

# 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 auttaa sinua löytämään oman polkusi opiskeluun ja työelämään. Saat henkilökohtaisen valmentajan, joka tukee sinua valintojen teossa sekä tavoitteidesi saavuttamisessa. Tämä Kelan tarjoama maksuton valmennus on tarkoitettu elämänhallinnan haasteiden ja uusien mahdollisuuksien löytämisen tueksi.

## KENELLE?

NUOTTI-valmennus on tarkoitettu 16–29-vuotiaille, joilla on

- haastava elämäntilanne
- haasteita elämänhallinnassa tai motivaation löytämisessä
- vaikeuksia suunnitella tulevaisuutta toimintakyvyn heikentymisen vuoksi
- vuorokausirytmien tai talouden hallinnan ongelmia
- haasteita itsenäistymisessä ja aikuistumisessa.

Jos olet tällä hetkellä töissä tai osallistut vastaavaan valmennukseen, et voi osallistua NUOTTI-valmennukseen.

## MISSÄ?

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

## TAVOITTEET

- vahvuuksiesi tunnistaminen
- tulevaisuuden suunnittelu yhdessä valmentajan kanssa

Älä epäröi tarttua tilaisuuteen, joka voi muuttaa elämäsi suunnan!



## VALMENNUKSEEN HAKEUTUMINEN

1.

### Tee hakemus ja lähetä se Kelaan

- Hae Nuotti-valmennukseen Kelan Nuoren ammatillinen kuntoutus -lomakkeella (KU 143). Tarkemmat tiedot lomakkeen täyttämiseen ja lähettämiseen löydät [Kelän verkkosivuilta](#).
- Lomakkeessa kysytään, minkä palveluntuottajan olet valinnut. Jos haluat Arffmanin Nuotti-valmennukseen, kirjoita tähän kohtaan Arffman Finland Oy.
- Tarvittaessa kysy hakemiseen apua tukihenkilöltäsi tai Arffmanin Nuotti-valmentajalta Sami Kurtilta puh. 044 781 1907.

2.

### Nuotti-valmennus alkaa

Jos Kela hyväksyy hakemuksesi, Nuotti-valmennus voi alkaa. Saat Arffmanilta tekstiviestin, ja valmentajasi on yhteydessä sinuun muutaman päivän kuluessa.

## VALMENTAJA ON SUN PUOLELLA

Saat meiltä kannustusta ja tsemppiä. Saavutetaan tavoitteet yhdessä!



SAMI KURT

projektipäällikkö  
+358 44 781 1907  
sami.kurt@edu.arffman.fi

Lisätiedot osoitteesta [www.kela.fi/nuottivalmennus](http://www.kela.fi/nuottivalmennus)  
[www.nuottivalmentaja.fi](http://www.nuottivalmentaja.fi)

ARFFMAN

Kela 

OPISKELU | TYÖ | ARJENHALLINTA