

Kosten?

Das Angebot kann vom **Jobcenter** und der **Agentur für Arbeit** über den Aktivierungsgutschein (**AVGS**) gefördert werden.

Um diese **Förderung** zu bekommen, ist es notwendig vorab einen **Antrag** stellen.

Wie das genau geht und was es dabei zu beachten gibt, sagen wir Ihnen gerne.

Vereinbaren Sie einfach ein unverbindliches **Informationsgespräch** bei:
Kölner Arbeitslosenzentrum e.V.
Hans-Böckler-Platz 1
50672 Köln
www.koelnerarbeitslosenzentrum.de

Hedel Wenner
Tel.: 0221- 546 10 72
wenner@koelnerarbeitslosenzentrum.de

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns gerne an!

Träger:

Das **Kölner Arbeitslosenzentrum** (KALZ) e.V. berät seit als 30 Jahren erwerbslose Menschen. Themen sind u.a. Ihre Rechte und Pflichten gegenüber dem Jobcenter/der Agentur für Arbeit sowie Ihre Möglichkeiten zur Rückkehr auf den Arbeitsmarkt auszuloten.

Wir verstehen uns als **Vertreterinnen und Vertreter Ihrer Interessen**. Alle unsere Angebote sind freiwillig und dienen dazu, Sie bei der Verwirklichung Ihrer Ziele zu unterstützen.

Die Coachinggespräche unterliegen der Schweigepflicht.



COACHING im KALZ



**Berufliche
Strategieplanung +
individuelle Stress-
bewältigung**

Unsicher, wie es beruflich weitergehen kann?

In der Erwerbslosigkeit kann es manchmal schwierig sein, die berufliche Zukunft aktiv in die eigene Hand zu nehmen.

Vielleicht können oder wollen Sie in Ihrem Ausbildungsberuf nicht mehr arbeiten und suchen eine Alternative.

Oder Sie haben noch keine Berufsausbildung und wissen nicht genau, was zu Ihnen passt.

Oder Sie suchen schon länger nach einem Arbeitsplatz und finden einfach nicht das Richtige.

Oder Sie fühlen sich gestresst und unter Druck, weil scheinbar gar nichts voran geht.

Oder Sie leiden unter Belastungssymptomen wie Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafstörungen oder Ängsten.

Das geht Vielen so.

Coaching im KALZ

Coaching heißt Hilfe bei der Bewältigung schwieriger Aufgaben. Die Arbeitsplatzsuche ist so eine Aufgabe. Wir finden mit Ihnen gemeinsam heraus, welche beruflichen Ziele Sie anstreben und wie Sie sie erreichen können. Welchen Weg Sie dabei einschlagen wollen, entscheiden Sie selbst.

Das sind mögliche Themen:

- Welcher Beruf oder welche Tätigkeit passen zu mir?
- Welche Qualifikationen fehlen mir vielleicht und wie kann ich sie erwerben?
- Wie kann ich einen passenden Arbeitsplatz finden?
- Wie bewältige ich den Stress der Erwerbslosigkeit gesünder und wie bringe ich mehr Gelassenheit in mein Leben?

Was ist Ihr Thema?

Die Zielgruppe

Das Angebot richtet sich an **erwerbslose** oder von Erwerbslosigkeit bedrohte **Menschen**, die Leistungen vom Jobcenter und/oder der Agentur für Arbeit bekommen. Dazu gehören auch BerufsrückkehrerInnen, HochschulabsolventInnen oder BezieherInnen von aufstockendem ALG II.

Teilnehmen können Sie mit **Zustimmung** ihrer zuständigen Sachbearbeitung beim Jobcenter/der Agentur für Arbeit.

Das Angebot

Das Coaching besteht aus 3 Modulen á 6 Terminen (Orientierung, Bewerbung, persönl. Hemmnisse)

Die zeitliche Abfolge der Treffen legen wir mit Ihnen gemeinsam fest.