



# Työhyvinvointia painottava Uravalmennus

**Valmennus on suunniteltu henkilöille, joilla on terveydellisiä rajoitteita työhön liittyen, pitkä poissaolo työelämästä tai jotka muusta syystä tarvitsevat enemmän tukea ja ohjausta sopivan työpaikan löytämiseen.**

Työhyvinvointia painottavassa uravalmennuksessa sinä, yksilönä ja ryhmäsi jäsenenä, olet keskiössä. Valmentajien tehtävänä on auttaa ja kannustaa eteenpäin. Valmennuksessa tehdään asioita, joista sinulle on hyötyä ja jotka vahvistavat työhyvinvointiasi ja tavoitteiden saavuttamistasi.

- Valmennuksessa edetään askel askeleelta mahdollisuuksia ja ratkaisuja etsien.
- Sinulla on mahdollisuus vaikuttaa valmennuksen sisältöön ja toteutukseen, sillä valmennuksen suunnittelussa ja toteutuksessa huomioidaan aidosti osallistujien lähtötilanteet sekä jokaisen osallistujan henkilökohtaiset kiinnostukset, tarpeet, toiveet ja tavoitteet.
- Valmennuksen aikana sinulla on aikaa pohdiskella ja tunnistaa vahvuuksiasi, kiinnostuksiasi, vaihtoehtojasi ja mahdollisuksiasi sekä toteuttaa sellaisia asioita, jotka sinä tulevaisuuttasi ajatellen koet itsellesi tärkeiksi ja merkityksellisiksi.
- Yhdessä etsitään tietoa tämän päivän ja tulevaisuuden työmarkkinoista, koulutuksista ja palveluista ja niiden tarjoamista mahdollisuuksista ja toimintatavoista.
- Valmennuksessa voit vahvistaa ja päivittää omia työnhaku- ja muita taitojasi sekä tutustua itseäsi kiinnostaviin työtehtäviin ja

työpaikkoihin esimerkiksi työkokeilun kautta.

- Valmennuksen aikana sinulla on henkilökohtainen valmentaja ja sinulla on mahdollisuus saada valmentajasi ohjausta ja sparrausta vielä ryhmävalmennuksen jälkeenkin.
- Valmennus koostuu 30 pv ryhmävalmennusjaksosta sekä 10:stä yksilöohjaukserrasta. Yksilöohjaukselta voi olla lyhyt tai tunteja kestävä, osallistujan tarpeen mukaan.

## PAIKKA

Wolffintie 36, rakennus F11, 2. krs, Vaasa

## HAKEMINEN

Voit ilmoittautua valmennukseen oman TE-toimiston asiantuntijan kautta tai voit jättää yhteydenottopyynnön [www.te-palvelut.fi](http://www.te-palvelut.fi) sivun Oma asiointi - palvelun kautta tai ottaa yhteyttä puhelimitse 029 502 5500 tai sähköpostitse [kirjaamo.pohjanmaa@te-toimisto.fi](mailto:kirjaamo.pohjanmaa@te-toimisto.fi).

## LISÄTIEDOT

Armi Lassander 045 224 1206

[armi.lassander@koulutuspalvelusaarenpaa.fi](mailto:armi.lassander@koulutuspalvelusaarenpaa.fi)

**Saarenpää**

Koulutuspalvelu Saarenpää Oy