

HYVÄ NUORI

Mitä tämä maksaa?

Valmennukseen kuuluvat majoitus, ruuat, arjenhallinnan ohjaus ja aktiviteetit sekä valmennuksen aikaiset kuljetukset ovat sinulle maksuttomia. Lisäksi sinut on vakuutettu Nuotta-valmennuksen aikana. Tärkeää on, että yhdessä omaohjaajasi kanssa sovitte sinulle mahdollisesti tukia maksavan tahon kanssa, että tukesi jatkuvat myös valmennuksessa ollessasi.

Muita toimintamuotoja ovat:

Työkokeilu/-harjoittelu. Jos et ole vielä varma siitä, mihin päin tulevaisuudessa suuntautuisit, niin silloin Metsäkartanon Nuotta-valmennus saattaa olla yksi mahdollisuus sen selvittämiseen. Meillä Metsäkartanolla voit kokeilla seuraavia työtehtäviä: kiinteistönhuolto, ohjelmapalveluohjaaja tai siistijä.

Yhtäköyttä-valmennus. Tarkoituksena on esim. työpajalla olevien nuorten tiimiyttäminen, toisiinsa tutustuttaminen sekä nuoren oman itsetunnon kehittäminen ja tämän omien voimavarojen löytäminen. Ryhmäkoko max. 20 nuorta ja kesto 1-2 vrk:ta.

Jos haluat lisätietoa, niin voit olla minuun yhteydessä.

Tero Muuri
koordinaattori/ vastaava ohjaaja
Metsäkartanontie 700,
73900 RAUTAVAARA
puh: 040 8396 355 fax: 017 780 026
email:tero.muuri@metsakartano.com

Onko päivärytmi rempallaan?

Eikö ole päivisin mitään tekemistä

Eikö opiskelu ja ammatin hankinta kiinnosta?

Käytätkö päihteitä liikaa?

Eikö taloutesi pysy tasapainossa?

Jos kuulosti tutulta, niin silloin juuri **sinulle** on tarkoitettu...

Nuotta-valmennus

Mitä se on?

Nuotta-valmennus on tarkoitettu (13-) 16–25-vuotiaille nuorille, joilla on tarvetta saada tukea arjenhallintaansa. Ongelmat voivat liittyä mm. seuraaviin elämän osa-alueisiin: opiskelu, työ, harrastukset, koti, päihteet ja terveys.

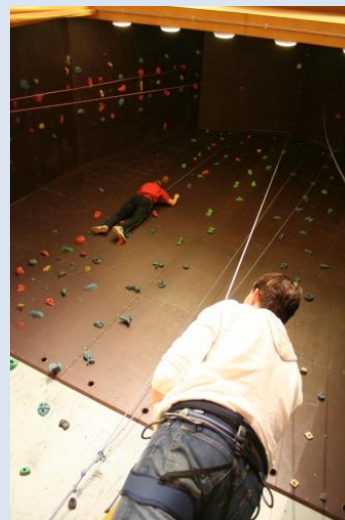
Mistä sitä saa?

Nuotta-valmennusta annetaan nuorisokeskus Metsäkartanolla, joka on yksi Suomen kymmenestä nuorisokeskuksesta. Metsäkartano sijaitsee kauniilla niemellä Ylä-Keyritty-järven rannalla.



Mitä siellä tehdään?

Nuotta-valmennuksen tavoitteena on auttaa ja tukea sinua kohti opiskelua, ammattia ja työn saamista. Tärkeää meille on se, että saat valmennuksessa ollessasi positiivisia kokemuksia.



Valmennus koostuu arjenhallintaa tukevasta ohjauksesta esim. keskusteluryhmistä sekä erilaisista menetelmistä, kuten verkostokartta, tulevaisuuden muistelu, tunne-elämän jana jne.

Valmennukseen kuuluu myös Metsäkartanon laajan aktiviteetti tarjonnan hyödyntäminen, kuten melonta, seinäkiipeily, lumikenkäily, kuntosali. Meillä on mahdollista myös harjoittaa kädentaitoja mm. luukorujen teossa tai paitojen painannassa. Teemme myös tutustumisretkiä lähialueille, kuten Nilsiä Tahkavuorelle, Kolille, Joensuuhun tai Siilinjärvelle.

Aktiviteetit ja retket suunnitellaan pitkälti yhdessä teidän nuorien kanssa.

Kuinka kauan valmennus kestää

Valmennus on suunniteltu kestämaan yhteensä 5 viikkoa, joista kolmena viikkona olet Metsäkartanolla ja kahtena kotonasi. Kotijaksoille saat mukaasi pieniä kotitehtäviä, joiden avulla itsenäisesti pohdit tilannettasi.

Kuinka valmennukseen pääsee?

Valmennukseen haetaan hakemuslomakkeella, joita saa Metsäkartanon Nuotta-valmennuksen koordinaattorilta.