



Våra program



Trygghetsstiftelsens programverksamhet hjälper dig söka jobb på ett effektivt sätt

Trygghetsstiftelsen - en kollektivavtalsstiftelse

Våra program

– en plattform för ditt jobbsökande

Att förlora sitt jobb kan vara en krävande erfarenhet. När du som statsanställd blivit uppsagd på grund av arbetsbrist har du rätt till stöd enligt trygghetsavtalet. Det är vår uppgift på Trygghetsstiftelsen att så långt som det är möjligt stödja dig i dina ansträngningar att skaffa nytt jobb. Samma sak gäller dig som till följd av omlokalisering väljer att inte följa med till den nya arbetsorten. I vårt arbete tillsammans är det alltid du och ditt nya jobb som står i fokus. Du kommer att hitta ett nytt jobb, men du måste arbeta för det.

Du är unik – vårt stöd är individuellt

Trygghetsstiftelsen är till för dig som behöver aktivt stöd för att finna ett nytt jobb. Hos oss får du stöd i förhållande till ditt behov och du bemöts med respekt och omsorg. Vår utgångspunkt är att du vill och kan ta ansvar för din situation genom egna val och beslut. Under processen finns vi hela tiden vid din sida för råd och hjälp.

Med trygghetsavtalet som grund söker och genomför vi varje steg mot lösningen tillsammans med dig. På så vis kan du också stärka din självkänsla och frigöra egna krafter, vilket är en förutsättning för att hitta nytt arbete.

Ditt nya jobb – vårt gemensamma arbete

Vår främsta uppgift är att stödja dig i dina ansträngningar att skaffa en ny sys-

selsättning. Genom att hjälpas åt redan under uppsägningstiden, har vi större möjligheter att uppnå Trygghetsstiftelsens övergripande mål – att ingen ska behöva bli arbetslös på grund av arbetsbrist.

Vi tar inte över arbetsgivarens ansvar för avvecklingen. Vi ersätter inte heller Arbetsförmedlingen. Istället fungerar vi som ett komplement till de resurser som finns på annat håll.

Ditt nya jobb – vårt gemensamma mål

Inom Trygghetsstiftelsens programverksamhet får du bland annat kunskaper om sökvägar till de lediga jobben och aktivt stöd i jakten på din nästa anställning. Du får skapa en individuell handlingsplan för jobbsökandet och ditt fortsatta yrkesliv. Denna plan blir du sedan ansvarig för att genomföra. Som personligt stöd får



du en så kallad jobbcoach – en person som stöttar och ser till att du inte tappar sugen.

Målet är att du ska få ett nytt arbete så fort som möjligt. Vår erfarenhet visar att chanserna till nytt jobb eller annan form av sysselsättning är mycket goda för dig som deltar i programmen. Det gäller oavsett vilket yrke du har.

En möjlighet – inget tvång

Viktigast av allt är att du är aktiv. Det är ditt engagemang och din vilja att satsa

som är avgörande för om du ska få ett nytt jobb. Därför ställer vi vissa krav som ska vara uppfyllda om du ska delta i ett program. Du måste vara motiverad. Du måste också ha en genuin vilja att förändra din situation. Och du måste vara beredd att både ge och ta under hela programmet.

Om du har anmält dig måste du också delta. Är du tveksam inför möjligheterna som Programverksamheten erbjuder, så är det bättre att avvakta till ett senare tillfälle.

Nytt jobb med coaching

Programmet hjälper dig att ställa om efter uppsägningen. Du lär dig att effektivt beskriva vad du är bra på, upprättar en jobbsökarplan, gör övningar och får konkreta råd i jakten på ditt nästa jobb.

I programmet Nytt jobb med coaching får du lära dig mer om vilka känslor och reaktioner som är vanliga i samband med förändringar och hur man klarar att tänka om och gå vidare. Du får ett verktyg för att öka din självkänedom och få ökad förståelse för hur du agerar i olika situationer i arbetslivet. Du får även hjälp med att beskriva din kompetens ur olika synvinklar och ringa in vilken typ av jobb du passar för och inom vilken sektor och bransch dessa jobb finns.

En stor del av programmet är vikt åt att ta fram praktiska verktyg inför jobbsökandet. Du får veta mer om hur arbetsmarknaden fungerar och lär dig hur och var du ska söka jobben. Du lär dig även att formulera en bra ansökan och meritförteckning samt tränar på anställningsintervjuer.

När du är klar med Nytt jobb har du skapat en konkret plan för ditt fortsatta jobbsökande. Vi på Trygghetsstiftelsen finns vid din sida under programmet och hjälper dig att uppnå ditt mål. Efter programmet kan du få stöd i ditt fortsatta jobbsökande av en jobbcoach.

