



HYVINVOINNILLA TYÖELÄMÄÄN

Lähi-etävalmennus, yksilövalmennus, kesto 6 viikkoa

Toteutus:  suomeksi  ruotsiksi  englanniksi

Henkilökohtaista hyvinvoinnin valmennusta

Hyvinvoinnilla on tärkeä rooli työllistymisessä. Kun voit paremmin, sinun on helpompi keskittyä työnhakuun ja haastatteluihin. Hyvinvointiin satsaaminen voi myös auttaa sinua löytämään itsellesi sopivan työn ja työpaikan

Henkilökohtaisessa hyvinvoinnin valmennuksessa saat tukea ja ohjausta, joiden avulla voit:

- Kehittää itsetuntemustasi ja vahvistaa hyvinvointiasi
- Oppia rakentamaan hyvinvointia tukevaa elämäntapaa
- Selkeyttää omia tavoitteitasi ja löytää keinoja niiden saavuttamiseen
- Saada tukea työ(toiminta)paikkojen etsimisessä ja hakemisessa

Valmennus räätälöidään juuri sinun tarpeidesi mukaan.

Arffman - Paras polku työhön!

Arffman on vuonna 1993 perustettu koulutus- ja valmennustalo ja olemme maan johtava työelämävalmennusten toteuttaja. Henkilöstöömme kuuluu noin 250 koulutus-, opetus-, valmennus-, kuntoutus- ja ohjausalan asiantuntijaa.

ARFFMAN

Valmennus sisältää mm.:

- keinoja henkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin rakentamisen ja ylläpitämiseen
- itsetuntemuksen ja henkisten voimavarojen lisäämiseen tähtäävää tietoa ja käytännön harjoituksia
- tietoa ja käytännön työkaluja hyvinvoinnin ja elämäntapojen vahvistamiseen
- vuorovaikutustaitojen ja osallisuuden tunteen vahvistamista
- henkilökohtaista tukea työelämään tai koulutukseen siirtymiseen
- apua konkreettisten tavoitteiden asettamiseen



Tapaamiset toteutetaan Jyväskylässä osoitteessa Kauppakatu 39, Crazy Town tai etäyhteydellä.

Näin pääset mukaan!

Pyydä Jyväskylän kaupungin kuntakokeilun OMAvalmentajaltasi ohjaus valmennukseen.

YHTEYSTIEDOT

Linda Nevalainen, Arffman, 044 493 8852
valmennus.jyvaskyla@edu.arffman.fi