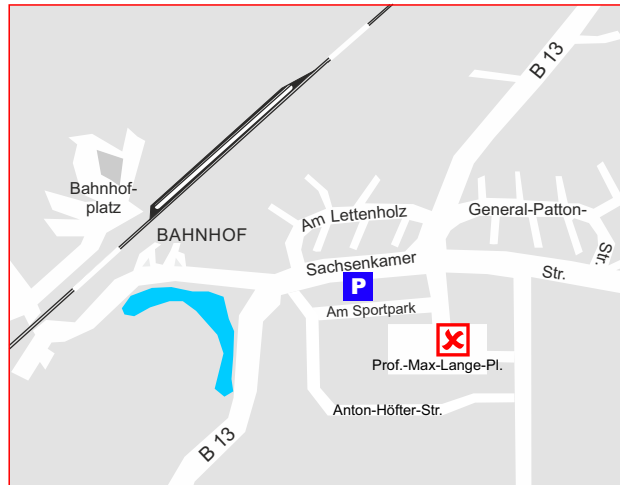


ANFAHRT



PETER SCHNABL

Fort- und Weiterbildung

Prof.-Max-Lange-Platz 16
83646 Bad Tölz
Telefon 08041 7927660
Telefax 08041 7927662
info.badtoelz@peter-schnabl.de

In Kooperation mit dem

Jobcenter Bad Tölz-Wolfratshausen

Prof.-Max-Lange-Platz 14
83646 Bad Tölz



gamma
GANZHEITLICHES COACHING
FIT FÜR DEN JOB

gamma
GANZHEITLICHES COACHING
FIT FÜR DEN JOB



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 **Roswitha Reitschuster** unter Telefon **08041 7927660** von Montag bis Freitag in der Zeit zwischen 8:00 Uhr und 12:00 Uhr zur Verfügung.