

Online-Seminar

Power für Frauen und Erziehende



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

Mutter/Vater zu sein heißt Vorbild zu sein. 24 Stunden am Tag ein Kind zu betreuen ist eine extrem schöne, aber auch anstrengende und herausfordernde Aufgabe. Sie kann so herausfordern sein und so viel Zeit einnehmen, dass viele (Allein-) Erziehende nicht wissen, wie sie parallel zu ihren familiären Verpflichtungen einer beruflichen Tätigkeit nach gehen sollen. In der Maßnahme entwickeln Erziehende ein neues Selbstbewusstsein und lernen, den Spagat zwischen familiären und beruflichen Verpflichtungen meistern können und positiv in die Zukunft zu schauen.

Seminarziele

- Entwicklung neuer beruflicher Perspektiven
- Heranführung an Arbeits- und Ausbildungsmarkt
- Verringerung von Vermittlungshemmnissen
- persönliche Stabilisierung
- Entwicklung realistischer beruflicher Perspektiven
- Aufbau unterstützender Netzwerke
- Entwicklung neuer Perspektiven
- Erkennen von Potentialen

Lernziel

Klare berufliche Perspektive entwickeln, Selbstvertrauen stärken und einen realistischen, nachhaltigen Wiedereinstieg in Arbeit oder Qualifizierung erreichen.

Seminarinhalt (Themenblöcke je 28UE)

Veränderung und Mut, Potenziale erkennen, Perspektiven entwickeln, Resilienz, Gesundheitsmanagement, Bewerbungstraining, Kommunikation und Netzwerke, auf dem Arbeitsmarkt Fuß fassen

**Semindauer**

11 Wochen | 32 Tage insgesamt

**Uhrzeit**

08:00–13:45 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**

Woche 1: 07.12.2026 – 10.12.2026
Woche 2: 14.12.2026 – 17.12.2026
Woche 3&4: Weihnachtspause
Woche 5: 07.01.2027 – 08.01.2027
Woche 6: 11.01.2027 – 14.01.2027
Woche 7: 18.01.2027 – 21.01.2027
Woche 8: 25.01.2027 – 28.01.2027
Woche 9: 01.02.2027 – 04.02.2027
Woche 10: 08.02.2027 – 11.02.2027
Woche 11: 15.02.2027 – 16.02.2027

**Übergabegespräche**

Woche 11: 17.02. & 18.02.2027

**Seminarnummer**

026-10597

Maßnahmenummer

962/114/26

**Anmeldung / Beratung**

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Telefonisch: +49 30 5858151-0

Oder per Email: info@imt.training