



Susanne Kjær
Socialrådgiver og Coach
www.KlarKurs.dk
Tlf. 22 39 07 17

- ✘ **H**eftige emner for sygemeldte!
- ✘ **U**dfordrende temaer for fleksjobbere!
- ✘ **R**ørende personlige samtaler!
- ✘ **P**ositivt – Oprørende - Meningsfuldt!
- ✘ **S**jovt?.....Du bestemmer selv!
- ✘ **F**okus på DIN fremtid!

For sygemeldte, ledige fleksjobbere og pårørende!

- FÆLLESSKAB DER RYKKER!! -

- Arrangementerne starter kl. 10.00!

'Café Sygemeldt'®

KAFÉ KNUD Skindergade 21, kld. i København

5. Januar:

P.g.a. ombygning foregår dagens arrangement på Sortedam Dossering 5C, Kbh. N hos SR-Bistand.

Hvad er dit første skridt til at ændre dit liv?

Dorte Peary: "Synes du, at det er egoistisk kun at foretage sig det, som du synes er fedt, og som giver dig en masse energi? Tænkt at det er utopisk?"

Hvis nu det alligevel er muligt, vil du så være med?"

www.changecoach.dk og www.peary.dk

12. Januar:

P.g.a. ombygning foregår dagens arrangement på Sortedam Dossering 5C, Kbh. N hos SR-Bistand.

Høj sensitivitet.

1/5 af alle mennesker er født med et meget følsomt nervesystem. Derfor påvirkes vi nemt af film, sanseindtryk og andres følelser. Vi er kreative og indlevende, og vores store personlige ansvarsfølelse har det lidt svært i et professionaliseret job. Berit D. vil indvie i disse særlige udfordringer.

www.udkanter.dk

19. Januar:

P.g.a. ombygning foregår dagens arrangement på Sortedam Dossering 5C, Kbh. N hos SR-Bistand.

Mindfulness som værktøj til at leve med kronisk sygdom

Lone Garnum lider af kronisk sygdom og har god erfaring med mindfulness som redskab til større ro, balance, smertelindring, bedre søvn, mere glæde. – Der vil være meget brugbar instruktion og kontakt med Lone indtil hun kommer igen d. 16. februar.

www.patientcoaching.dk

26. Januar: Vær beredt til din arbejdsprøvning

Selv om det er Jobcentrets ansvar kan man som borger i arbejdsprøvning selv gøre en indsats for at undgå om'ere! – Det er muligt at få medindflydelse og tage styrepinden i egen hånd i forhold til det der skal foregå. Du får materialer der kan bruges og får informationer om hvilken betydning en god arbejdsprøvning har i forhold til f.eks. tilkendelse af fleksjob.

Susanne Kjær www.klarkurs.dk

Du kan læse mere på www.CafeSygemeldt.dk

Det koster 30 kroner for deltagelse pr. gang!