

Lättläst

Om Arbetsmarknadstorgen Umeåregionen

Arbetsmarknadstorget Umeå

- Är för dig som har behov av fördjupat stöd till arbete eller studier
- Är mellan (16) 18 - 65 år
- Är skriven i Umeå kommun



Samordningsteamerna i

- **Vännäs/Bjurholm**
- **Vindeln**
- **Nordmaling**
- **Robertsfors**

- Är för dig som har behov av fördjupat stöd till arbete eller studier
- Är mellan (16) 18 - 65 år
- Är skriven i någon av nämnda kommuner



FÖRDJUPAT STÖD

Om du har rätt till fördjupat stöd avgör:

- Arbetsförmedlingen
- Försäkringskassan
- Socialtjänsten
- Kommunens arbetsmarknad- & integrationsavdelning
- Psykiatriska kliniken
- Primärvården

ARBETE

Om du behöver stöd för att ta dig ut i ARBETE kan du få:

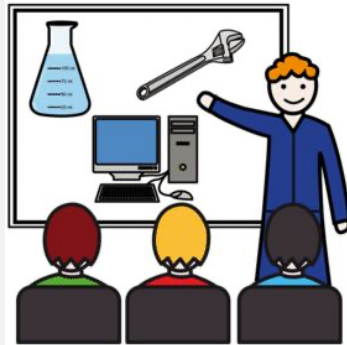
- ta reda på dina arbetsförutsättningar och din arbetsförmåga
- stöd att hitta ett arbete som passar just dig
- information om arbetslivets grundläggande krav
- prova på olika arbetsuppgifter på en arbetsplats eller inom kommunens verksamheter
- prova på hur mycket du kan arbeta på en arbetsplats eller inom kommunens verksamheter



STUDIER

Om du är intresserad av att **STUDERA** kan du få:

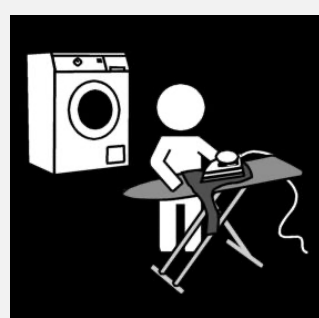
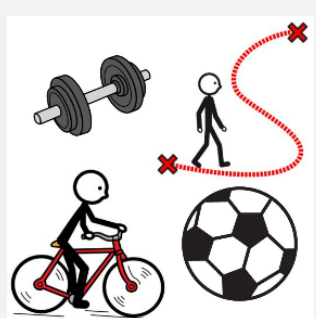
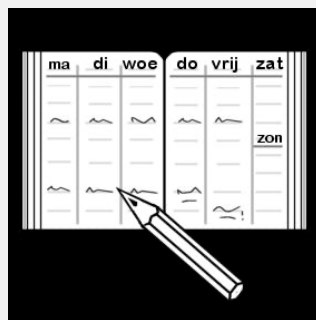
- information om studier
- vägledning om vad som kan passa dig
- hjälp att söka kurser



HÄLSA

Om du behöver stöd kring din **HÄLSA** kan du exempelvis få:

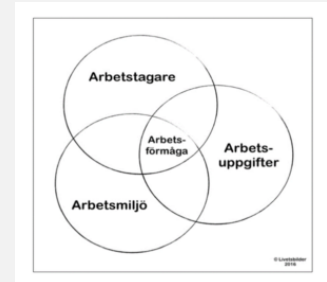
- ta reda på dina behov av sömn, motion och mat
- stöd att skapa rutiner i vardagen
- stärka din självkänsla
- utreda eventuell diagnos



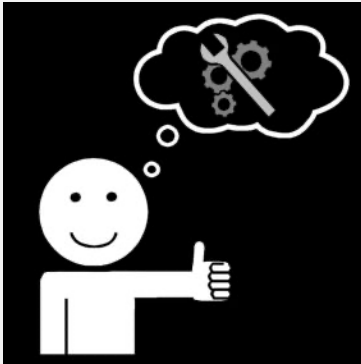
ORDENS BETYDELSE

Arbetsförmåga betyder:

Hur dina förmågor passar ihop med arbetsuppgifterna och miljön på ett arbete.



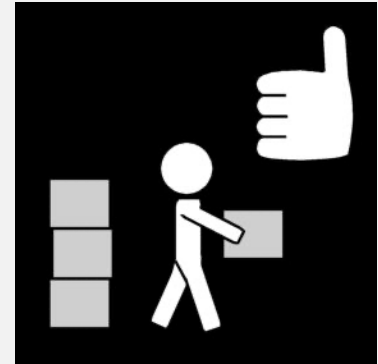
Arbetslivets grundläggande krav betyder:



Vilja arbeta - vara motiverad



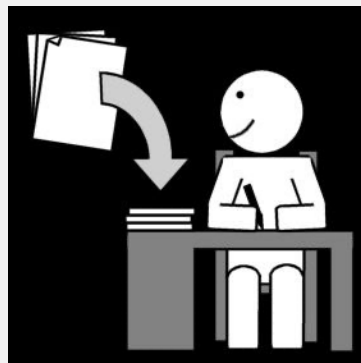
Komma i tid - ha närvaro varje arbetsdag



Utföra ett arbete och slutföra ett arbete



Arbeta självständig efter introduktion och upplärning



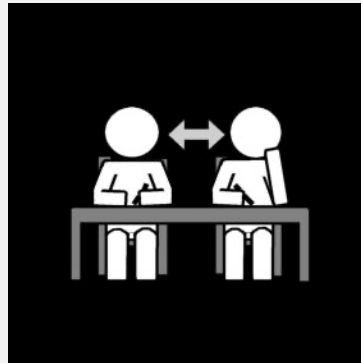
Utföra arbetsuppgifter som man själv inte väljer



Meddela frånvaro via telefon (ringa eller sms)



Ta sig till och från jobbet



Kunna samarbeta och arbeta tillsammans med andra



Skilja på arbetets uppgifter och personliga behov



Ha rena kläder och ha god personlig hygien – god personlig hygien betyder att man är ren på kroppen och har rent hår