Cultural Lights
Brücken von Mensch zu Mensch

FEMME +

Frauen-Engagement, Motivation, Management mit Erfolg

20-tägige Maßnahme Für Frauen +
16 UE Einzelcoaching inklusive **Kinderbeaufsichtigung**

Inhalt

Die Maßnahme ist speziell konzipiert für Frauen mit oder ohne Berufsausbildung, sowie (alleinerziehende) Mütter und Frauen mit und ohne Flucht- bzw. Migrationshintergrund.
Ziel dieses Trainings ist, den Teilnehmerinnen im Rahmen der Berufsorientierung die Vereinbarung von Familie und Beruf u.a. mit Hilfe des richtigen Zeit- sowie Energiemanagements aufzuzeigen. Langfristig sollen somit die Motivation sowie das Selbstbewusstsein und Wohlbefinden der Teilnehmerinnen gestärkt werden, um ihnen einen erfolgreichen Einstieg in das Berufsleben zu ermöglichen und die persönliche Handlungsfähigkeit zu sichern. Unabhängig ihres kulturellen Hintergrundes werden der Zielgruppe (Weiter-)Bildungsmöglichkeiten und notwendige Schritte für den Einstieg in den Beruf nähergebracht. Mit Hilfe eines individuellen Coachings werden Fähigkeiten, Stärken und Berufswünsche identifiziert und die weiteren Schritte zur Umsetzung besprochen.

Unsere Seminare sind multilingual und werden in einer von **20** angebotenen Sprachen durchgeführt.

„Femme+“ kann Einzelmaßnahme oder die erste Stufe unserer Frauen/Familien-Förderkette sein. Für weitere Infos möchten wir sie an unseren Förderketten-Flyer verweisen.

Kursübersicht

Block I (Engagement)

Die Teilnehmenden reflektieren ihre Werte, Vorstellungen, Träume, Fähigkeiten und Ziele und lernen sich selbst und andere so besser kennen. Sie diskutieren verschiedene Persönlichkeitsmodelle und mögliche Rollen von Frauen und Müttern in Deutschland werden aufgezeigt. Die Teilnehmenden erhalten Informationen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf bzw. Ausbildung und zu Unterstützungsangeboten für Familien. Dies beinhaltet auch das Thema Erziehung mit ihren unterschiedlichen Familien- und Betreuungsmodellen. In diesem Zusammenhang sprechen wir auch über Familienplanung, Mutterschutz und Elternzeit. Im Kontext gesellschaftlichen Engagements werden Chancen und Vorteile von Freiwilligendiensten vorgestellt und Im Kontext der Generierung relevanter Informationen wird das Internet als Informationsquelle thematisiert.

Block II (Motivation)

Durch die Diskussion von Persönlichkeitstypen und das Kennenlernen einfacher, im Alltag anwendbarer Strategien, sollen die Motivation geweckt, Zukunftsperspektiven aufgezeigt und persönliche Ziele (im Kleinen wie im Großen) gesetzt und anvisiert werden. Zielorientiert bildet der Abschluss dieses Blocks das Benennen individueller beruflicher Möglichkeiten und das Identifizieren von Strategien zur Umsetzung.

Block III (Management)

Thematisiert wird u.a. die Zeitplanung berufstätiger Frauen und Mütter. Die Themen Zeit und effiziente Zeiteinteilung spielen im Hinblick auf die Aufnahme einer beruflichen Tätigkeit eine große Rolle. Das Zusammenspiel von Familie und Beruf muss gemeistert werden – wo und wann kann die meiste Energie eingesetzt werden? Wo lässt sich Energie sparen und wie kann neue Energie gewonnen werden, um den Alltag zu meistern? Wir stellen Frauen Möglichkeiten zur Zeitplanung vor, um ihre (Karriere-)Ziele in Kombination mit der Familie erreichen zu können. Grundvoraussetzung dafür ist ein ausgewogenes Gesundheitsmanagement. Abgerundet wird dieser Block durch Konzepte und praktische Übungen zum Finanzmanagement, um die Teilnehmenden langfristig in ihrer (finanziellen) Unabhängigkeit zu stärken.

Block IV (Erfolg)

Wege zur Suche von Arbeitsstellen werden aufgezeigt und u.a. Tipps zum Netzwerken sowie die Jobbörse vorgestellt. In diesem Zusammenhang werden auch Bewerbungsprozess und das korrekte Zusammenstellen aller notwendigen Unterlagen intensiv diskutiert. Mit praktischen Übungen werden Bewerbungsgespräche analysiert und trainiert.

Cultural Lights

FEMME +

Förderung

AVGS

Sprachen

- Deutsch
- Englisch
- Französisch
- Arabisch
- Persisch
- Kurdisch
- Rumänisch
- Bulgarisch
- Ukrainisch
- Italienisch
- Türkisch
- Hindi
- Russisch
- Chinesisch
- Bosnisch
- Serbisch
- Urdu
- Niederländisch
- Spanisch
- Slowakisch

Ansprechpartnerin

Frau Hedi Blödorn
hedi.bloedorn@cultural-lights.com
Tel. +49 30 991 91 00 02
Mob. +49 160 919 09 099

Dauer

120 UE – 20 Seminartage – Modul 1
16 UE – Einzelcoaching – Modul 2

Seminarzeiten

Flexibel 6 UE am Tag

Teilnehmeranzahl

Ab 12 Personen

Feedback

Schriftliche Berichte oder 45-minütiges Übergabegespräch mit den zuständigen Mitarbeitenden der Jobcenter / Agentur für Arbeit

Betreuung

Bei Frauen mit Kindern bieten wir zusätzlich eine Kinderbetreuung (wir haben unsere eigenen Kinderbetreuerinnen, die bundesweit mobil sind) und bei Bedarf ebenfalls eine psychologische Beratung an.

Lernmethoden und Möglichkeiten

Seminar:
Nach Absprachen mit Jobcenter / Agentur für Arbeit – Raum vor Ort.
Unser Seminar und Einzelcoaching kann auch im E-Learning-Format durchgeführt werden. Wie?
Die Gruppenseminare können über Video-Tools, wie z.B. Zoom abgehalten werden.
Vor Beginn der Maßnahme erhalten alle Teilnehmenden durch uns eine telefonische oder persönliche Einweisung zur Handhabung des Tools sowie ein Paket mit allen erforderlichen Lernmaterialien.
Anwesenheitslisten werden Digital jeden Tag aktualisiert.

Das Jobcenter / Agentur für Arbeit kann sich jederzeit dazuschalten und den Inhalt verfolgen.