



Ohjaamo

Ajankohtaista

Ohjaamon ovet aukeavat normaalien aukiolojen mukaisesti (ti, ke ja to klo 13-16) tiistaina 6.8.2024.

Tällä viikolla:

Mikä on Ohjaamo?

Ohjaamo on valtakunnallinen, monialainen matalan kynnyksen palvelupiste kaikille alle 30-vuotiaille.

Suomessa on tällä hetkellä noin 70 Ohjaamo.

[Ohjaamo.fi](https://www.ohjaamo.fi)

Ohjaamo on oikea paikka esimerkiksi

- kun pohdit vaihtoehtoja opintoihin tai työllistymiseen liittyen

- kun tarvitset tietokonetta, apua työnhakuun tai hakemusten täyttämiseen (CV, työhakemus, työhaastattelu ym.)
- kun olet itsenäistymässä, muuttamassa tai kaipaat neuvoa raha-asioihin (omaan asuntoon muuttaminen, raha-asoiden suunnittelu, Kelan tukiasiat)
- kun hyvinvointiin liittyvät asiat huolettavat (jaksaminen, ahdistus, päihteet, arjenhallinta, ym.)

Imatran Ohjaamon toimintaa tuottavat Imatran kaupunki, TE-toimisto ja Etelä-Karjalan hyvinvointialue yhdessä Kelan, Sampon, Klubitalon sekä muiden yhteistyökumppaneiden kanssa.

- Sinun ei tarvitse tietää, ketä tulet tapaamaan tai mitä palvelua tarvitset, sillä sinua on vastassa aina Ohjaamon työntekijä, joka saattaa sinut oikeaan paikkaan.
- Asiointi on aina maksutonta ja luottamuksellista, rennossa ympäristössä kahvikupposen äärellä, tule rohkeasti käymään!

Ohjaamo on aina oikea paikka - Yksi ovi, monta palvelua!

Hyvinvointi

- **Walk in -psykiatrisen sairaanhoitajan tapaamiset** Ohjaamolla joka torstai kello 13-16. Paikalla ohjaamovalmentajamme Hanna Mol Kentin (psyk.sairaanhoitaja). Voit tulla juttelemaan mielen asioista ammattilaisen kanssa nyt todella matalalla kynnyksellä ilman, että sinun tarvitsee varata aikaa. Tule vain paikan päälle ja kysy ovella Hannaa, helppoa!
- **HOT-valmennus:** Hyväksymis- ja omistautumisterapia on erittäin toimivaksi todettu metodi, jonka avulla on mahdollista tarkastella omaa elämäänsä helpon ajatusmallin kautta. Mikä sinulle on elämässä oikeasti tärkeää? Mitkä asiat voisivat viedä sinua sitä kohti, mitkä taas vievät siitä pois? Ota yhteyttä ohjaamovalmentaja Hannaan, joka on koulutettu HOT-valmentajamme.
- **Nepsy-ohjaus:** Ohjaamojen Onnin nepsy-valmentaja Hanna Suikkanen tavattavissa Ohjaamolla ajanvarauksella. Voit olla suoraan Hannaan yhteydessä: hanna.suikkanen@te-toimisto.fi, p. 050 4717877.

Työllistyminen

Ohjaamoon voit tulla selailemaan avoimia työpaikkoja, tekemään CV:tä ja täyttämään työhakemuksia ohjaamotyöntekijän kanssa tai itsekseen. Ohjaamon ja TE-toimiston työntekijät auttavat työnhaussa aina aukioloaikoina.

