



**TE-palvelut**  
tjänster | services

te-palvelut.fi

## Uravalmennus verkossa Kaakkois-Suomi

### – selvä suunta työuralle

Kun oma työura on muutostilanteessa tai suunnitelmat eivät muuten etene, uravalmennus auttaa. Ratkaisut ovat erilaisia. Yhdelle sopii taitojen päivitys, toiselle työtehtävien tai koko ammatin vaihtaminen. Tiedätkö, mitä osaat parhaiten? Tunnistatko, mitkä asiat sinua kiinnostavat työelämässä? Mikä on seuraava askeleesi? Löydä vastaukset uravalmennuksessa, helposti verkossa

#### Sisältö

1. Ohjeet opiskeluun | 2. Alkuun työuran suunnittelussa | 3. Millainen minä olen (selkeimmät vahvuudet) | 4. Taidot ja kyvyt esiin | 5. Omat voimavarat ja työkyvyn ylläpitäminen | 6. Työelämän suuntakyltit, ammatit ja alat | 7. Uusiin tehtäviin opiskelujen kautta | 8. Uuteen työhön (työnhaun keinot tehokäyttöön, hakemus- ja CV-mallit) | 9. Hyviä päätöksiä ja suunnitelman viimeistely.

Voit tallentaa tai tulostaa suunnitelman itsellesi.

#### Kesto

Opintojen suorittamiseen on varattu kymmenen päivää. Valmennukseen osallistuja saa opiskelua varten henkilökohtaiset käyttäjätunnukset.

#### Ilmoittautuminen

Työnhakija sopii valmennukseen osallistumisesta yhdessä TE-palvelujen asiantuntijan kanssa tehtävässä työllistymissuunnitelmassa, jonka laatimisen jälkeen työnhakija ilmoittautuu valmennukseen. Ilmoittautumisen jälkeen valmennukseen osallistuja saa tunnukset verkko-oppimisympäristöön ja pääsee aloittamaan valmennuksen.

#### Lisätiedot

Opintoja varten käytössäsi tulee olla tietokone tai tabletti ja pääsy verkkoon. Videot pyörivät normaaleilla verkkoyhteyksillä. Verkko-oppimisympäristössä opiskeluun riittää internetin peruskäyttökokemus. Opintojen aikana saat tukea verkko-ohjaajaltasi.

Oppimisympäristö on saanut kiitosta selkeydestä ja helppokäyttöisyydestä.

Valmennus etenee selkeästi askelmalta toiselle. Kokeneiden valmentajien videot, haastattelut ja case-videot tekevät valmentautumisesta enemmän kuin itseopiskelua, henkilökohtaista ohjausta unohtamatta.

Valmennuksen esittelyvideon voit katsoa osoitteessa [http://media.recit.fi/cimson\\_uraredi/](http://media.recit.fi/cimson_uraredi/)

## Uravalmennus verkossa

#### Lisätietoja:

Cimson Koulutuspalvelut  
Mikko Hannula  
puh. 0400 886 156  
[mikko.hannula@cimson.fi](mailto:mikko.hannula@cimson.fi)

**CIMSON**  
KOULUTUSPALVELUT