



Workshops,
Einzelcoachings,
Treffen im
Jobcafé

ab März 2022
in Teilzeit
9 - 15 Uhr

vertraulich,
kostenlos &
freiwillig

Das Projekt wird gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und der Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales im Rahmen der bezirklichen Bündnisse für Wirtschaft und Arbeit.

EWA e.V.-Frauenzentrum

Nadine Kinne - Projektkoordinatorin

Prenzlauer Allee 6
10405 Berlin
Tel. 030-442 55 42
bildung@ewa-frauenzentrum.de

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung bis 15. März 2022.
Die Module sind nur als Gesamtpaket buchbar.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Leider sind nicht alle Räume barrierefrei.



Brücken in den Beruf Neue Perspektiven für Alleinerziehende in Pankow



Unser berufliches Trainingsprogramm für dich

Du bist alleinerziehende, erwerbslose Mutter und wohnst in Pankow? Du wünschst dir eine Zukunft, die Job und Kind unter einen Hut bringt? Eine Arbeit, die zu dir passt und gleichzeitig genug Zeit für das Familienleben lässt?

Dann bist du bei uns goldrichtig!

Wir bieten dir von März bis September 2022 ein Programm aus **Workshops** und **Einzelcoachings** für den (Wieder-) Einstieg ins Berufsleben an. Im **Jobcafé** des EWA e.V.-Frauzentrums kannst du dich regelmäßig mit den anderen Teilnehmer:innen treffen und vernetzen.

Mütter jeden Alters und jeder Herkunft sowie mit allen Schul- und Berufsabschlüssen sind herzlich willkommen. Die Veranstaltungen finden in Teilzeit von 09:00 bis 15:00 Uhr statt und sind kostenfrei.



Modul 1: Ankommen und gegenseitiges Kennenlernen

Heute geht es darum, dass die Teilnehmer:innen einander spielerisch kennenlernen, Vertrauen aufbauen und die zeitlichen Abläufe erfahren:

- Kennenlernspiele in der Gruppe
- Vorstellung der Methode „Visionsboard“
- Erwartungen, Regeln, Termine

28. März 2022

Aline Hurnik - *systemische Coachin*

Modul 2: Wo stehe ich?

Du reflektierst deinen biografischen Hintergrund und schaust, wo du gerade stehst:

- *Rückschau in die Vergangenheit*
- *Analyse des Ist-Zustandes*
- *Visualisierung mithilfe einer Time-Line*

04. April 2022

Aline Hurnik - *systemische Coachin*

Modul 3: Was kann ich? Was will ich? Wo möchte ich hin?

In diesem zweitägigen Workshop erzählen wir uns Situationen aus unserem Leben, in denen wir etwas gut und gerne gemacht haben. Anschließend beschäftigst du dich damit, wie der Job aussehen sollte, der jetzt zu dir und deinem Leben passt:

- *deinen Fähigkeiten auf der Spur*
- *Entwicklung deiner persönlichen Jobkriterien*
- *Jobideen-Party*
- *lustvoll und agil planen mit dem Kanban-Board*

26. April und 02. Mai 2022

Gabriele Witzentrath - *Beraterin und Trainerin für den beruflichen Übergang*

Modul 4: Beruf und Kinderbetreuung

Ein (Wieder-) Einstieg in den Beruf birgt Herausforderungen und Chancen für die ganze Familie. Oft müssen Abläufe neu organisiert werden. Wir helfen dir dabei:

- *Aktivierung eigener Netzwerke*
- *gesetzlich geregelte sowie ergänzende Kinderbetreuung*
- *Kinderbetreuung im Notfall*
- *flexible Kinderbetreuung*

16. Mai 2022

Anja Klamann M.A. - *Leiterin der Strukturstelle für berlinweite, ergänzende Kinderbetreuung bei SHIA e.V.*

Modul 5: Ich passe gut auf mich auf

Du konzentrierst dich darauf, wie du mit Job und Kind im Alltag entspannter, zuversichtlicher und insgesamt gesünder werden und bleiben kannst:

- *Stress vs. Entspannung*
- *Etablierung gesunder Gewohnheiten*
- *Prävention von Burnout und Boreout*

30. Mai 2022

Andrea Cuba - *Entspannungsscoachin*

Modul 6: Fit für die Bewerbung!

In diesem dreitägigen Workshop zeigen wir dir, wie du die Bewerbungsphase am besten startest, deine Unterlagen optimierst und Vorstellungsgespräche übst:

- *Recherche und Konkretisierung von Jobideen*
- *Orientierung auf dem Arbeitsmarkt*
- *Bewerbungsformen: von klassisch über E-Mail, Online, Social Media und Initiativ*
- *Erstellung passender Bewerbungsunterlagen*
- *Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche*

14., 21. und 28. Juni 2022

Ute Wessel - *Germanistin/Pädagogin, systemische Coachin*

Modul 7: Wo stehe ich jetzt? Was brauche ich noch?

Wir schauen gemeinsam, wo du gerade stehst und was du benötigst, um weiterzukommen:

- *Standortbestimmung*
- *Entwicklung von Handlungsmöglichkeiten*
- *Konkretisierung der nächsten Schritte*

12. und 26. September 2022

Gabriele Witzentrath - *Beraterin und Trainerin für den beruflichen Übergang*