- **Kesäduunikuntoon Ohjaamossa!** Voit tulla käymään milloin tahansa aukioloaikoina yksin tai kaverin kanssa hoitamaan kuntoon ansioluettelon (CV:n), hiomaan kuntoon työhakemus pohjan, harjoittelemaan haastattelutilannetta tai kyselemään vinkkejä työnhakuun.
- **Kesätyöseteleitä** jaetaan imatralaisille, ruokolahtelaisille, rautjärveläisille sekä parikkalalaisille nuorille yhteistyössä kuntien ja OP Etelä-Karjalan kanssa. Täytä sähköinen hakemus nettisivulla (linkki alla).
- **Duunisetelit:** Saimaan ammattiopisto Samposta valmistuneet voivat hakea hakuaikoina 1500€ arvoista duuniseteliä tueksi työpaikan saamiseen. Täytä sähköinen hakemus, kun tiedät valmistumispäivämääräsi (linkki alla).
- **WorkPilots- keikkatyöt:** Ohjaamo työllistää nuoria WorkPilots- sovelluksen kautta. Tienaa omaa rahaa 10e/tunti ja kerrytä arvokasta työkokemusta. Seuraile pitkin kevättä avautuvia työtehtäviä ja hae niistä sinulle sopivia. Ohjeet löytyvät alta liitteistä. Lataa sovellus ja rekisteröidy työntekijäksi!
 - Mikä on siun **unelmaduuni?** Haluaisitko järjestää tapahtuman, ottaa valokuvia tai tehdä musiikkiesityksen? Kerro ideasi ohjaamolaisille niin se voi olla mahdollista toteuttaa. Palkkio 14e/h.
- **Työhaun pikatreffit:** TE-toimiston ja Ohjaamoiden järjestämä Työhaun pikatreffit - rekrytapahtuma järjestetään kaksi kertaa vuodessa. Tapahtumissa voit mm. tavata alueen työnantajia, saada ilmaisen CV-valokuvan tai päästä saman tien työhaastatteluun!
- **Sampon uraopinto-ohjaus:** Saimaan ammattiopiston uraopinto-ohjaaja Tiina Koskela on tavoitettavissa Ohjaamon kautta. Mietitkö ammatillisten opintojen vaihtoehtoja? Tule käymään tai ota yhteyttä niin saat apua vaihtoehtojen tutkimiseen ja opintoihin hakeutumiseen.

[Kesätyösetelit](#)

[Duunisetelit](#)

[Workpilots -keikkatyöt](#)

Ryhmätoiminta

- **Ohjaamon kehittäjät (OK) - nuorten ryhmä** 14-29 vuotiaille: Tule mukaan kehittämään Ohjaamon toimintaa! Kokoontumiset järjestetään kerran kuukaudessa yleensä klo 16-18 purtavan äärellä, mukaan voi tulla milloin tahansa. Voit saada WorkPilots- keikkatunteja projektien tai sometiimin kautta.
- **Jännittäjäryhmä:** Ohjaamovalmentaja Hanna on kouluttautunut jännittäjäryhmän -ohjaaja. Koetko sinä jännitystä esim. puheluita soittaessa tai porukassa puhuessa? Ole yhteydessä ohjaamovalmentajaamme! Alkavista ryhmistä lisätään tietoa.

Muuta

- Imatran Ohjaamon uutiskirje verkostolle ja huoltajille lähetetään noin neljä kertaa vuodessa. Kirjeessä tulee ajankohtaista tietoa mm. Ohjaamon toiminnasta ja aukioloista. Kirje on suunnattu esimerkiksi Ohjaamon verkostolle ja yhteistyökumppaneille, nuorten huoltajille sekä muille Ohjaamon toiminnasta kiinnostuneille.

[Tilaa uutiskirje](#)

- Vuonna 2022 julkaistu Imatran Ohjaamon musiikkivideo löytyy YouTubesta, käy kuuntelemassa ja tapaa työntekijöitämme!

[Musiikkivideo \(Youtube\)](#)

Tervetuloa käymään ja ota rohkeasti yhteyttä!

[Jätä palautetta](#)

Liitetiedostot

WORK PILOTS -OHJEET

PDF

UUTISKIRJE TIETOSUOJASELOSTE

PDF

[OHJAAMO_IMATRA_ESITE_2023.PDF](#)

PDF

[TIETOSUOJASELOSTE_OHJAAMO_](#)

PDF

Ohjaamo sijaitsee Torigallerian kauppakäytävällä Imatrankoskella.

Tervetuloa!

Osoite

Einonkatu 10
55100 IMATRA
Suomi

Sähköposti

ohjaamo@imatra.fi

Puhelinnumerot

Ohjaamoneuvoja
[+358 206177277](tel:+358206177277)

Ohjaamovalmentaja
[+358 206171162](tel:+358206171162)

Aukioloajat

Ohjaamo auki
Tiistai - Torstai 13.00 - 16.00

Iina Sainio

Ohjaamoneuvoja
020 617 7277

Hanna Molquentin

Ohjaamovalmentaja
020 6171162

Mari Tentke

erityisnuorisotyöntekijä
0206171131