Om programmet

I programmet varvas föreläsningar med diskussioner och övningar. Var beredd på att göra hemuppgifter mellan kurstillfällena. Du får återkoppling både individuellt och i grupp.

Programmet innehåller följande moment:

1. Förändringskunskap

Du får veta mer om vilka reaktioner som är vanliga vid förändringar och hur de kan hanteras. Vi utgår från den förändring förlusten av en anställning medför.

2. Kompetensprofil

Du får göra en kompetensinventering där din arbetslivserfarenhet, utbildningar,

tidigare arbetsbeskrivningar och eventuella övriga meriter sammanställs.

För att öka självkänedomens får du också ta fram en personlig profil med hjälp av självskattningsverktyget Decision Dynamics JTI.

Din personliga profil och kompetensinventering vävs sedan samman till en kompetensprofil som är en sammanställning av dina egenskaper, kunskaper, erfarenheter och färdigheter. Du utgår från kompetensprofilen när du ska skapa dokument, som exempelvis ansökningsbrev, senare i programmet.

3. Var och hur hittar jag jobben

Vi går igenom mekanismerna som styr arbetsmarknaden och vilka som får jobben. Du får därefter samla information om och undersöka möjligheterna på din lokala arbetsmarknad. Vi tittar även närmare på olika rekryteringsvägar och hur den osynliga arbetsmarknaden ser ut.

Eftersom många rekryteringar idag sker via Internet går vi igenom de mest användbara Internetadresserna. Du får givetvis träna på informationssökning.

4. Verktyg för jobbsökning

Nu är det dags att börja producera din egen verktygslåda för jobbsökandet. Vi tittar vidare på vilka rekryteringskanaler arbetsgivare använder sig av och hur de kan bearbetas.

Stor vikt läggs vid spontanansökningar och direktkontakter med företag. Du får också lära dig att analysera platsannonser för att därigenom kunna skriva funktionella och profilerade ansökningar.

5. Personlig marknadsföring

I den här delen av programmet får du träna på att lyfta fram dina starka sidor. Du väljer ut en platsannons och skriver en ansökan. Därefter låter vi en person med rekryteringserfarenhet



genomföra en fingerad intervju med dig samt ge återkoppling.

6. Jobbsökarplan

Nu är du redo att göra en jobbsökarplan som hjälper dig att skapa struktur i ditt jobbsökande. Planen ska innehålla konkreta åtgärder för ditt jobbsökande och realistiska och mätbara mål. Här skriver du in dina planerade jobbsökaraktiviteter och en tidsplan.

7. Jobbcoaching

Efter avslutat program, när du ska söka jobb på allvar enligt din jobbsökarplan, får du fortsatt stöd av en jobbcoach. Coachen finns för att stötta dig och engagera dig i jobbsökandet. Han eller hon kan hjälpa dig att använda eller utöka ditt nätverk eller ge nya infallsvinklar om du kör fast. Du har möjlighet att träffa eller ha telefonkontakt med din coach under 10 timmar spritt över fyra till sex månader.

► Programmets längd

Nytt jobb med coaching består av 10 kursdagar spridda över fem veckor. Programmet är en heltidsaktivitet.

► Vilka kan delta?

Alla som är fullt och fast inriktade på att söka nytt arbete.

Nytt företag

Är du redo att skapa önskejobbet på egen hand? Här får du praktiska och teoretiska kunskaper om egenföretagarens vardag. Du arbetar utifrån din egen affärsidé.

Programmet Nytt företag ger dig grundläggande kunskaper om, och insikter i, vad det innebär att starta och driva eget företag. Perspektiven är såväl det marknadsmässiga, ekonomiska och sociala som det personliga.

Du får lära dig vilka egenskaper som är viktiga för en företagare. Du får göra en fördjupad omvärldsanalys för att värdera din affärsidé och du får lära dig hur man bygger goda affärsrelationer. Ett pass är inriktat mot att driva företag med marknads- och ekonomikontroll samt fortsatt affärsutveckling. Allt från avtal och marknadsföring till bokföring och ekonomi står på programmet.

Utbildningens sammansättning och de olika kurspassens ordningsföljd är valda utifrån den verklighet småföretagaren möter i vardagen. Teoripassen varvas genomgående med praktiska övningar som kan vidarekopplas till det egna blivande företaget.

Personlig rådgivning är en viktig del i Trygghetsstiftelsens stöd. Du som

funderar på att starta eget får oftast först träffa en konsult för att resonera om din affärsidé och få en bedömning av om den är bärkraftig. Även efter programmet finns vid behov tillgång till en konsult som under en period coachar dig vidare.

