

# OMA URAPOLKUNI KAJAANI

RYHMÄ:

**23.10. - 17.11.2023 LÄHIVALMENNUS (714843)**

## Hei Sinä!

- Haluatko tukea työ- tai opiskelupolkusi rakentamiseen?
- Haluatko konkreettisen suunnitelman työuralla etenemiseen?
- Haluatko selkeyttää ammatillista soveltuvuuttasi eri työtehtäviin?

## JOS VASTASIT KYLLÄ, TÄMÄ VALMENNUS SOPII SINULLE!

Valmennuksen tavoitteena on ammatillisen suuntautumisen tai uratavoitteiden selkiytyminen.

## TOP 3 PARHAAT PALAT - Osallistujan suosikit

Ohjaajat olivat tosi tsemppareita ja ammattitaitoisia. Ammatinvalintapsykologin tapaamiset olivat hyödyllisiä.

Aiheet olivat kiinnostavia ja monipuolisia, herätti uusia ajatuksia ja näkökulmia tulevaisuuteen.

Valmennus lisäsi itsetuntemustani, sain itseluottamusta omaan tekemiseeni.

**Valmennuksen kesto on 20 päivää.**

Ilmoittaudu Kainuun TE-toimiston oman asiantuntijan tai työllisyyskuntakokeilun työllisyysohjaajan kautta tai jättämällä yhteydenottopyynnön [te-palvelut.fi/Oma](https://te-palvelut.fi/Oma) asiointi.

## VALMENNUKSEN SISÄLTÖ

1

### Aloitusjakso 7 pv

Omat vahvuudet ja kehittämiskohteet suhteessa työelämän vaatimuksiin

- oma työkyky ja hyvinvointi
- henkilökohtainen suunnitelma

2a

### Työuralla eteneminen ja kehittyminen (13 pv)

Minä työntekijänä:  
oman alan työmarkkinat  
oman osaamisen konkretisointi

- suunnitelma työuralla etenemisestä

tai

2b

### Koulutuksen kautta työuralle (13 pv)

Minä opiskelijana:  
oma soveltuvuus  
opiskelumahdollisuudet

- oma opiskelusuunnitelma

3

### Psykologin tuki

Mahdollisuus psykologin uravelmennukseen

**Ota yhteyttä**

**Silja Kauppinen**  
040 5272 125  
[silja.kauppinen@koulutusavain.fi](mailto:silja.kauppinen@koulutusavain.fi)

**KoulutusAvain Oy**  
Pohjolankatu 28 B, 87100 Kajaani  
[www.koulutusavain.fi](http://www.koulutusavain.fi)