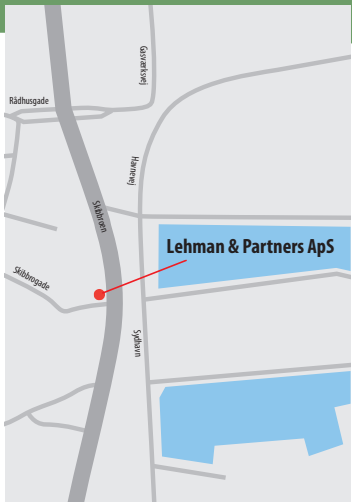


Lehman & Partners følger
Sundhedsministeriets anbefalinger
i relation til smittespredning af
COVID-19.



Find vej

Lehman & Partners ApS
Michael Jepsens Plads 1-3, 2. sal, 6200 Aabenraa

Med bil: Der er ikke mulighed for parkering i gården, vi henviser til parkeringspladser uden tidsbegrænsning i nærområdet.

Med Bus: Busstationen ligger ca. 50 meter fra vores lokaler.

Lehman & Partners

Lehman & Partners har mere end 14 års erfaring i markedet og er specialiserede i stress-, angst- og lettere depressionsforløb for kommuner, private og offentlige virksomheder samt privatpersoner. Endvidere tilbyder vi uddannelsesforløb og afholder kurser i søvnoptimering, kommunikation, ledelse, konflikthåndtering, karriererådgivning og balanceret livsstil i et tværfagligt team, som består af psykologer, psykoterapeuter, søvneksperter, fysioterapeuter, erhvervsfolk og fagspecialister.

For yderligere information kontakt:



Sandi Müller
Projektleder
Mobil: 45 20 80 81
sandi@lehman-partners.dk



**Lehman
Partners**

Hjælper dig med at finde fodfæste

Skodsborg: Grevinde Danners Palæ, Skodsborg Strandvej 113, 2942 Skodsborg
Aabenraa: Michael Jepsens Plads 1-3, 2. sal, 6200 Aabenraa
www.lehman-partners.dk

Potentialejægerne
AT FINDE DET FREM SOM ALLEREDE ER



**Lehman
Partners**

Hjælper dig med at finde fodfæste

Hvorfor Potentialejæger?

Fordi alle mennesker **kan** noget - og **er** noget.

Du vil undervejs i forløbet opnå færdigheder der vil styrke din mentale, sociale så vel som arbejdsmæssige identitet. Dette via et skærpet fokus på bl.a. god fysisk form samt selvindsigt i egne vaner og mønstre. Faktorer der er med til at udvikle så vel som vedligeholde dit potentiale og dermed være medvirkende til at optimere en hverdag med mening og indhold.

Potentialejægerne består af flere elementer

- 6 ugers indledende mestringsforløb, med fokus på undervisning, afspænding, fysisk træning og individuelle coach samtaler
- 12 uger kombineret virksomhedspraktik og potentialejæger aktivitet med ilagte aktiviteter herunder kost, krop, motion, mentalt velvære samt afsluttende vandretur på en strækning af den Jyske Camino (Hærvejen)
- 12 ugers opfølgning

Formål med forløbet

At øge din bevidsthed omkring en aktiv tilgang til en balanceret livsstil samt få stillet skarpt på dine ressourcer og kompetencer. At tilsi­k­re adgang til nyttige og let omsættelige teknikker og værktøjer, for derved at få skabt en reel tilbagevenden til arbejdsmarkedet.



Timing

Mestringsforløb

Du bliver tilknyttet vores 6 ugers mestringsforløb som følger:

| | | |
|---------------|-----------------|----------------------------------|
| Onsdag | kl. 10:00-11:30 | Undervisning |
| | kl. 11:30-12:00 | Frokostpause (husk madpakke) |
| | Kl. 12:00-13:30 | Afspænding (husk løst tøj) |
| Mandag | Kl. 14:00-15:00 | Fysisk aktivitet (husk løst tøj) |

Bemærk: Alle individuelle coach samtaler aftales separat med din tilkoblede coach

Overgang fra Mestringsforløb til virksomhedspraktik

12 ugers praktikperiode inkl. Potentialejæger aktivitet (fokus på aktiviteter i naturen – yderligere information følger)

Sted

Mestringsforløb foregår i vores lokaler på: Michael Jepsens Plads 1-3, 2. sal, 6200 Aabenraa
Virksomhedspraktik og tilkøbet aktivitet – information udleveres undervejs i forløbet.

Afbud

Afbud meldes på telefon 45 20 80 81

Eller på mail til aabenraa@lehman-partner.dk

Ved praktikopstart ligeledes til praktikstedet.

