



NEUER START

Das Seminar **Neuer Start** des Vereins für Fraueninteressen in München bietet umfassende Unterstützung, Stärkung und Begleitung von Frauen, die sich in einer Phase des Umbruchs und der Neuorientierung befinden. Im Fokus steht dabei die Vorbereitung auf einen beruflichen Wiedereinstieg.

In diesem Übergangsprozess stellen sich Fragen wie:

- Was sind meine Stärken, meine besonderen Fähigkeiten und Kenntnisse?
- Welche Kompetenzen und Erfahrungen möchte ich weiter nutzen?
- Was will und kann ich außerhäuslich tun?
- Will ich in meinen alten Beruf zurück?
- Wie und wo finde ich eine geeignete Einsatzmöglichkeit für mich?
- Wie kann ich Familie und Beruf vereinbaren?
- Welche weitere Qualifizierung ist nötig und möglich?
- Was muss ich bedenken und tun, damit mein beruflicher Wiedereinstieg gelingt?

Die intensive Reflektion und individuelle Klärung dieser vielen Fragen, Gedanken und Bedenken ist das Hauptthema der insgesamt elf Seminarwochen - und das in ganzheitlichem Fokus auf die persönlichen Lösungsmöglichkeiten der Teilnehmerinnen.

Die Gruppe wird von erfahrenen Dozentinnen verschiedener Fachbereiche begleitet und dabei unterstützt, Mut und Klarheit für neue Wege zu entwickeln. Nicht zuletzt regen sich die Teilnehmerinnen gegenseitig mit vielfältigen Ideen und Informationen an, und es entsteht ein starkes Netzwerk von starken Frauen.

Wie unterstützt der **Neue Start** diesen Prozess?

Der Neue Start bietet die Möglichkeit:

- des konkurrenzfreien Bilanzierens und Klärens
- den Selbstwert zu erkennen
- das Selbstbewusstsein zu stärken und zu nutzen
- der Neuwahrnehmung der Rolle als Familienfrau und die Bilanzierung der Leistungen in der Familienzeit
- eines zeitlichen Probelaufs für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- von Reflektionen zu Zeitmanagement und Organisation des Alltags
- die eigene Motivation zu kanalisieren, zu nutzen und Neues zu wagen
- eines integrierten Kurzpraktikums zur Entscheidungsfindung oder als Vorlauf für eine gezielte Weiterbildung

Die Teilnehmerinnen bekommen

- genügend Zeit und Raum für die Entwicklung tragfähiger Perspektiven und Ziele
- Mut, Kraft und Entschlossenheit zum eigenverantwortlichen Handeln und für nachhaltige Entscheidungen

Zur Fokussierung und Unterstützung der Entscheidungsprozesse bei der beruflichen Neuorientierung bietet der **Neue Start** die Fach- und Themenbereiche:

- Persönliche Kompetenzbilanz
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Zeitmanagement / Selbstorganisation
- Berufsorientierung
- Kreativitätstraining
- Bewerbungsstrategien
- Kommunikationstraining und Präsentationstechniken
- Vorbereitung, Suche und Auswertung eines integrierten, selbst gesuchten Praktikums

Nächste Seminare

Frühjahr: **10. April – 13. Juli 2018**

Herbst: **25. September – 14. Dezember 2018**

Nächste Informationsveranstaltung

23. Februar 2018, um 9:00 Uhr im Verein für Fraueninteressen

Siehe hierzu auch Ankündigungen auf unserer Homepage

Veranstaltungsort

Seminarraum im Verein für Fraueninteressen e.V.

Thierschstr. 17, 80538 München

Tel. 290 44 63 oder 88 90 67 49

www.fraueninteressen.de

Alle weiteren Informationen

www.neuer-start-muenchen.de

Neuer Start



Verein für Fraueninteressen e. V.