

Maksuton  
kurssi

# Toiveissa työ

Oletko ollut pitkään pois työelämästä mielenterveydellisten haasteiden takia? Työelämään siirtyminen tai paluu kiinnostaa, mutta et oikein tiedä mistä lähteä liikkeelle?

**T**untuu, että nyt voimia saattaisi olla riittävästi, mutta päässä risteilevät monet ajatukset: Millaisia mahdollisuuksia minulla on työllistyä pitkän tauon jälkeen? Osa-aikaisesti? Vai pitääkö tehdä pitkää työpäivää heti alusta asti? Miten selittää CV:n aukot?

Mistä saan tukea ja apua siihen vaiheeseen, kun työt sitten alkavat? Vai jäänkö ihan yksin?

Kurssilla tapaavat muita samankaltaisessa tilanteessa olevia ja saat tietoa eri mahdollisuuksista. Kuulet muiden kokemuksia ja saat tukea sekä vinkkejä omaan tilanteeseesi. Mukana on vertaisohjaaja, jolla oma kokemus työelämään palaamisesta, siihen liittyvistä tunteista, haasteista ja onnistumisista.

## KENELLE?

Ihmisille, jotka ovat jättäneet työelämän tai eivät ole vielä työelämään koskaan ehtineetkään mielenterveydellisten syiden vuoksi, mutta työelämään siirtyminen on ajankohtainen haave.

## Verkossa

**Paikka:** Teams

**Kurssipäivät:** Tapaamiset verkossa Teams-yhteydellä 5.9. / 12.9. / 19.9. / 18.10.

**Kellonajat:** 13–15

**Kurssitapaamiset Teamsissä**

5.9. Tutustutaan toisiimme. Tarina työhön paluusta

12.9. Mitä mahdollisuuksia minulla on?

Ammatillinen kuntoutuminen, Verven tukipalvelut

19.9. Millaista tukea saan työnhakuun ja työelämään?

TE-toimiston palvelut esittäytyvät

18.10. Mitä kuuluu nyt, missä mennään?

**Ohjaajat:** Isko Kantoluoto, Pirjo Metsäranta ja vertaisohjaaja, Mielenterveyden keskusliitto

**Mukaan mahtuu:** 10

**Hae mukaan:** 22.8. mennessä.

**Mahduinko?** Kerromme sinulle viimeistään 26.8.

**Yhteistyössä:** Varsinais-Suomen TE-keskus ja Verve

**Lue lisää:**

[www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri](http://www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri)  
(Hae: kurssin nimellä)



Mielenterveyden  
keskusliitto

