

# AVKLARING

NAV TILTAK



Oppfølgingsenheten Frisk har et stort nettverk av samarbeidspartnere i arbeidslivet. Våre jobbkonsulenter kjenner arbeidsmarkedet godt og de jobber daglig med å finne egnede arbeidsoppgaver og arbeidsmuligheter.

## Passer avklaring for deg?

Avklaring er et tiltak både for deg med og uten arbeidsforhold. Tiltaket kan også være aktuelt hvis du er sykmeldt og ønsker å komme tilbake i arbeid. Er du usikker på hva du kan jobbe med? Kanskje du har fått dårligere helse eller du har vært lenge ute av arbeidslivet? Kanskje du ennå ikke har funnet en jobb som passer for deg? Vårt utgangspunkt er at du har et ønske om en jobb du kan mestre. Du ønsker hjelp til å finne ut hva som er dine arbeidsmuligheter og til å prøve ut arbeidsevnen din.

## Målet med tiltaket

Målet i avklaring er å kartlegge hva du kan jobbe med, hvor mye du kan jobbe og hvilken bistand du trenger for å skaffe jobb. For deg som har et arbeidsforhold vil det dreie seg om hvordan du kan komme tilbake til og/eller fortsette i jobben du allerede har. Ved gjennomført tiltak har du et mål for arbeidsdeltakelse. I tillegg har du en plan med aktiviteter som skal til for å komme dit. Et tydelig mål og en konkret plan er ofte en god start på veien til arbeidsdeltakelse.

## Hva skjer når du er hos oss?

Vi vil sammen med deg kartlegge forhold som er viktige for din arbeidsdeltakelse. Du får veiledning i å finne fram til ditt arbeidsmål og aktiviteter som skal gjennomføres i løpet av tiltaket. Dette kan være aktiviteter på din arbeidsplass - i samarbeid med din arbeidsgiver, eller det kan være utprøving hos annen arbeidsgiver som du finner fram til i samarbeid med din kontaktperson her hos oss.

Tiltaket tilpasses dine individuelle behov. Vi tar utgangspunkt i din kompetanse, erfaringer, interesser og arbeidsønsker, og du får mulighet til å tenke nytt om dine muligheter til å jobbe.

## Varighet/antall timer:

Et avklaringstiltak varer i utgangspunktet i inntil 4 uker, men det kan forlenges med inntil 8 uker dersom det er hensiktsmessig. Tiltaket er et heltidstilbud med 30 timer pr uke, men kan tilpasses individuelt til din kapasitet og NAVs bestilling.

## Hvordan søke?

Ta kontakt med NAV kontoret der du bor. I samarbeid med deg vurderer NAV om dette er noe for deg.

Henvising sendes til Oppfølgingsenheten Frisk - hovedkontor i Moelv:  
Postboks 14 | 2391 Moelv | 62 33 01 33 | [post@oppfrisk.no](mailto:post@oppfrisk.no) | [oppfrisk.no](http://oppfrisk.no)

**OPPFØLGINGSENHETEN**  
*frisk*