



KARRIÄRVÄXLING

Vad kommer efter handbollskarriären?

Utforska dina möjligheter med stöd av TRS

trs.
trygghetsrådet

Att växla karriär efter att ha varit elitidrottare kan innebära en stor omställning. TRS hjälper dig att hitta en ny och meningsfull väg framåt efter din idrottskarriär.

Som elitidrottare har du möjlighet att ansöka om stöd från TRS redan ett år innan ditt sista kontrakt tar slut. Du kan även få fortsatt stöd upp till två år efter att din idrottskarriär är avslutad. Under hela din karriär erbjuder vi dessutom vägledande samtal för att hjälpa dig planera din framtid.

TRS rådgivare har lång erfarenhet av att hjälpa idrottare som står inför karriärbyte eller omställning. Vi är vana att samtala om dessa frågor och förstår vad det innebär att ha ägnat mycket tid och engagemang åt sin idrott.



Det här stödet kan du få av TRS

- Samtal och coaching av din rådgivare som hjälper dig att sortera vad du vill och vad du kan, hur du ska hitta ditt nya jobb och mycket mer
- Stöd till kompetensutveckling och studier
- Skapa bra ansökningshandlingar: cv, personligt brev, LinkedIn med mera
- Intervjuträning
- Annat stöd för att underlätta vägen mot ett nytt jobb: datorstöd, resor, logi, dubbelt boende med mera
- Om du vill starta eget företag: affärskonsult och näringsbidrag

Så ansöker du

På trs.se hittar du all information om villkoren för att ansöka om stöd och vilka uppgifter du behöver skicka in. Stödet gäller spelare i anslutna svenska klubbar. Tänk på att du måste ansöka senast ett år efter att din senaste anställning har avslutats.



Om Trygghetsrådet TRS

Trygghetsrådet TRS är en kollektivavtalad stiftelse som ger stöd till uppsagda och tidsbegränsat anställda för att snabbt hitta nya möjligheter. Som elitidrottare kan du få stöd att hitta nya karriärvägar efter handbollskarriären.



Torbjörn Norlund
torbjorn.norlund@trs.se
08-673 43 61



Linda Lekander
linda.lekander@trs.se
08-442 97 44



Maria Toft Zulawinski
maria.toft@trs.se
08-442 97 43

TELEFON 08-442 97 30
E-POST trygghetsradet.trs@trs.se
trs.se

trs.
trygghetsrådet