

Tiesitkö?

Huono terveydentila on merkittävin työllistymisen este työttömien itsensä mielestä.

Tiesitkö?

Työttömistä 59 % on erittäin tai melko tyytyväisiä elämäänsä.

Tiesitkö?

Suomessa alkaa jopa yli 1,3 miljoonaa työsuhdetta vuoden aikana.

Tiesitkö?

94 % Takuusäätiön asiakkaista kokee hyödylliseksi keskustella raha-asioista ammattilaisen kanssa.

Tiesitkö?

Jopa 80% työpaikoista on piilotyöpaikkoja eli niitä ei ilmoiteta auki julkisesti.

mieli
Suomen Mielenterveys ry

Tatsi
Työttömän puolella

 Työttömien
Keskusjärjestö

 Takuusäätiö

Työttömän Ensiapu
tyottomanensiapu.fi

Varaudu työttömyyteen

Tee ainakin nämä

- 1 Dokumentit kuntoon:** pyydä työtodistus ja palkkatodistus sekä varmista, että sinulla on työsopimus tallessa.
- 2 Huolehdi taloudesta:** tee itsellesi budjetti ja kirjaa siihen menot ja tulot (esim. Penno.fi). Alustavan päivärahan voit laskea esimerkiksi TYJ:n päivärahalaskurilla (tyj.fi).
- 3 Selvitä, mihin etuuksiin sinulla on oikeus** ja mistä niitä voi hakea. Neuvontaa saat esim. työttömyyskassasta, Kelasta ja sosiaalitoimesta.
- 4 Muista maksaa laskut** tai neuvotella maksuajasta ennen laskun eräpäivää. Apua saat mm. kunnan velkaneuvonnasta tai Takuusäätiöstä. Ole tarvittaessa yhteydessä velkaneuvontaan ja ulosottoon, sovi toimenpiteistä.
- 5 Hyödynnä päättyvän työpaikan tuki**, vaikka se ei innostaisikaan. Osallistu infoihin, käy työterveyshuollossa sekä selvitä oikeutesi muutosturvaan ja koulutukseen.
- 6 Hakeudu työkykyarvioon**, jos epäilet työkykysi laskeeneen. Pääset siihen työterveyshuollon tai terveyskeskuksen kautta. Tarkista, oletko oikeutettu työterveyshuoltoon jopa 6 kuukautta muutosneuvotteluiden jälkeen.
- 7 Päivitä ainakin ansioluettelo.** Tuo esille uusimmasta vanhimpaan koulutus, kokemus ja osaaminen.
- 8 Kysy suosittelijoiksi** esimerkiksi esihenkilöä ja työkaveria.
- 9 Kysy avoimia työpaikkoja** tuttavilta, sosiaalisessa mediassa tai aiemmilta työnantajilta.
- 10 Huolehdi itsestäsi** ja pidä kiinni arkirutiineista. Pysytkää aktiivisena, nuku ja syö säännöllisesti, tapaa ihmisiä ja liiku itsellesi mieluisalla tavalla.

Yhteistyössä ja vertaistuessa on voimaa.

Älä jää yksin, työllistyä voi pitkän tai lyhyen työttömyysjakson jälkeen.

tyottomanensiapu.fi