18 år ved studiestart, være dansk statsborger og have kørekort.

POLITISKOLEN
Uddannelsescenter Øst

Brøndbyøster Boulevard 30,
2605 Brøndby

Tlf. 4515 2730
politiskolen@politi.dk
politi.dk/politiskolen



BRAND MAND

Der findes flere veje til at blive brandmand. Du kan eksempelvis uddanne dig via Beredskabsstyrelsen, dit kommunale brandvæsen eller via Falck.

En meget stor del er ansat som deltidsbrandmænd, det betyder at de er brandmænd ved siden af et andet job.

Læs mere på
blivbrandmandnu.
dk



VUC

Voksen Uddannelses Center

Frederiksberg VUC & STX Frederiksberg

Falstersvej 3, 2000 Frederiksberg
Tlf.: 3815 8500

frbvuc.dk

HF & VUC Nordsjælland Hillerød

Milnersvej 40, 3400 Hillerød
Tlf.: 4820 1600

vucns.dk

HF & VUC Nordsjælland Helsingør

Gl. Banegårdsvej 39, 3000 Helsingør
Tlf.: 4926 4100

vucns.dk

HF-Centret Efterslægten København NV

Efterslægtsvej 5, 2400 København NV
Tlf.: 3396 4000

hfc.dk

HF & VUC København Syd Hvidovre

Åmarkvej 1, 2650 Hvidovre
Tlf.: 4511 4300

kbhsyd.dk

HF og VUC Roskilde-Køge Roskilde afdelingen

Læderstræde 4, 4000 Roskilde
Tlf.: 4630 8600

vucroskilde.dk

Københavns VUC København K

Vognmagergade 8, 1120 København K
Tlf.: 8232 6600

kvuc.dk

Nordvestsjælland HF og VUC, Holbæk

Slotshaven 5, 4300 Holbæk
Tlf. 5948 0348

nordvestvuc.dk

Nordvestsjælland HF og VUC, Kalundborg

J. Hagemann-Petersens Allé 3,
4400 Kalundborg
Tlf. 5948 0370

nordvestvuc.dk

Vestegnen HF & VUC Albertslund

Gymnasievej 10, 2625 Vallensbæk
Tlf.: 4511 4250

vucv.dk

Vestegnen HF & VUC Rødovre

Kirstine Pedersens Vej 2, 2610 Rødovre
Tlf.: 4511 4251

vucv.dk

VUC Lyngby Lyngby

Nybrovej 114, 2800 Kgs. Lyngby
Tlf.: 4511 4200

vuclyngby.dk

2-ÅRIG HF

Den 2-årige HF er for dig, som gerne vil have en gymnasial uddannelse i et voksent uddannelsesmiljø.

HF-uddannelsen giver dig muligheder for at kvalificere dig til videregående uddannelser – både korte og mellemlange uddannelser og med en udvidet fagpakke også til universitetsuddannelserne. Uddannelsen er opdelt i fire semestre, så du gradvist får nogle resultater med dig og opnår faglige kompetencer, som du skal bruge i det videre forløb.

HF-ENKELTFAG

Undervisning på gymnasialt niveau i mange forskellige HF-fag fra C-niveau til A-niveau. Hvert fag kan afsluttes med en kompetencegivende eksamen, og HF-enkeltfag kan læses enkeltvis eller som en hel HF-eksamen, der kvalificerer til forskellige videregående uddannelser. Det er muligt at tage en fuld HF som enkeltfag på enten to eller tre år.

Mange VUC-skoler tilbyder en række fagpakker, der sammen med dine erfaringer kan kvalificere dig til at søge optagelse på en række pædagogiske og sundhedsfaglige uddannelser samt til optagelsesprøven til politibetjent. Inden optagelse på HF- enkeltfag skal du have:

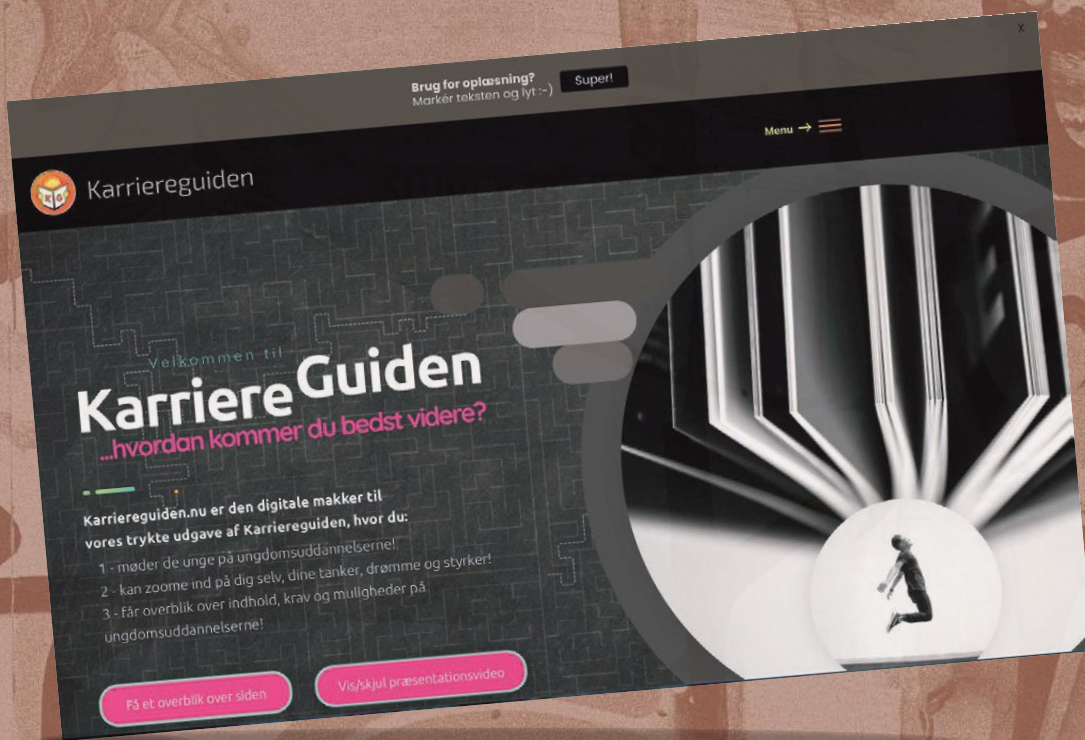
- afsluttet folkeskolens 10. klasse med tilfredsstillende resultat, eller
- afsluttet dansk, engelsk og matematik på D-niveau (avu) med tilfredsstillende resultat, eller
- afsluttet folkeskolens 9. klasse på et tilstrækkeligt fagligt niveau og der skal være gået 1 år efter 9. klasse.

Du skal være fyldt 18 inden den første eksamen. Dog kan du tidligst blive optaget på HF-enkeltfag et år efter, at du har afsluttet 9. eller 10. klasse. På HF-enkeltfag kan der også kombineres med VUC's øvrige tilbud, fx HF-fjernundervisning. Se mere på din lokale VUC-skoles hjemmeside, eller kontakt din vejleder på din skole eller i kommunen.

Se hvilke
fag du møder
på HF på
side 141 & 147

Se VUC hjemmesiderne
for mere information

KARRIERE GUIDEN.NU



KARRIEREGUIDEN.NU

