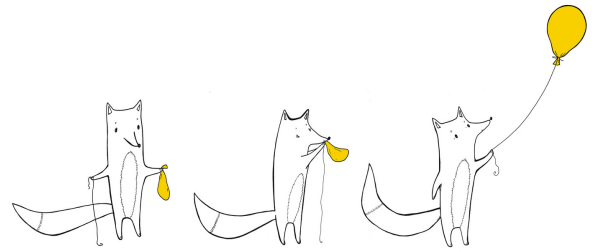


# Ryhmävalmennukset



Onnistu osallisuuden lähteellä -hanke tarjoaa ryhmävalmennuksia Lähteellä liittyen työnhakuun, kouluttautumisen vaihtoehtoihin ja mielen hyvinvointiin. Ryhmät ovat maksuttomia ja tarkoitettu työelämän ulkopuolella oleville työkäisille henkilöille.

**Ilmoittautuminen osoitteeseen [onnistu@lapinlahdenlahde.fi](mailto:onnistu@lapinlahdenlahde.fi).**

**11.9.2017 Maanantai klo 15-16.30 2. krs Neuvotteluhuone max 6 hlö**

Aihe: Hukutko palveluihin?

Sisältö: Kelan verkkosivut - mistä löytyy mitään, hakemusten tekeminen, liitteet, TE-hallinnon verkkosivut - työnhaun aloittaminen, työpaikkojen haku, palvelut ja tieto

**19.9.2017 Tiistai klo 15-16.30 3. krs Pylvässali max 10 hlö**

Aihe: Työnhaun ABC 1/Tunnista taitosi, mille alalle lähtisin ja sopisin?

Sisältö: Omat vahvuudet ja kehittämisen kohteet, minua kiinnostavat tehtävät, mitä osaamista tai ominaisuuksia tulisi olla?

**28.9.2017 Torstai klo 15-16.30 3. krs Pylvässali max 10 hlö**

Aihe: Työnhaun ABC 2/ Miten töitä haetaan?

Sisältö: Työnhaun asiakirjat: minkälainen on hyvä CV ja työhakemus, työ- ja koulutodistukset ym, työnhaun kanavat, palkkatuettu työ mahdollisuutena, yksilöaikoja voi varata CV:n ja työhakemuksen konkreettiseen tekemiseen yhdessä hanketyöntekijän kanssa

**3.10.2017 Tiistai klo 15-16.30 3. krs Pylvässali max 10 hlö**

Aihe: Työnhaun ABC 3/ Miten valmistautua työhaastatteluun? Sain työpaikan, oikeudet ja velvollisuudet.

Sisältö: Oman osaamisen markkinointi, tyypilliset kysymykset ym. työsopimuksen sisältö ja teko, työntekijän ja työnantajan oikeudet ja velvollisuudet

**10.10.2017 Tiistai klo 15-16.30 2. krs Neuvotteluhuone max 6 hlö**

Aihe: Vaihtoehdot opinnoille

Sisältö: Kouluttautumisen vaihtoehdot: oppisopimus, työkokeilu, rekrykoulutukset, työvoimakoulutukset, valmennuskurssit, avoin yliopisto/AMK jne. Opintojen rahoitus: opintotuki, opiskelu työmarkkinatuella, soviteltu päiväraha?

**16.10.2017 Maanantai klo 15-16.30 3. krs Pylvässali max 10 hlö**

Aihe: Mielen hyvinvointi

Sisältö: Työssä ja opinnoissa jaksaminen: miten pidän huolta itsestäni, miten ennakoin mahdollisen uupumisen tai loppuun palamisen, mistä apua, jos tilanne pahenee? Mielen hyvinvoinnin huolto - miten pidän huolta mieleni hyvinvoinnista

