



Jos et tiedä mistä aloittaa,
aloita Ohjaamosta



OHJAAMO



Tuumitko tulevaa?

Etsitkö töitä?

Pohditko raha-asioita?

Stressaako elämä?

Haetko asuntoa?

Haluatko opiskelemaan?



Toimintaa, tietoa ja tukea yhden oven takaa



Ohjaamo on maksuton ja luottamuksellinen matalan kynnyksen palvelu 15–30-vuotiaille. Toimimme ilman ajanvarausta tai vuoronumeroa. Olipa mielessäsi mikä kysymys tahansa, me Kotkan Ohjaamossa autamme sinua löytämään ratkaisun. Meillä voit pohtia asioita vaikkapa työ- ja elinkeinotoimiston asiantuntijan, seurakunnan nuorisotyönohjaajan, mielenterveys- ja päihdehoitajan, etsivän nuorisotyön yksilövalmentajan tai ammatinvalintapsykologin kanssa. Me tuemme ja autamme, sinä päätät.



Osallistu ja vaikuta

Hyviä tilaisuuksia

Meillä on tapahtumia, koulutuksia ja erilaisia ryhmiä, jotka voisivat kiinnostaa sinua!

ohjaamot.fi/web/ohjaamo-kotka/tapahtumat

ohjaamot.fi/web/ohjaamo-kotka/ryhmat

Järjestätkö tapahtuman?

Kuvaatko elokuvan?

Tuunaatko kerhotilan?

Hakekaa rohkeasti projektirahaa!



Tarvitsette vain hyvän idean ja vähintään kolmen nuoren ryhmän. Projektirahaa on mahdollista saada 100–500 €.

ohjaamot.fi/web/ohjaamo-kotka/projektiraha



Tukea ja
neuvoja myös
nuorille
yrittäjille!

ait. rahen. kumppani.

Etsimme sydämellisiä **huipputyyppejä** vanhustyön pariin



Kysy lisää **044 723 3050**
www.koskenrinne.fi



Yksi ovi, monta palvelua



Työ

Haetaan yhdessä töitä, tehdään työhakemus ja ansioluettelo sekä valmistaudutaan työhaastatteluun. Selvitetään mahdollisuutesi työkokeiluun tai työskentelyyn ulkomailla.



Koulutus

Mietitään yhdessä vahvuuksiasi, luodaan urasuunnitelma ja hyödynnetään ammatinvalinnanohjausta. Tutkitaan koulutusvaihtoehtoja Suomessa ja ulkomailla, tutustutaan koulutukseen hakeutumiseen ja parannetaan opiskelutaitojasi.



Terveys ja hyvinvointi

Pohditaan terveellisiä elämäntapoja ja päihteiden käyttöä. Huolehditaan fyysisestä terveydestäsi ja mielesi hyvinvoinnista. Tuetaan tavoitteitasi, unelmiasi ja itsetuntoasi.





Asuminen

Etsitään yhdessä asuntoa, mietitään vuokralla asumisen yleisiä sääntöjä, selvitetään asumisen tuet ja käydään läpi muuttajan muistilista.

Raha-asiat

Laitetaan taloutesi ja budjettisi kuntoon, avataan laskut yhdessä ja haetaan sinulle kuuluvat etuudet.

Vapaa-aika

Etsitään yhdessä harrastusmahdollisuuksia sekä ryhmä- ja vertaistoimintaa. Selvitetään, mitä Kotkalla on sinulle tarjota!

Kämpä

"Tahtoisin tehdä jotakin, mutta mitä?!"

Meillä Rannikkopajoilla saat työkokemusta, mielekästä tekemistä sekä tukea arkesi suunnitteluun. Meillä on taatusti hyvä meininki, joten tule mukaan!

Sillä Sinä olet ainutkertainen!

p. 010 395 9000, rannikkopajat.fi
Seuraa somessa: [@rannikkopajat](https://www.instagram.com/rannikkopajat)



Et tarvitse lähetettä etkä ajanvarausta

Kävele sisään, soita tai lähetä viesti. Voit tulla yksin, kaverin tai läheisen kanssa. Meillä voit myös käyttää veloituksetta tietokonetta, skanneria tai tulostinta.

Ohjaamo Kotka

Yhteisötalo Messi (B-talo)
Kirkkokatu 22
48100 Kotka



040 184 2845
(vastaa Ohjaamon aukioloaikoina)



ohjaamo@kotka.fi



ohjaamot.fi/web/ohjaamo-kotka



Briefly in English

If you don't know where to start, start at Ohjaamo! One-stop guidance center Ohjaamo offers information and guidance for persons under the age of 30. You can get help in matters related to work, education and well-being.

*"Onnea on
ensimmäinen
oma koti"*



Mielessä muutto omaan kotiin?

Tutustu taloihimme ja täytä
asuntohakemus vuokra-asuntoon sähköisesti:
kotkanasunnot.fi

Kotkan  Asunnot