



## FridA 08/20 – Frauen in den Arbeitsmarkt, Kaiserslautern

### RÜCKENWIND FÜR DEN BERUFLICHEN WIEDEREINSTIEG!

Im Rahmen der FridA-Maßnahme unterstützen wir Sie beim Wiedereinstieg ins Berufsleben. Durch gezielte Hilfestellungen erarbeiten wir gemeinsam mit Ihnen berufliche Perspektiven, mit dem Ziel der Integration in den ersten Arbeitsmarkt.

### WIR UNTERSTÜTZEN SIE DURCH PERSÖNLICHES COACHING!

- Welche Betreuungsmöglichkeiten stehen mir zur Verfügung?
- Welche persönlichen Stärken liegen in mir?
- Welches Arbeitszeitmodell kann ich annehmen?
- Welche Chancen bieten sich mir?
- Welche Vorteile entstehen durch ein Praktikum?

### ABLAUF UND INHALTE

#### Einstiegsphase – 9 Wochen

- 2 Einzelgesprächstermine pro Woche, nach Vereinbarung
- Persönliche Situation
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Berufswegeplanung
- Stärkenprofil
- Berufliche Kompetenzen

#### Vertiefungsphase – 13 Wochen

- 3 Präsenztage pro Woche
- Schulungsmodule u.a. zu folgenden Themen: Arbeitsmarkt und Qualifizierung, Bewerbungstraining, Wirtschaftliches Verhalten, Lebenspraktische Themen, Gesundheitsorientierung

#### Betriebliche Erprobungsphase - 4 Wochen

- 5 Tage pro Woche (auch in Teilzeit möglich)
- Individuelle Begleitung während des Praktikums

### Anschließende Begleitung und Unterstützung

- Angebote zu den Themen Familie, Kinderbetreuung, Gesundheit, Freizeitgestaltung
- Stärkung der persönlichen Kompetenzen
- Reflexion und Erfahrungsaustausch

### Individuelles Coaching

Während des gesamten Kurses bieten wir Ihnen ein Einzelcoaching an. Hierbei können wir für Sie abgestimmte Unterstützungsangebote ausfindig machen und Ihre persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten besprechen, planen und sichern.

### TERMINE UND DAUER

Dauer der Maßnahme: maximal 26 Wochen

Beginn der Maßnahme: 24.08.2020

### IHRE ANSPRECHPARTNERIN

BBQ Bildung und Berufliche Qualifizierung gGmbH

Katharina Uhlemann und Claudia Herzhauser

Bahnhofstr. 26-28

67655 Kaiserslautern

Telefon: 0631 343783-12

E-Mail: uhlemann.katharina@biwe-bbq.de

Mobil: 0170 6366377

E-Mail: herzhauser.claudia@biwe-bbq.de

Mobil: 0172 5445524

