

# PÅ SPORET

SUND VEJ UD  
AF LEDIGHED

**Til dig, der gerne vil trives bedre og få hjælp til en vej til job eller uddannelse.**

På sporet tilbyder et trivselsforløb på minimum 13 uger, der består af:

- At undersøge individuelt og i små grupper, hvad der skal til, for at du trives.
- At vi laver en plan, så du kan få hverdagen til at hænge bedre sammen.
- At vi sammen med dig afklarer, hvordan det kan lykkes at komme i gang med job eller uddannelse.

jobcenter  
Favrskov

Akantus

# PÅ SPORET

SUND VEJ UD  
AF LEDIGHED

jobcenter  
Favrskov

Akantus

**På Sporet 2**

**Favrskov Kommune**

# På Sporet 2 - Favrskov

## Information til deltagere

### Formål

På Sporet 2 har til formål at forbedre din trivsel og styrke dine muligheder for job eller uddannelse.

### Indhold – Minimum 13 uger

Hvis du har behov for et lidt længere forløb, vil du her få mulighed for undervisning ved psykolog og jobcoach og også med vægt på individuelle samtaler og målrettet støtte til job, uddannelse og selvforsørgelse. Der vil også være et modul på 4 uger med undervisning i hverdagsøkonomi.

### Vi arbejder med

- en forsamtale med psykologen, hvor I taler om forløbet og dine særlige behov og muligheder
- at undersøge individuelt og i små grupper, hvad der skal til, for at du trives
- at forbedre din trivsel
- fokus på muligheder frem for forhindringer
- at afklare, hvad der skal til, for at det kan lykkes at komme i gang med job eller uddannelse
- Målrettet støtte til praktik, job eller uddannelse

Undervisningen foregår i grupper, hvor vi vil gennemgå små oplæg og redskaber, du vil kunne bruge i din hverdag. Vi lægger vægt på at inddrage dine egne erfaringer.

### Hvordan foregår det?

Du skal møde 2 gange om ugen 2 timer hver gang og til individuelle samtaler efter aftale. Ved forsamlingen får du besked på, om du skal møde kl. 10 – 12 eller kl. 13 - 15

### Livsmestring ved psykolog

Tirsdage kl. 10 – 12 eller kl. 13 - 15 er der undervisning og aktiviteter i forhold til din trivsel med psykolog Leila Tipsmark. Individuelle samtaler efter aftale.

### Job- og uddannelsescoaching

Torsdage kl. 10 – 12 eller kl. 13 – 15 med job- og uddannelsescoach Morten Odde med fokus på job eller uddannelse.

Leila Tipsmark og Morten Odde kommer fra konsulentfirmaet Akantus, som har stor erfaring med udvikling af mennesker rettet mod trivsel og job eller uddannelse.

### Hvem kan deltage?

Du kan deltage, hvis du er ledig og er udfordret af sociale eller psykologiske problemer. Du afklarer sammen med Jobcenteret, om forløbet er noget for dig. Din jobplan udarbejder du sammen med din sagsbehandler.

### Hvor foregår det?

"Ågården", Ågade 97, 8370 Hadsten

### Psykolog Leila Tipsmark

tlf. 30 50 28 19  
[leila.tipsmark@akantus.net](mailto:leila.tipsmark@akantus.net)

### Jobcoach Morten Odde

tlf. 30 43 71 73  
[morten.odde@akantus.net](mailto:morten.odde@akantus.net)