

# TIME4HELP- VALMENNUS

## Haasta itseäsi, hae valmiudet kansainvälistymiseen

**Time4Help**-valmennus auttaa sinua ja yritystäsi kansainvälistymisessä ja vahvistaa osaamistasi. Lisäksi saat vertais-ryhmän jaksamisen tueksi ja pääset verkostoitumaan.

**Time4Help** on kansainvälisesti suuntautunut johtajuus-, yrittäjyys- ja palveluliiketoiminnan valmennuskokonaisuus 45-65-vuotiaille **naisille**. **Toiminnalla tuetaan** naisten osaamista, urakehitystä ja yrittäjyyttä nopeasti muuttuvassa työelämässä. Valmennus sisältää **5 pienryhmätapaamista** osaamistasi täydentävistä aiheista ja **opintomatkan**. **Time4Help-valmennus starttaa** vuosina 2019-2020 Pieksämäellä, Mikkelissä tai Savonlinnassa, **kun mukana on vähintään 5-6 osallistujaa**.

### SINULLE NAIKEN, JOKA OLET:

45-64 -vuotias yrittäjä tai muussa työssä

### TIME4HELP-VALMENNUS:

sisältää 5 työpajaa, jotka valitaan ryhmän tarpeisiin teemoista:

- palvelumuotoilun "joka naisen työkalupakki"
- palveluliiketoiminta ja palveluideoiden kehittäminen ja sparraus
- laita itsesi etusijalle: ryhmäcoaching jaksamisen ja hyvinvoinnin vahvistamiseen
- verkostotaidot kansainvälisille markkinoille

Lisäksi:

- Time4Help osallistujana pääset opinto- ja verkostoitumismatkalle jakamaan parhaita käytäntöjä Belgian, Espanjan tai Puolan kumppaniverkoston kanssa.
- Voit osallistua tapaamisiin myös etäyhteyksillä.

Voit vielä vaikuttaa valmennuksen sisältöön, ajankohtiin ja toteutustapoihin.

**OSALLISTUMALLA SAAT:** vertaistukea – tietoa ja taitoa – uusia verkostoja – uutta intoa arjen haasteisiin.

### VALMENNUKSEN HINTA:

- Yksinyrittäjät 150 euroa/osallistuja
- Max. 10 henkilöä työllistävät yritykset ja organisaatiot 250 euroa/osallistuja
- Muut yritykset ja organisaatiot 350 euroa/osallistuja
- Matkat ulkomaille ovat osallistujille omakustanteisia.

### OTA YHTEYTTÄ JA KYSY LISÄÄ:

Kaija Villman, p. 040 176 4667  
kaija.villman@xamk.fi

Pienyrityskeskus  
Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu

Varaamme oikeudenmuutoksiin.

Valmennus on osa Xamk Pienyrityskeskuksen toteuttamaa Time4Help Suomi – Palvelukehitys, Naisjohtajuus, Yrittäjyys -hanketta, joka saa Etelä-Savon ELY-keskuksen kautta Euroopan sosiaalirahaston osarahoitusta. Time4Help Suomi -hanke toteutetaan yhteistyössä eurooppalaisen kumppaniverkoston kanssa.



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu