Isät ja äidit osaa!

-verkko-ohjausta vanhemmille

DUUNI-hanke tarjoaa 16-29 -vuotiaille vanhemmille verkko-ohjausta, 6 ryhmätapaamista sekä 3 yksilötapaamista

* oman tulevaisuuden pohtimiseen
* koulutus- tai työpolun hahmottamiseen sekä
* vanhemmuuden taitojen ja oman osaamisen tunnistamiseen.

Tarjolla on kaksi verkkototeutusta. Mitä se tarkoittaa? Verkko-ohjaukseen osallistuminen onnistuu mukavasti, jos sinulla on käytössäsi tietokone tai tabletti, jolla pystyt kirjoittamaan sekä perustaidot verkkoympäristössä toimimisesta.

Lisätietoja ryhmistä ja sisällöistä saat Veera Vähämaalta ja Pauliina Keskinarkaukselta.

Sinua kiinnostavaan ryhmään voit ilmoittautua mukaan viimeistään 4.5.2020 sähköisellä [webropol lomakkeella](https://link.webropolsurveys.com/S/AA8274F785F78CB0).

# Supervanhemmat!

Supervanhemmat! -ryhmä on omakuvalliseen työskentelyyn keskittyvä osaamisryhmä, jossa pohditaan omia vahvuuksia ja tulevaisuuden suuntia luovalla tavalla.

Ryhmässä tehdään helppoja kirjoitusharjoituksia ja keskustellaan niiden herättämistä ajatuksista.

Yksilötapaamisissa saat räätälöityä apua oman osaamisesi esittelyyn ja tulevaisuutesi suunnitteluun.

Ryhmää ohjaa sanataiteilija Veera Vähämaa.

* pe 8.5. klo 13-14.30 Tutustuminen
* pe 15.5. klo 13-14.30 Vanhemmuus voimavarana (yhdessä Oma polkuni tulevaan -ryhmän kanssa)
* pe 22.5. klo 13-14.30 Vanhemmuuden variaatiot (yhdessä Oma polkuni tulevaan -ryhmän kanssa)
* pe 29.5. klo 13-14.30 Itsensä johtaminen (yhdessä Oma polkuni tulevaan -ryhmän kanssa)
* to 4.6. klo 13-14.30 Tulevaisuuden työelämätaidot
* pe 12.6. klo 13-14.30 Vuorovaikutus

# Oma polkuni tulevaan - vanhempien tulevaisuusvalmennus

Nuori isä tai nuori äiti, pohditko työ- tai koulutuspaikkaa? Selvitä taitosi ja tule mukaan tulevaisuusryhmään!

Ryhmässä tunnistat osaamisesi ja vahvuutesi sekä pääset jakamaan kokemuksia muiden vanhempien kanssa. Kurota unelmiisi ja tule suunnittelemaan omaa tulevaisuuttasi kohti työ- tai koulutuspaikkaa!

Ryhmässä hyödynnetään luovia harjoituksia ja käydään luottamuksellista keskustelua. Ryhmää ohjaa Lapin yliopiston uraohjaajat Pauliina ja Linda sekä sanataiteilija Veera. Yksilötapaamisissa saat räätälöityä ohjausta oman osaamisesi esittelyyn ja tulevaisuutesi suunnitteluun.

* ti 12.5. klo 13-14.30 Tutustuminen ja tavoitteet
* pe 15.5. klo 13-14.30 Vanhemmuus voimavarana (yhdessä Supervanhemmat! -ryhmän kanssa)
* pe 22.5. klo 13-14.30 Vanhemmuuden variaatiot (yhdessä Supervanhemmat! -ryhmän kanssa)
* pe 29.5. klo 13-14.30 Itsensä johtaminen (yhdessä Supervanhemmat -ryhmän kanssa)
* ti 2.6. klo 13-14.30 Tulevaisuuden työelämä ja työelämätaidot
* ke 10.6. klo 13-14.30 Tulevaisuusharjoitus

# Kysy lisää ryhmistä:

Supervanhemmat! -ryhmä

Veera Vähämaa,

[vjvaha@gmail.com](mailto:vjvaha@gmail.com)

Oma polkuni tulevaan - vanhempien tulevaisuusvalmennus -ryhmä

Pauliina Keskinarkaus,

[pauliina.keskinarkaus@ulapland.fi](mailto:pauliina.keskinarkaus@ulapland.fi)