

# Voimavaroilla vauhtiin

Huhtikuu – Kesäkuu 2019

Anna Tukesi ry:llä alkaa Salossa uusi ESR-tuettu pienhanke Voimavaroilla vauhtiin, joka on suunnattu pitkäaikaistyöttömille sekä osatyökykyisille. Otamme ryhmään myös maahanmuuttajataustaisia henkilöitä tai koulutuksen ja työelämän ulkopuolella olevia nuoria 16–29v. Hakukriteerinä on aito halu kehittää itseään ja osaamistaan sekä oppia uusia asioita itsestään.

Hankkeessa tarjotaan tukea ja työkaluja arjesta selviämiseen ja oman arjen parantamiseen, sekä annetaan avaimia terveellisempään elämään. Samalla annetaan myös koulutusta työnhakutilanteisiin ja opiskellaan omaa tapaa oppia ja omaksua asioita.

Ryhmään osallistuminen on TÄYSIN MAKSUTON osallistujille. Tärkeää on kuitenkin, että haluat sitoutua ryhmätapaamisiin huhti–kesäkuun ajan. Ryhmä kokoontuu Yhteisöotalo Vinskissä osoitteessa Tehdaskatu 13, 24100 Salo (2. kerros).

Ryhmä alkaa maanantaina 1.4. klo 13:30–17:30 ja ensimmäisellä viikolla kurssikerta myös tiistaina 2.4. klo 9:00–12:00. Muuten ryhmän tapaamiset ovat kerran viikossa ja vaihtelevat kestoltaan 2–4 tunnin välillä. Ryhmällä on hankkeen aikana yhteensä 18 kokoontumiskertaa. Tarkka aikataulu ilmoitetaan lähempänä kurssin aloitusta.

Teemoina hankkeen aikana: ajattelun johtaminen, tunnetaidot, unen merkitys, unelmat ja aarrekartta, työhyvinvointi, piilevät voimavarat, tulevaisuuden miellekartta, luovuus, positiivinen ajattelu, rentoutuminen osaksi arkea, ihmissuhteet, vuorovaikutustaidot, esiintymistaidot, talouden hallinta, arjenhallinta, kokonaisvaltainen hyvinvointi.

Tiedustelua ryhmästä ja hakemukset voit laittaa sähköpostitse osoitteeseen sari.pesonen@annatukesi.net tai paivi.lehtinen@annatukesi.net



**Varsin Hyvä**



**Ykkösakseli**



yhteisöotalo  
**Vinski**