

ARFFMAN

NUOTTI- VALMENNUS

Oletko 16–29-vuotias ja etsit suuntaa elämääsi? Asiat eivät etene tai niihin on vaikea tarttua? Tavoitteet koulusta tai työstä karkaavat horisonttiin?

NUOTTI-valmennus tarjoaa sinulle mahdollisuuden tutkia elämänvalintojasi ja löytää oma polkusi opiskeluun ja työelämään. Saat oman valmentajan, joka auttaa tekemään hyviä valintoja ja saavuttamaan tavoitteita.

Tämä Kelan tarjoama maksuton valmennus on suunniteltu erityisesti sinun tarpeisiisi: tukemaan sinua elämänhallinnan haasteissa ja avaamaan ovia uusiin mahdollisuuksiin.

Älä epäröi tarttua tilaisuuteen, joka voi muuttaa elämäsi suunnan.



OPISKELU | TYÖ | ARJENHALLINTA

ARFFMANIN NUOTTI-VALMENNUS

Nuotti-valmennus on Kelan tukema valmennus, joka tarjoaa henkilökohtaista tukea elämänhallinnan haasteisiin keskittyen yksilöllisiin tavoitteisiin ja vahvuuksiin

Kenelle:

Valmennus on tarkoitettu 16–29-vuotiaille, joilla on hankala elämäntilanne tai haasteita elämänhallinnan tai motivaation kanssa. Jos olet töissä tai saman kaltaisessa valmennuksessa muualla, et voi osallistua Nuotti-valmennukseen.

Kesto:

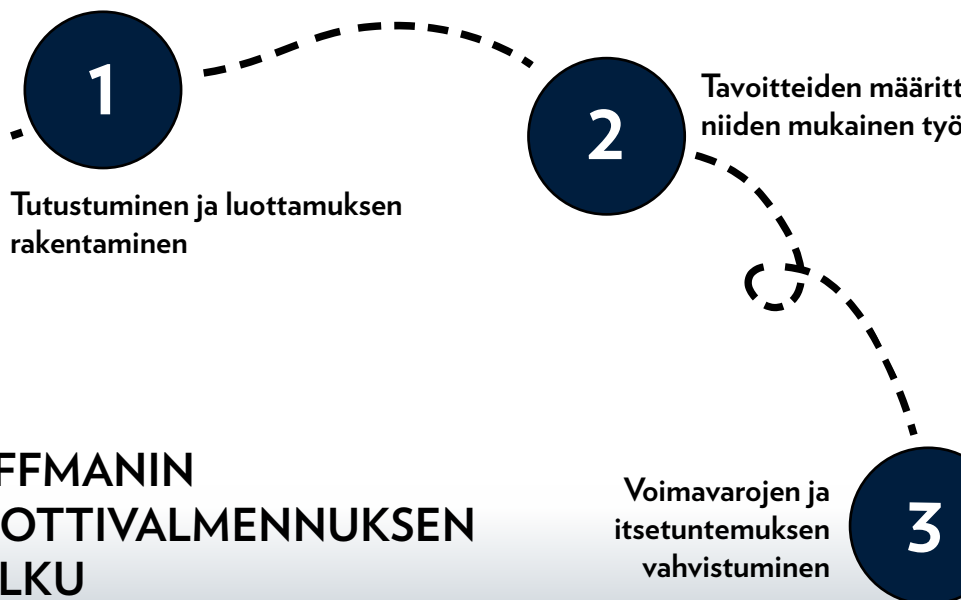
Henkilökohtaisen valmennuksen kesto on 20 tapaamiskertaa 5 kuukauden aikana.

Missä:

Tapaamme siellä, missä tykkäät olla: kahvilassa, toimistolla, puiston penkillä... Sovitaan yhdessä!

Tavoitteet:

