

## A quién va dirigido

A personas jóvenes que, tras haber vivido un problema de salud mental y encontrarse inactivas, desean recuperar cuanto antes su proyecto vocacional, bien sea a través del acceso a un empleo o retomando los estudios.

## Para participar necesitas

- Tener menos de 30 años
- Una discapacidad reconocida por problema de salud mental igual o superior al 33%

## Cómo inscribirte

Si te interesa participar ponte en contacto con AMAFE:

- A través del correo [info@amafe.org](mailto:info@amafe.org)
- En el teléfono 913 612 768



## AMAFE

Calle Ruiz Perelló,7

913 612 768

[www.amafe.org](http://www.amafe.org)

## CURSO "SIN PAUSA"

Programa de refuerzo de la empleabilidad de personas jóvenes con discapacidad psicosocial



**Psicosocial**



**Psicosocial**

## Qué es Sin Pausa

Sin Pausa es una acción **formativa gratuita** orientada a mejorar la empleabilidad de jóvenes con problemas de salud mental.

## Objetivos

- Formar en habilidades laborales clave para acceder al mercado de trabajo.
- Reforzar habilidades como la iniciativa, la asertividad o la empatía, útiles para entornos formativos y laborales.
- Orientar para la búsqueda de empleo y formación.
- Potenciar estrategias de manejo y herramientas que refuercen la salud mental.
- Promocionar la autonomía de cada participante y su toma de decisiones de cara al proyecto de vida propio.

## En qué consiste

Sin Pausa cuenta con una formación grupal de 230 horas, así como una atención individual de 100 horas para cada participante.

Los contenidos formativos se estructuran en tres áreas: psicología, habilidades administrativas y equilibrio ocupacional y buscan promover la sostenibilidad y la calidad en el empleo y favorecer la movilidad laboral.

Además, Sin Pausa está dirigido a reforzar la empleabilidad y las competencias profesionales de las personas jóvenes no ocupadas y no integradas en los sistemas de educación o formación.

## Comienzo del curso

Las clases de Sin Pausa comienzan en enero de 2023.

Tanto la selección de participantes como la atención individual empiezan en diciembre. Se ofrecen seis plazas, por lo que es importante que reserves la tuya cuanto antes.

## Sobre AMAFE

Somos una entidad sin ánimo de lucro, declarada de utilidad pública que, desde hace más de treinta años, dirige todos sus esfuerzos a conseguir la inserción plena de las personas con problemas de salud mental en la sociedad.

Tenemos una amplia experiencia trabajando en la inserción laboral de jóvenes con problemas de salud mental.

Basándonos en un enfoque centrado en la recuperación, creemos en un trabajo conjunto en el que la persona que recibe ayuda dirige sus propias metas.

Si quieres saber más sobre cómo trabajamos puedes visitar nuestra web en [www.amafe.org](http://www.amafe.org) o seguirnos en nuestros perfiles de Facebook, Twitter e Instagram.