



INFORMATION OM TILBUDET: JOBSTART

KORT FORTALT

Jobstart er tilrettelagt i to spor:

1. til dig med generelle udfordringer psykisk og/eller socialt
2. til dig med en ADHD/ADD-diagnose som har stress eller oplever stresslignende symptomer

Ens for begge spor er, at forløbet er holdbaseret. Du vil være på hold sammen med andre, som er i samme situation som dig.

Vi tager udgangspunkt i dine job- og uddannelsesmål - under hensyn til dine ønsker og behov.

Hos Jobstart har vi fokus på, hvordan du bedst muligt kan få dine kompetencer i spil og finde vej til arbejdsmarkedet eller i uddannelse.

Vi arbejder også med, hvordan du kan håndtere de udfordringer, som hverdagen kan bringe.

UDBYTTE

- Hjælp og værktøjer til at komme tættere på arbejdsmarkedet og til at mestre udfordringer i forhold til dette
- Hjælp til at finde frem til, træne og udvikle dine ressourcer og kompetencer
- Større selvindsigt
- Hjælp til at undersøge og afprøve muligheder for en fremtidig tilknytning til arbejdsmarkedet

INDHOLD

- Forløbet varer i op til 12 uger. Tilbuddet ophører, hvis du kommer i job eller uddannelse undervejs.
- Der er fremmøde 2 gange om ugen fra 9.00-12.00.
- Du får et forløb sammensat af forskellige workshops med emner, som skal give dig redskaber, der kan hjælpe dig til at komme i job eller uddannelse.
Eksempelvis: Psykoedukation af relevante emner, mestringsstrategier, metakognitiv metode og tilgang, sundhed og bevægelse, CV, ansøgning, jobsamtale, aktionslæring mm.
- Det er muligt at bruge Jobigens træningsfaciliteter kvit og frit, efter en kort intro hertil.
- Du har mulighed for at få hjælp til at finde og oprette virksomhedspraktik