



Lehman
Partners

Beskæftigelsesrettet forløb



Dette 12 ugers forløb er til dig, som har behov for en individuel, målrettet og motiverende indsats for at (gen)finde fodfæstet på arbejdsmarkedet



Du har måske været udsat for, eller har fortsat udfordringer med en fysisk eller psykisk belastningsreaktion, der kalder på en ekstraordinær og håndholdt tilgang.

Du vil undervejs i tilbuddet blive præsenteret for en række teknikker, værktøjer og nye veje at gå. Disse vil bidrage til at give dig øget livskvalitet, handlemuligheder samt sikre en sund og naturlig tilgang til og forståelse af arbejdsmarkedets mekanismer.

Vi har fokus på følgende elementer:

- Styrkelse af din fremtidige håndtering af fysisk og/eller psykisk belastning, gennem viden, indsigt og aktiv handling
- Fornyelse af energien gennem øget kropsbevidsthed med afsæt i afspænding, åndedræsteknikker og fysisk træning via specifikt tilrettelagt træningsprogram
- Struktur og tidsoptimering
- Optimering af dit CV og din ansøgning samt indsigt i jobsøgningsstrategier der virker
- Arbejdsmarkedsforståelse
- Personlig fremtræden
- Fremtidige muligheder og valg, herunder handlekraft og ansvar
- Kost og livsstil
- Netværk og inspiration til at udfordre status quo
- Virksomhedsbesøg

Vores udgangspunkt er, at alle har ressourcer, også selvom du grundet en belastningsreaktion oplever modløshed, føler dig fastlåst eller langt væk fra arbejdsmarkedet.



Indhold

Under vores 12 ugers forløb vil du blive tilknyttet følgende hold:

Mandage

Formiddag Fysisk træning

Onsdage

Kl. 09.00-10.30 Holdundervisning

Kl. 10.30-10.45 Pause

Kl. 10.45-11.45 Afspænding

Torsdage

Formiddag Fysisk træning.
Bla. i Arena, Aabenraa

De individuelle samtaler

Aftales separat med tilkoblede faglige kompetencer

Sted

Michael Jepsens Plads 1-3, 2 sal,
6200 Aabenraa

Forløbet består af 4 elementer

- Du inviteres til en indledende samtale med fokus på fastlæggelse af din personlige handlingsplan
- Holdundervisning i arbejdsmarkedsrettede moduler
- Fysisk træning og afspænding med en optimeret kropsforståelse som målsætning
- Individuelle samtaler, som skal hjælpe og styrke dig til at komme i mål med din plan for fremtiden



Afbud og yderligere
information kontakt:

Sandi Müller
Administrationschef, Aabenraa
tlf. 20 47 37 50
sandi@lehman-partners.dk



Lehman
Partners

Lehman Partners er et konsulenthus med mere end 15 års erfaring i at hjælpe ledige og sygemeldte mennesker med stress, angst, lettere depression samt fysiske og/eller sociale begrænsninger tilbage på arbejdsmarkedet. Hvert år hjælper vi mere end 1500 mennesker med at genfinde arbejdsglæden og vende tilbage til et produktivt og trivselsorienteret arbejdsliv. Vores tværfaglige specialistteam består af bl.a. erhvervsfolk, psykologer, psykoterapeuter, fysioterapeuter, søvneksperter m.fl.

Skodsborg

Grevinde Danners Palæ
Skodsborg Strandvej 113
2942 Skodsborg

Aabenraa

Rhederi M. Jebsen Bygningen
Michael Jebsens Plads 1-3, 2. sal
6200 Aabenraa

+45 2010 0526
info@lehman-partners.dk
www.lehman-partners.dk

Følg os på



CVR: 36 93 27 32