



## Coaching Berufsperspektive und Gesundheitsmanagement



### Zeitraum

individueller Starttermin



### Dauer

6 oder 12 Wochen  
(2 Termine á 90 min  
wöchentlich)



### Zeiten

Individuelle Terminvereinbarung



### Veranstaltungsort

Am Köllnischen Park 1, 10179  
Berlin

Sie suchen Unterstützung bei der Verbesserung ihrer gesundheitlichen Situation, um Ihre Chancen auf einen Arbeitsplatz zu erhöhen? Welche Präventionsmaßnahmen und Hilfsangebote gibt es für Sie in Berlin? Wie kann Ihr persönliches Gesundheitsmanagement und Ihre berufliche Perspektive aussehen?

Wir unterstützen Sie dabei, das Richtige zu finden und Veränderungen zu erreichen.

Im Einzelcoaching beschäftigen Sie sich mit folgenden Themen:

- Erkennen eigener Ressourcen und Kompetenzen
- Persönlichkeitstraining
- Stressmanagement
- Ernährung
- Berufswegeplanung
- Bewerbungsstrategien

Die individuellen Einzelgespräche finden mit erfahrenen Coaches statt und starten mit einem Erstgespräch, in dem Ihr Beratungsbedarf ermittelt wird.

Es werden Ihre gesundheitliche Situation sowie mögliche Belastungen gemeinsam analysiert und die Verbesserung der Erwerbsfähigkeit in den Blick genommen. So können Sie Veränderungsmöglichkeiten erkennen. Im Ergebnis haben Sie einen aussagekräftigen Lebenslauf mit Kompetenzprofil und Empfehlungen für nachfolgende Handlungsmöglichkeiten erarbeitet.

Die Termine können in Präsenz oder auch Online durchgeführt werden.

## Förderung

Bei Anspruch auf ALG I / II entstehen Ihnen keine Kosten. Sie benötigen lediglich einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) (Heranführung an den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt (§ 45 Abs. 1 S. 1 Nr. 1 SGB III)), den Sie bei der Arbeitsagentur, Jobcenter, Berufsgenossenschaft oder Rententräger erhalten.

Für Selbstzahler erstellen wir gerne ein individuelles Angebot.

### Maßnahmennummer

962/174/23 (6 Wochen)  
962/167/23 (12 Wochen)

### Abschluss

Teilnahmebescheinigung  
gemäß AZAV

### Voraussetzungen

Erwerbslose mit  
gesundheitlichen  
Einschränkungen

### Kontakt

Irem Koletzki  
Am Köllnischen Park 1, 10179  
Berlin  
Tel.: 2888370  
[coaching@goldnetz-berlin.de](mailto:coaching@goldnetz-berlin.de)  
[www.goldnetz-berlin.de](http://www.goldnetz-berlin.de)

Zertifiziert nach:

