

JOB OG MULIGHETER

AMO KURS



Passer dette kurset for deg?

Kurset er for deg som har havnet i en situasjon som du synes det er vanskelig å komme ut av. Hva står i veien for at du kan realisere dine drømmer? Hva kan du bruke dine evner til? Hvordan kan dine evner bli en inntektskilde?

Målsetting

Bli aktiv i arbeidsmarkedet gjennom økt personlig styrke og trygghet. Økt kunnskap om egne arbeids- og utdanningsmuligheter. Økte ferdigheter og trygghet i å presentere deg for arbeidsgivere.

Hva skjer når du er hos oss?

Kurset har disse temaene:

Kompetanseprofil – styrke tiltro til egne ressurser og egen kompetanse

Arbeidsplasser og arbeidsmuligheter finnes i regionen

Arbeidslivet – skrevne og uskrevne regler, kultur

Arbeidspraksis

Jobbsøk

Hva som skal til for å komme i jobb

Kommunikasjon og relasjoner

Holdninger

Motivasjon og mestring

Varighet og antall timer

Kurset varer i 31 uker, og starter med fire uker teori. Deretter to dager teori og tre dager praksis pr uke

Kurset leveres: **LILLEHAMMER**

Henvising sendes til Oppfølgingsenheten Frisk - hovedkontor i Moelv:
Postboks 14 | 2391 Moelv | 62 33 01 33 | post@oppfrisk.no | oppfrisk.no

OPPFØLGINGSENHETEN
frisk

LAGSPILLER INNEN ARBEID OG HELSE