

## **Berufsrückkehr Landkreis Darmstadt-Dieburg**

### **Gleichstellung von Frauen auf dem Arbeitsmarkt**

Der Landkreis Darmstadt-Dieburg fördert die berufliche Wiedereingliederung von Frauen nach der Elternzeit und Familienphase.

Die Zentren sefo\_femkom in Darmstadt und das Zentrum für Information, Beratung und Bildung (ZIBB) in Groß-Umstadt bieten hierzu eine Vielzahl von unterstützenden Angeboten. Die Zentren sind frauenpolitische Orte für alle Frauen ohne Einschränkung.

### **Arbeitsbereiche**

- **Frauen und Erwerbsarbeit**  
Angebote zur beruflichen Bildung, Tagungen, Veranstaltungen zu berufspolitischen Themen
- **Orientierungskurse** für Berufsrückkehrerinnen
- **Offenes Bewerbungstraining**
- **Buchhalterin IHK**
- **IHK -Fachkraft**
- **Büro- und Verkaufsmanagement**
- **EBC\*L** European Business Competence\*Lizence (sefo\_femkom)
- **EDV Kurse**, Officekompetenzen
- **Weiterbildungsdatenbank**  
www.frauenbildung-starkenburg.de
- **Existenzgründungsberatung**
- **femmedia Selbstlernzentrum**  
EDV Training, blended learning
- **Soziale Kompetenz** (Seminare - Workshops  
Work – Life – Balance = Live-Work-Balance)
- **Elternzeitseminare und Beratung**  
zur Klärung der Berufsperspektive
- **Potenzialanalyse,**
- **Familienkompetenzanalyse**
- **Kooperationen und Vernetzung** mit Weiterbildungsinteressierten Akteuren aller Couleur zum Schwerpunkt Chancengerechtigkeit auf dem Arbeitsmarkt, Work-Live-Balance
- **Berufliche Beratung und Coaching** für Berufsrückkehrerinnen/ erwerbslose/ erwerbstätige Frauen - Wiedereinstieg, Berufswegeplanung, Weiterbildung, Bewerbung

### **Online-Beratung:**

beratung@zibb-umstadt.de  
mail@femkom.de

Über weitere Angebote informieren Sie sich im Internet oder fordern Sie unsere Flyer an.



Steinschönauer Str. 4b  
64823 Groß-Umstadt

Tel. 06078 72377  
Fax. 06078 72378

info@zibb-umstadt.de  
www.zibb-umstadt.de

# **Berufsrückkehr**

## **Berufsorientierung zum Wiedereinstieg für Frauen und Männer nach der Eltern- und Familienzeit**



### **Förderung**



Stadt  
Groß-Umstadt



### **Kooperation**



## **Module - Peergroup - Coaching**

**Beginn:**  
**22. Februar 2010**

**Gefördert  
durch**



## **Frauen für Frauen e.V.**

bietet seit 1985 Orientierungskurse für Berufsrückkehrerinnen an. Die Kurse richten sich an Frauen, die nach einer längeren Berufsunterbrechung wieder erwerbstätig werden möchten und sich mit ihrer beruflichen Perspektive auseinandersetzen müssen.

### **Kursziel**

Durch intensive Auseinandersetzung mit der persönlichen Lebenssituation und umfassenden Informationen zur Erwerbsarbeit wird die Entwicklung einer nachhaltigen Berufs- und Lebensperspektive für jede einzelne Teilnehmerin erarbeitet. Wir unterstützen die Teilnehmerinnen, indem wir sie an selbst gesteuerte Lernmethoden heranführen und sie befähigen, sich selbstständig Informationen zu beschaffen und diese zielorientiert zu verarbeiten.

Der berufliche Wiedereinstieg oder Umstieg bedeutet Veränderungen und Herausforderungen auf vielen Ebenen: Beruflich neu gefordert zu sein und sich einzuarbeiten gehört dabei genauso dazu wie sich selbst, die Kinder und Partner auf neue Lebensrhythmen und Veränderung einzustellen. Ausgangspunkt unserer Arbeit ist die Lebenswelt von Frauen und Männern, die ihre Berufsperspektive in Verbindung mit ihren Aufgaben in der Familie entwickeln wollen oder müssen.

Nach einer längeren Berufsunterbrechung stellt sich die Frage nach dem Berufsziel und den aktuellen Anforderungen auf dem Arbeitsmarkt neu. Es entstehen Unsicherheiten und Zweifel am eigenen Können und den aktuellen Standards auf dem Arbeitsmarkt. Daran arbeiten wir, damit zum Ende des Kurses jede Frau ihre angestrebte Berufsperspektive kompetent umsetzen kann.

### **Teilnahmevoraussetzungen**

Berufsrückkehrerinnen und -rückkehrer aus allen Berufssparten, die ihre Berufstätigkeit zu Gunsten ihrer Familie längere Zeit unterbrochen haben und sich beruflich neu orientieren möchten.

## **Lernform**

Die einzelnen Lerneinheiten werden je nach Bedarf in der **Gruppe** oder **individuell** erarbeitet. Die Teilnehmerinnen treffen sich nach den Unterrichtseinheiten zusätzlich an 2 Nachmittagen in der Peergroup und an 2 weiteren Nachmittagen während des Praktikums.

Während der gesamten Kurszeit werden Sie **individuell beraten** und bei der Entscheidungsfindung unterstützt.

Nach Abschluss können Sie bis zur beruflichen Integration durch **Einzelgespräche (Coaching)** unterstützt werden.

## **Kursinhalte**

### **Modul I Kompetenzprofile**

- Orientierungsphase
- Bestandsaufnahme
- Kompetenz- und Qualifikationsanalyse (KOMPETENZPASS)

### **Modul II Berufsfindung**

- Berufsbilder
- Möglichkeiten der Weiterbildung
- Praktikumsstellenauswahl und -suche

### **Modul III Bewerbung**

- Schriftliches und mündliches Bewerbungstraining
- Bewerbungsstrategien
- Zielorientierte Internetrecherche

### **Modul IV EDV Grundlagen (bei Bedarf)**

- Einführung Windows XP, MS- Word, Internet

### **Modul V Vereinbarkeit Familie und Beruf**

- Work-Life-Balance
- Stress- und Zeitmanagement

### **Modul VI Recht**

- Arbeitszeitmodelle
- Sozialversicherung

## **Modul VII Praktikum**

- in einem selbst gewählten Betrieb  
4 Wochen jeweils 5 Vormittage

## **Modul VIII Perspektiventwicklung**

- Aktionsplan zur Umsetzung der persönlichen Berufsperspektive

## **Zeitstruktur**

**Module** jeweils Mo, Mi, Fr  
8.30 – 12.00 Uhr

Während der hessischen Ferien findet der Kurs nicht statt.

Sie erhalten nach Absolvierung des Kurses eine Bescheinigung.

## **Anmeldung**

Eine Anmeldung ist erst nach einem persönlichen Gespräch möglich.

Eigenanteil Kosten: 200 Euro (ohne EDV-Kurs) (eine Erstattung von max. 100,00 Euro durch die Bundesagentur ist im Einzelfall gegebenenfalls möglich)

Ansprechpartnerin:  
Andrea Balmerth  
Tel.: 06078 72377  
E-Mail: info@zibb-umstadt.de