

Heso hankkeen Hyvinvointivalmennus

Kenelle?

Sinulle Oululainen Työnhakija!

- ✓ Vahvista voimavarojasi, motivaatiosi ja toivoasi, jotta työnhaku voi edetä keveämmin ja lisää itsetuntemusta työnhakua, työelämää ja kokonaiselämää silmälläpitäen
- ✓ Palvelu sopii sinulle, kun tähtääät työelämään tai opintoihin ja etsit tukea työllistymiseen ja yleiseen vahvistumiseen
- ✓ Voit osallistua iästä, koulutuksesta ja työkokemuksesta riippumatta.
- ✓ Olet valmis työskentelemään ryhmässä suomen kielellä.

Mitä, missä ja milloin?

Hyvinvointivalmennuksessa saat ryhmävalmennusta 20 krt maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 10-14 ja yksilövalmennusta henkilökohtaisen tarpeen mukaisesti 5-10 kertaa 10 vk:n valmennusaikana.

- ✓ Vahvistat itseäsi työnhakijana
- ✓ Lisäät itsetuntemustasi ja psyykkistä/fyysistä/sosiaalista hyvinvointiasi
- ✓ Kirkastat suuntasi ja etenet kohti tavoitettasi
- ✓ Etsitään yhdessä töitä ja/tai opiskelumahdollisuuksia

Oulun ydinkeskustassa BusinessAseman viereisessä talossa, Isokatu 47, 3 krs.

Katso ryhmävalmennusajat 2026-2027 ja ilmoittaudu mukaan Heson kotisivujen kautta!

<https://odl.fi>

Hyvinvointivalmentajat



Aino Niittyluoma p. 044 393 2520



Mari Mäenpää p. 044 393 2519

Projektipäällikkö Ulla Kaipainen p. 050 312 5694 Sähköpostit etunimi.sukunimi@odl.fi

Työnhakija asiakkaille suunnatun palvelusivun löydät ODL:n palveluista ja/tai hakusanalla

Heso – Henkistä ja sosiaalista voimaa työnhakuun

<https://odl.fi/palvelut/odl-yhdessa/tukea-tyoelamaa-varten/heso-henkista-ja-sosiaalista-voimaa-tyonhakuun>



Euroopan unionin
osarahoittama



Elinvoimakeskus

OULU



BUSINESSOULU

ODL 
Yhdessä

130 Elämän
solmuissa
vuodesta 1896