

**UVAS-coach**

**Tove Asplund**

**E-POST** [tove.asplund@ragunda.se](mailto:tove.asplund@ragunda.se)

**TELEFON** 0696-68 20 65

**MOBIL** 072-214 59 58

**BESÖKSADRESS** Strandliden, Hemvägen 5 Hammarstrand  
eller Nornan i Stugun

**Ragunda kommun nås också via:**

Kundcenter, tfn 0696-68 20 00

[www.ragunda.se](http://www.ragunda.se)

<https://www.facebook.com/ragundakommun>

och som Uvas Ragunda på facebook

#ragundakommun på Instagram



**UVAS, eller ”Unga som Varken Arbetar eller Studerar” är nåt som kommunen erbjuder dig 15-29 år som efter grundskolan, gymnasiet eller kortare arbeten nu haft svårt att komma vidare.**

Vi jobbar för att du ska ha nåt att göra och slippa bli isolerad eller känna dig utanför. Vi vill stärka din självkänsla, motivera och stödja till dig vidare till arbete, studier, praktik eller nåt annat att göra. Vi jobbar också förebyggande så vi kan hjälpa dig som fortfarande går i skolan om det inte går så bra eller om du funderar på att hoppa av. Det är svårt att fokusera på skolan om resten av livet strular.

Vi vet att det är tufft att vara ung och komma in på arbetsmarknaden, jobben är få och det är svårt att veta vilka jobb som egentligen finns eller vad som behövs för att komma dit. Många unga mår dåligt så om du känner dig stressad, vilsen eller deprimerad är du knappast ensam!

I UVAS jobbar en coach för att stötta dig i din väg in på arbetsmarknaden, till att tjäna egna pengar, jobba eller studera. Coachen kan träffa dig enskilt, göra hembesök och vara ett stöd vid myndighetskontakter. Det kan även förekomma gruppaktiviteter.

UVAS är till för unga i Ragunda Kommun för att kommunen vill att du som är ung ska må så bra som möjligt, känna att du har en plan och nåt att göra. I UVAS samverkar kommunen med bland andra Arbetsförmedlingen och Jämtlands gymnasium/vuxenutbildning.

**Allt deltagande är gratis så välkommen att höra av dig om du har frågor eller om någon du känner är i behov av stöd!**

Kontaktuppgifter hittar du på nästa sida!