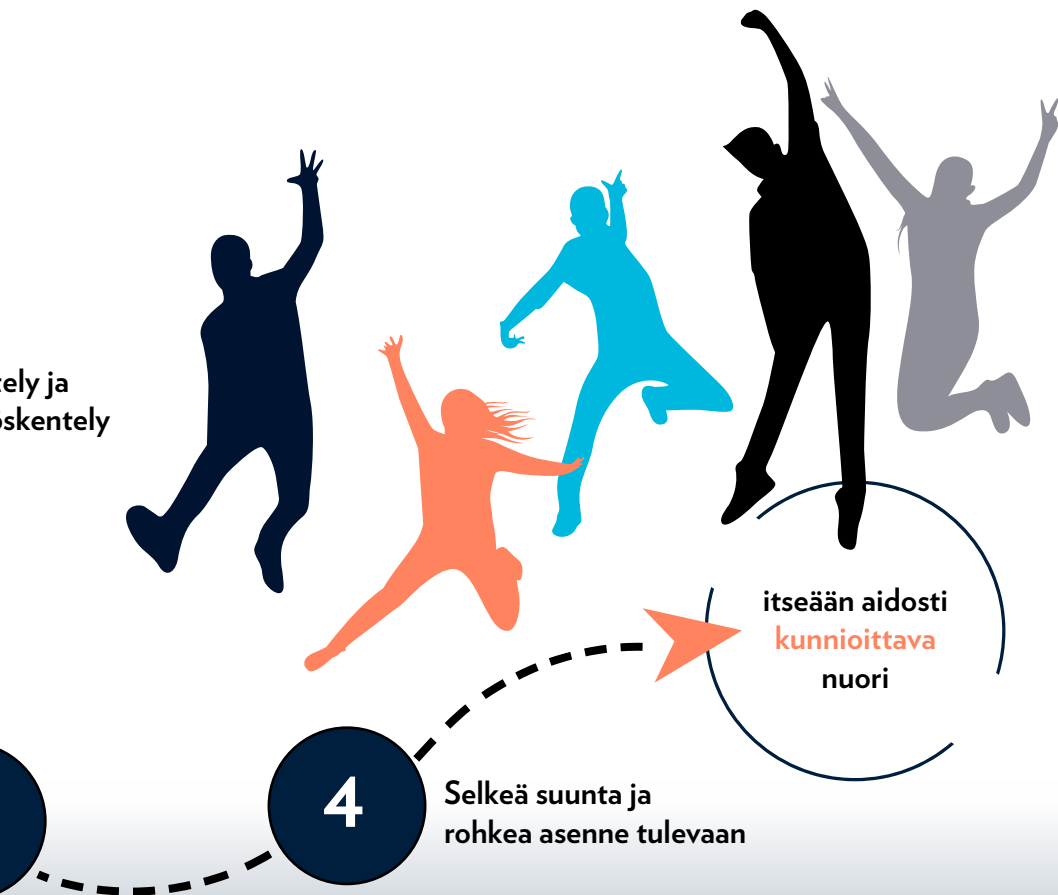
Tavoitteena on vahvuuksiesi tunnistaminen ja tulevaisuuden suunnittelu yhdessä valmentajasi kanssa.



ARFFMANIN
NUOTTIVALMENNUKSEN
POLKU

KENELLE NUOTTI-VALMENNUS SOVELTUU:

- opiskelujen ja työelämän ulkopuolella oleville
- motivaatiota ja tulevaisuuden suuntaa etsiville
- niille, joilla toimintakyvyn heikentyminen vaikeuttaa tulevaisuuden suunnittelua
- vuorokausirytmien tai talousasioiden kanssa kamppaileville
- aikuistumisen ja itsenäistymisen ongelmiin ratkaisuja etsiville



VALMENTAJA ON SUN PUOLELLA

Saat meiltä kannustusta ja tsemppiä. Saavutetaan tavoitteet yhdessä!

Valmentajasi Keski- ja Itä-Uudellamaalla



SAARA WESTERHOLM

Valmentajana olen lempeä, hyväksyvä ja kannustava. Minulle on tärkeää pysähtyä kuuntelemaan ja kuulemaan sinua. Tehdään yhteistyötä sinulle tärkeiden asioiden eteen.

+358 44 4935 827

saara.westerholm@edu.arffman.fi

Lisätietoja palvelusta:

Projektipäällikkö Sami Kurt, 044-781 1907 sami.kurt@edu.arffman.fi

VALMENNUKSEEN HAKEUTUMINEN

1



2



3

Ota yhteyttä Kelaan
Soita 020 692 205.
Kerro, että haet ammatilliseen kuntoutukseen.
Numeroon voi soittaa myös läheisesi tai verkostosi työntekijä puolestasi.

Kelan virkailija ottaa yhteyttä, minkä jälkeen saat päätöksen valmennukseen pääsystä.

Saatuasi myönteisen päätöksen Kelalta voit valita palveluntuottajan, esimerkiksi Arffmanin Nuottivalmentajan.

Lisätiedot osoitteesta www.kela.fi/nuottivalmennus
www.nuottivalmentaja.fi

ARFFMAN

Kela[®]