



**Samordningsförbundet  
Skåne Nordost**



### ► **Arbetsmarknadsenheten**

Kasernvägen 2  
281 35 Hässleholm

Hässleholms kommun  
[www.hassleholm.se](http://www.hassleholm.se)

### ► **Hitta till oss**

#### **Med bil**

Om du kommer med bil finns en stor besöks-  
parkering bakom arbetsmarknadsenheten.

#### **Med stadsbussen**

Ta buss nummer 1 mot Garnisonen och hoppa  
av på Logementsvägen.

Varmt välkommen!  
Arbetsmarknadsenheten

# Gemensam kraft

Aktiviteter riktade till dig som har ett behov av  
att komma i gång med aktivitet för att närma dig  
arbetsmarknaden.



**Hässleholms  
kommun**

► **Hässleholm nästa.**



# Vad är Gemensam kraft?

**Gemensam kraft riktar sig till dig som har ett behov av att komma i gång med aktivitet som kan stärka dig på din väg framåt för att närma dig arbetsmarknaden. Samtliga aktiviteter syftar till att du deltar i det dagliga umgänget och lär dig nya saker som kan ge värdefulla erfarenheter, större självförtroende och insikt i vad du behöver i ett kommande arbete.**

## **Socialrådgivare/coach**

När du börjar i Gemensam kraft får du träffa en socialrådgivare som även fungerar som din coach. Coachen kommer följa dig under hela den tiden du är inskriven i Gemensam kraft. Tillsammans kartlägger ni din situation och gör en personlig planering med mål och delmål och aktiviteter.

## **Friskvård**

Aktiviteten friskvård erbjuder dig rörelse med fokus på återhämtning. Friskvård sker i form av gemensam promenad. Under promenaden fokuserar du på medveten närvaro och uppleva dina sinnen så som hörsel, känsel och lukt.

## **Föreläsningar om hälsa**

Lär dig mer om hälsa genom föreläsningar som handlar om sömn, kost, motion, stress, motivation och social hälsa. Fokus ligger på hur dessa faktorer påverkar din vardag och ditt arbetsliv.

## **Informationsträffar och rekryteringsträffar**

Lär dig mer om olika yrken genom att delta på informationsträffar där arbetsgivare berättar om vad de söker för kompetens och hur det fungerar på deras arbetsplats. Även information om utbildningar samt studiebesök på arbetsplatser.

## **Arbetssträning**

Träna på att vara på en arbetsplats och i ett socialt sammanhang med andra personer. Du får prova på olika arbetsuppgifter utan krav på produktivitet. Du får en handledare som du följer på arbetsplatsen. Vilken arbetsplats som passar bestämmer du tillsammans med din coach.

## **Arbetssträning En renare kommun**

På En renare kommun får du prova arbetsuppgifter tillhörande yttre städ och renhållning runt om i Hässleholm. Man är mycket utomhus och handledare finns alltid nära tillhands och stöttar dig att med arbetsuppgifterna. Ni arbetar i mindre grupp och tar er tillsammans runt i gemensam buss.

## **Arbetssträning Restaurang och service**

Träna på olika arbetsuppgifter i Arbetsmarknadsenhetens kök. I köket är det vanligt att samarbeta med andra. Arbetsuppgifter anpassas efter din förmåga - men kan tex vara matlagning, diskning, baka, hålla rent i kök och servering. Handledare finns alltid nära tillhands och stöttar dig i att utföra uppgifterna.

## **Arbetsmarknadskunskap**

Lektioner och samtal kring allt som rör arbetsmarknaden och arbetslivet. Exempelvis vilken kompetens efterfrågar alla arbetsgivare som inte kräver någon formell utbildning? Varför är CV och personligt brev viktiga dokument för dig?

## **Karriärstöd**

Aktiviteten Karriärstöd erbjuder dig stöttning i att skriva riktat cv och personligt brev till jobbannonser. Du kan också få hjälp med att komma i kontakt med en studie- och yrkesvägledare.



Arbetsmarknadsenheten



Arbetsmarknadsenheten  
Hässleholms kommun

