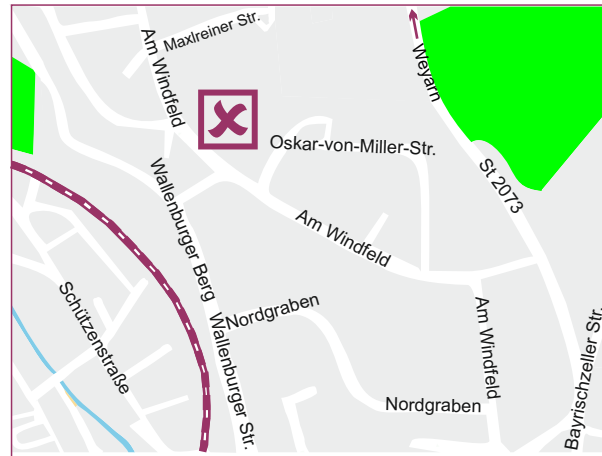


ANFAHRT



PETER SCHNABL Fort- und Weiterbildung

Am Windfeld 38
83714 Miesbach
Telefon 08025 286252
info.miesbach@peter-schnabl.de

BOB: Haltestelle Bahnhof Miesbach,
von dort circa 10 Gehminuten

RVO: Bus 9561 Haltestelle Hotel Bayerischer Hof,
von dort circa 10 Gehminuten



gamma
GANZHEITLICHES COACHING
FIT FÜR DEN JOB

gamma
GANZHEITLICHES COACHING
FIT FÜR DEN JOB

In Kooperation mit:



Bundesagentur für Arbeit
Geschäftsstelle Holzkirchen
Herdergarten 2
83607 Holzkirchen



ZIELGRUPPE

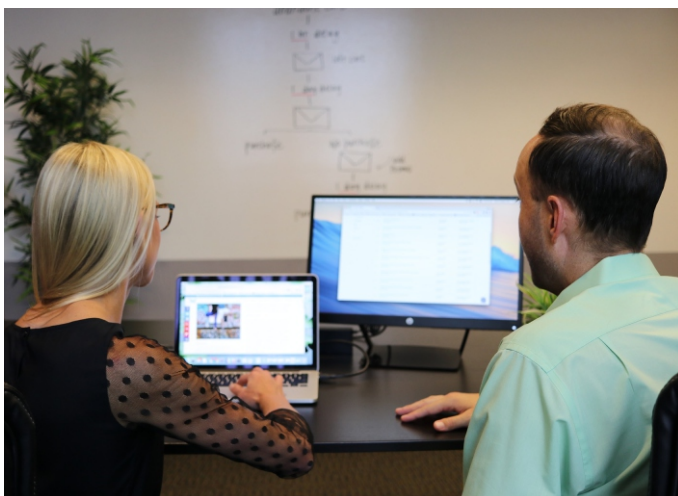
GAMMA ist ein Angebot für Arbeitsuchende, die eine erfolgreiche und nachhaltige Integration in den Arbeitsmarkt erreichen wollen.

INHALTE UND ABLAUF

GAMMA bietet Ihnen individuelles Coaching in Kombination mit verschiedenen, an Ihren persönlichen Zielen ausgerichteten Workshops zu arbeitsmarkt-relevanten Themen.

In einem ausführlichen Erstgespräch analysiert Ihr Coach mit Ihnen gemeinsam Ihre Ausgangssituation und plant mit Ihnen die ersten Coaching- und Workshop-Termine.

An **GAMMA** teilnehmen können Sie maximal vier Monate. Dabei nehmen Sie pro Woche in der Regel jeweils einen zweistündigen Einzelcoaching-Termin wahr und besuchen zusätzlich einen fünfstündigen Workshop.



WORKSHOPS

Sie können dabei aus folgenden Workshops wählen:

- ➔ Ganzheitliches Gesundheitsbewusstsein
- ➔ Persönliche Stressfaktoren erkennen und handhaben
- ➔ Entspannungstechniken kennenlernen
- ➔ Reflexion des Selbstkonzeptes
- ➔ Selbstwirksamkeit als Chance für positive Veränderungen
- ➔ Kommunikations- und Verhaltenstraining
- ➔ Aktives Konfliktmanagement
- ➔ Ziele setzen, Ziele erreichen
- ➔ Work-Life-Balance
- ➔ Bewerbungstraining von der Stellensuche bis zum Vertragsabschluss
- ➔ Grundlagen EDV und Medienkompetenz

INDIVIDUELLES COACHING

Mit Ihrem persönlichen Coach klären Sie Ihr Anliegen und erarbeiten maßgeschneiderte Lösungen für Ihre Herausforderungen im Beruf.

Eigenverantwortlich entwickeln Sie Ihre eigenen realistischen Ziele und lernen - mit der Unterstützung des Coaches - diese nachhaltig umzusetzen.

Das Einzelcoaching findet einmal pro Woche statt und dauert 2 Stunden.



KOSTEN

Die Teilnahme an **GAMMA** wird von Ihrem Jobcenter gefördert und ist für Sie kostenfrei, anfallende Fahrtkosten werden ersetzt.

KONTAKT

Als Ansprechpartnerin steht Ihnen **Karin Sommer** unter Telefon **08025 286252** von Montag bis Freitag in der Zeit zwischen 8:00 Uhr und 12:00 Uhr zur Verfügung.