► Programmets längd

Åtta dagar plus en uppföljningsdag efter cirka tre månader. Därutöver får du personlig rådgivning vid behov.

► Vilka kan delta?

Alla som enligt sin handlingsplan i första hand vill starta ett eget företag. En starta eget-konsult har då först gjort en bedömning av varje affärsidé för att se om den är realistisk.

KOMPLETTERANDE PROGRAM

Data

Har du liten eller ingen datorvana? Här får du lära dig de nyttigaste bitarna så att du kan använda dator både i arbetet och privat. Målet med den här kursen är att du efteråt ska känna dig bekväm med datorn som arbetsredskap, ha baskunskaper om IT, kunna hantera ordbehandlingsprogrammet Word, känna säkerhet i hur du hanterar och skriver e-post och kunna söka information på Internet.

Nytt yrke

Om du väl övervägt och kommit fram till att du måste byta yrke så erbjuder vi programmet Nytt yrke. Du får hjälp med att analysera yrkesvalet utifrån dina egna förutsättningar i kombination med utsikterna på arbetsmarknaden. Du arbetar fram en individuell handlingsplan där målet med det nya yrket finns klart angivet.

Välkommen att delta

– var du än bor

Vår Programverksamhet finns i Malmö, Göteborg, Sundsvall och Stockholm. Trygghetsstiftelsen står för kostnader och praktiska arrangemang för dig som deltar.

En uppsägning kommer många gånger som en blixtnedslag från en klar himmel och kan slå ner var som helst, hos vem som helst. Därför har Trygghetsstiftelsen inrättat sin Programverksamhet på fyra geografiskt spridda orter i landet.

I Malmö, Göteborg, Sundsvall och Stockholm finns konsulenter, yrkes- och starta eget-rådgivare med flera, vars dagliga arbete är att på olika sätt stödja och hjälpa dig som deltar i något av våra program i jakten på ett nytt jobb. Här kan du få personlig handledning och tillgång till datorer med Internetuppkoppling.

Trygghetsstiftelsen står för kostnader och praktiska arrangemang när det

gäller resor och hotell för dig som deltar. De ovan nämnda orterna är basen för Programverksamheten, men finns det tillräckligt många deltagare anordnas programmen ibland lokalt på orten.

Så anmäler du dig

Genom din konsultent på Trygghetsstiftelsen får du information om hur du anmäler dig. Du kan även kontakta något av våra kontor, som kan ge besked om praktiska frågor med mera. På vår hemsida www.tsn.se kan du läsa mer om Trygghetsstiftelsen och våra program.



HUVUDKONTOR

STOCKHOLM
Trygghetsstiftelsen
Box 1145
(Kungsgatan 57 A, 5 tr)
111 81 Stockholm
Tel 08-613 14 00
Fax 08-723 05 60
E-post info@tsn.se
Internet www.tsn.se
Kundtjänst 020-613 140

REGIONKONTOR

REGION NORR

SUNDSVALL
Trygghetsstiftelsen
Torggatan 4
852 32 Sundsvall
Tel 060-64 17 80
Fax 08-723 05 60

UMEÅ
Trygghetsstiftelsen
Umestans Företagspark
Hus 3, Våning 4
903 47 Umeå
Tel 0738-307 222
Fax 08-723 05 60

REGION VÄST

GÖTEBORG
Trygghetsstiftelsen
Stora Nygatan 23-25, 5tr
411 08 Göteborg
Tel 031-743 24 40
Fax 031-743 24 49

REGION SYD

MALMÖ
Trygghetsstiftelsen
Stortorget 31
211 34 Malmö
Tel 040-709 10
Fax 040-709 11

REGION ÖST

STOCKHOLM
Trygghetsstiftelsen
Box 1145
(Kungsgatan 57 A, 5 tr)
111 81 Stockholm
Tel 08-613 14 00
Fax 08-723 05 60

VÄSTERÅS
Trygghetsstiftelsen
Slottsgatan 6
722 11 Västerås
Tel 021-15 16 80
Fax 08-723 05 60



UTGIVEN AV TRYGGHETSSTIFTELSEN OKTOBER 2009. 2000 EX. **REDAKTÖR** RICHARD SIGRAY.
GRAFISK FORM SIV ERICSON. **FOTO** CONNY EKSTRÖM. **TRYCK** EKOTRYCK REDNERS AB

**Vill du veta mer, kontakta oss. Välkommen att besöka vår hemsida www.tsn.se.
Därifrån kan informationsmaterial beställas och blanketter skrivas ut.**

© TRYGGHETSSTIFTELSEN OKTOBER 2009