



Nøkkelen til god arbeidshelse!

Karriereveiledning i et helsefremmende perspektiv

Forskning viser at det å handle i tråd med egne styrker, interesser og personlighetstype skaper engasjement og motivasjon for både måloppnåelse, utholdenhet og prestasjoner.

Programmet «Friske Valg» går over 6 uker og i denne perioden er det satt av 3 hele kursdager med et variert innhold. Sentrale temaer er:

- Personlig utvikling
- Selvledelse
- Kommunikasjon
- Tankesett
- Stressmestring
- Oppmerksomhetstrening
- Motivasjon
- Endringsprosesser
- Målarbeid

Vi jobber innenfor feltet positiv psykologi, der vi hele tiden ser etter individets styrker og ressurser. I vårt program benytter vi **vip24** som er et anerkjent profil- og samtaleverktøy for arbeidslivsveiledning som kartlegger verdier, interesser og personlige preferanser. Vi har fokus på 24-timers mennesket og kartlegger friskfaktorer og finner kilder til overskudd og arbeidsglede.

- 6 ukers program m/3 dagers kurs
- Coaching/lederstøtte
- Teamutvikling
- Oppmerksomhetstrening
- Stressmestring
- Fysisk aktivitet

FRISKE VALG

Et program for økt arbeidsnærvær med støtte og oppfølging av sykemeldte i arbeidslivet

«Involvering av en objektiv tredjepart i en fastlåst situasjon for oss og arbeidstaker, gjorde prosessen ryddig og profesjonell med en løsning som begge parter var veldig fornøyd med»

- Arbeidsgiver i Horten

Få økt arbeidsnærvær med fokus på mestring og livskvalitet!

Sykefravær kan være krevende for både arbeidstaker og arbeidsgiver. Funksjonsvurdering er et tiltak vi tilbyr arbeidsgivere med sykemeldte arbeidstakere eller ansatte som står i fare for å bli sykemeldt.

Oppfølging av sykemeldte kan føles som en balansekunst både for ansatt og ledelse. Hva vil og kan jeg fortelle? Hvor går den private grensen, og hvordan viser jeg som leder omsorg uten å være invaderende?

Mange spørsmål og tanker kan komme opp. Vi kan bidra med lederstøtte/coaching, samt være en trygg tredjepart som kan bistå egen HR avdeling.

Prosessen går over 6 uker og målet er å opprettholde eller reetablere et aktivt arbeidsforhold for arbeidstaker. Jobbintro har erfaring og kompetanse til å bistå begge parter til å komme videre i disse prosessene.



«Friske Valg» er et program som har til hensikt å ivareta og styrke et godt arbeidsmiljø, ha fokus på arbeidsnærvær og hindre frafall fra arbeidslivet. Våre erfarne veiledere følger den enkelte arbeidstaker gjennom hele programmet.

Ved oppstart av programmet kartlegges mulighetene for å stå i eksisterende arbeid eller om omplassering eller nyorientering er mer aktuelt.

Jobbintro

Kursdatoer for 3 dagers kurs med oppstart høst 2018:

28.-30. august
25.- 27. september
30.okt-1.november

Karlegging og vip24 gjennomgang skjer ca 1-2 uker FØR kursstart.

«Nå forstår jeg lettere hva jeg kan gjøre selv for å bedre min egen helse og arbeidsevne»

- en arbeidstaker i Vestfold

Kontaktperson:

Laila Ryvænge
905 07 905

laila.ryvaenge@jobbintro.no

www.jobbintro.no