

Hvem kan delta?

Livskvalitet og arbeid er et tilbud til deg som:

- Ønsker å få styrket din evne til å mestre hverdagen og erfare hvordan du kan fungere i arbeid og aktiviteter
- Har for tiden liten eller ingen tilknytning til arbeidslivet

Hvordan blir jeg deltaker i Livskvalitet og Arbeid?

Du kan selv søke om plass eller få henvisning enten fra NAV, din fastlege, psykolog, helse-søster eller sosialtjenesten. For mer informasjon kan du besøke oss på NaKuHel-senteret, ringe eller sende e-post. Se baksiden av folderen.



Her finner du oss!

NaKuHel-senteret ligger naturskjønt ved Semsvannet i Asker, - ca 2,5 km fra sentrum. Semsvannsområdet er Askers 1000-års sted! Buss nr 706 går hver time fra Asker stasjon til Sem, og fra Sandvika over Holmen til Sem.



Velkommen til NaKuHel-senteret i Asker!

Semsveien 168, 1384 Asker

Tlf 66 98 75 50

Mob 95 30 73 20

Fax 66 98 75 51

post@nakuhel.no

www.nakuhel.no

LKA-tilbudet støttes økonomisk av NAV, Arbeids- og Inkluderingsdepartementet.



Livskvalitet og Arbeid NaKuHel Asker



- med lysten som drivkraft

- Vil du komme i arbeid?
- Vil du bli med i et sosialt fellesskap og få brukt evnene dine?

Hva er NaKuHel?

Stiftelsen NaKuHel Asker driver Natur-Kultur-Helse-senteret i Asker. Senteret er en møteplass for alle som ønsker et sosialt fellesskap og å delta i positive natur- og kulturaktiviteter. Vi har et vidt spekter av tilbud, og samarbeider med det offentlige, organisasjoner, næringsliv og enkeltpersoner. Senteret drives med betydelig frivillig innsats. Deltakelse i aktivitetene skjer etter evne og lyst. Her er man med på å skape, dele og forme aktiviteter som bidrar til mestring, trivsel og økt livskvalitet.

Hva er Livskvalitet og Arbeid?

NaKuHel-senteret tilbyr arbeidstrening basert på NaKuHel-konseptet, det vil si arbeid og aktiviteter som fokuserer på styrking av egne krefter gjennom sosial inkludering og deltakelse i natur- og kulturaktiviteter. Det tilbys konkrete arbeidsoppgaver og du kan velge mellom en rekke tilbud sammen med andre frivillige.



Natur- og kulturaktiviteter

- *Tur og stavgang*
- *YOGA, avspenning og meditasjon*
- *Vise- og allsang*
- *Korsang*
- *Samtalegruppe for menn*
- *Samtalegruppe for kvinner*
- *Teater*
- *Maling*
- *Naturfag*
- *Litteratur*
- *Bridge*
- *Lokalhistorie*
- *Utflukter*
- *Drivhus og hage*
- *Kreativt verksted*
- *Filosofi*
- *Strikkekafé, m.m.*

Arbeidsoppgaver

- Kjøkken og kafédrift
- Kontor, resepsjon og sentralbord
- Snekring, vaktmesteroppgaver og transport
- Hage- og grøntarbeid
- Renhold og vaskeri
- Barnehage



Samarbeidspartnere

Vi samarbeider med Asker kommune, NAV, bedrifter, organisasjoner, Folkeuniversitetet og andre. I tråd med deltakers ønsker, erfaringene fra arbeidstreningen på senteret, og i samarbeid med våre kontakter, er det vårt felles mål og finne frem til arbeid og aktiviteter som over tid styrker arbeidsevnen og gir økt livskvalitet.

