

Online-Seminar

# Power für Frauen und Erziehende - Teilzeit

## Beruflicher Wiedereinstieg trotz Familie – flexibel und machbar



Damit Sie an unserem Seminar teilnehmen können stellen wir Ihnen einen Laptop zur Verfügung. Digitale Grundkenntnisse werden Ihnen zu Beginn des Kurses vermittelt. Durch regelmäßige Übung im Online-Seminar gewinnen Sie Sicherheit im Umgang mit der Technik.

### Über das Seminar

„Power für Frauen und Erziehende – Teilzeit“ unterstützt erziehende Personen beim beruflichen Wiedereinstieg unter Berücksichtigung familiärer Verpflichtungen. Die flexible Struktur erleichtert die Teilnahme im Alltag. Teilnehmende entwickeln realistische berufliche Perspektiven, stärken ihre Kompetenzen und werden gezielt auf den Einstieg in eine stabile und nachhaltige Beschäftigung vorbereitet.

### Seminarziele

- Heranführung an Arbeits- und Ausbildungsmarkt
- persönliche Stabilisierung
- Entwicklung realistischer beruflicher Perspektiven
- Aufbau unterstützender Netzwerke
- Entwicklung neuer Perspektiven
- Erkennen von Potentialen
- Stärkung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf

### Lernziel

Berufliche Perspektiven entwickeln und einen nachhaltigen Wiedereinstieg in Arbeit unter Berücksichtigung familiärer Anforderungen erfolgreich umsetzen.

### Seminarinhalt (Themenblöcke je 15 UE)

Veränderung und Mut, Potenziale erkennen, Perspektiven entwickeln, Resilienz I und II, Gesundheitsmanagement, Bewerbungstraining I und II, Kommunikation und Netzwerke I und II, auf dem Arbeitsmarkt Fuß fassen, der gelungene Start im neuen Job, Abschluss und Ausblick

### Maßnahmenummer

Folgt



### Seminardauer

10 Wochen | 39 Tage insgesamt



### Uhrzeit

08:00–12:15 Uhr (30 Minuten Pause)  
+ 4 x 45 Min. Einzelcoaching und  
+ 1 x 45 Min. Übergabegespräch  
nach Absprache



### Voraussetzung

**WLAN-Standard-Verbindung (6 Mbit)**  
Onlineseminar via Zoom (den Laptop erhalten Sie vor Seminarbeginn per Kurier, den Einladungslink per eMail | Laptop-Einweisung vor Seminarbeginn)



### Seminartermine (Wochenansicht)

1	12.10.-16.10.2026	8	30.11.-03.12.2026
2	19.10.-22.10.2026	9	07.12.-10.12.2026
3	26.10.-29.10.2026	10	14.12.-15.12.2026
4	02.11.-05.11.2026		
5	09.11.-12.11.2026		
6	16.11.-19.11.2026		
7	23.11.-26.11.2026		



### Übergabegespräche

Woche 10: 16.12. & 17.12.2026



### Seminarnummer

026-10065



### Anmeldung / Beratung

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

**Telefonisch:** +49 30 5858151-0

**Oder per Email:** info@imt.training