

# KMHAA-4

## Coaching +

Für Gesundheit  
und Beruf



## Coachingbausteine

### Analyse & Orientierung

- Analyse Ihrer persönlichen und beruflichen Situation
- Erarbeitung eines passenden Umgangs mit gesundheitlichen Einschränkungen

### Gesundheit & persönliche Stärken

- Strategien zur Stressbewältigung
- Stärkung der persönlichen Belastbarkeit
- Stärkung von Schlüsselkompetenzen

### Bewerbung & Praxis

- Konzepte zur Stressbewältigung und Aufbau von Resilienz
- Grundkenntnisse im Umgang mit Computern und digitalen Medien
- Vorbereitung auf den Bewerbungsprozess
- Flexible Coachingzeiten

## Arbeitserprobung

Ergänzend zum Coaching unterstützen wir Sie bei der Suche nach geeigneten Betrieben, in denen Sie eine unabhängig, vom Coaching, stattfindende Arbeitserprobung durchlaufen können – stets unter Beachtung Ihrer gesundheitlichen Situation.

So können Sie praktische Erfahrungen sammeln und neue berufliche Möglichkeiten aktiv entdecken.

**Coaching mit Wohlfühlfaktor 1+**

## Beratung

Die Beratungsgespräche der Wirtschaftsakademie Rheinland sind grundsätzlich kostenfrei.

Sie gehen keinerlei Verpflichtungen ein – selbst wenn Sie keinen Aktivierungsgutschein erhalten, entstehen Ihnen keine Kosten.

## Aktivierungsgutschein

Bei entsprechenden Voraussetzungen übernimmt die Agentur für Arbeit oder die Jobcenter die Förderung. Wenden Sie sich dafür an Ihren zuständigen Arbeitsvermittler und erkundigen Sie sich nach einem Aktivierungsgutschein.

## Kontakt



Siemensstraße 11-13  
41063 Mönchengladbach

02161 - 467 216 0

dialog@wa-rl.de  
www.wa-rl.de

**Mit Resilienz und Orientierung  
zurück ins Berufsleben**

**WR** Wirtschaftsakademie  
Rheinland GmbH  
Frontal. Innovativ. Persönlich.

## Zielsetzung

Ziel des Coaching ist es, Sie auf eine dauerhafte berufliche Integration in den ersten Arbeitsmarkt vorzubereiten.

Dabei berücksichtigen wir Ihre individuelle gesundheitliche Situation und unterstützen Sie bei der Entwicklung neuer beruflicher Perspektiven.

Gemeinsam erarbeiten wir einen Handlungsplan, der auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist und zeigen Wege auf, wie Sie Ihre Chancen am Arbeitsmarkt gezielt nutzen können.

## Dauer

Individuell bis zu 6 Monate.

Das Coaching findet mindestens zweimal pro Woche statt und ist in flexiblen Zeiträumen buchbar.

## Individuelles Coaching

Alle Module werden vor Ort durch unsere Coaches persönlich vermittelt. Das bedeutet für Sie individuelle Einzelbetreuung. In einer ruhigen und vertrauensvollen Atmosphäre nehmen wir uns Zeit für Ihre Fragen, Wünsche und Ziele.

Gemeinsam entwickeln wir Strategien, die zu Ihnen und Ihrer Lebenssituation passen. Dabei stehen Ihre bisherigen Erfahrungen und Interessen im Mittelpunkt.

**Coaching in Präsenz vor Ort!**

## Ihre Vorteile

- Persönliche Betreuung vor Ort
- Individuelles Coaching
- Stärkung der Eigenmotivation
- Aufbau von Kompetenzen
- Aktivierung Ihrer persönlichen Potenziale
- Unterstützung beim Bewerbungsprozess

## Zukunft im Blick

Wir begleiten Sie nicht nur bei Ihrem nächsten Schritt, sondern haben auch Ihre langfristigen Ziele im Blick.

Mit klarer Orientierung und praxisnahen Strategien schaffen wir die Grundlage für einen sicheren und nachhaltigen Wiedereinstieg.

Gemeinsam entwickeln wir Perspektiven, die zu Ihnen und Ihrer Lebenssituation passen und zeigen Wege auf, wie Sie Ihre Chancen am Arbeitsmarkt gezielt nutzen können.

## Flexibler Aufbau

Das flexibel aufgebaute Angebot bietet ein auf Sie abgestimmtes Coaching für gesundheitliche und berufliche Herausforderungen. Die einzelnen Bausteine werden speziell auf Ihre Situation zugeschnitten.



## Zurück ins Berufsleben

Unser Angebot richtet sich besonders an Menschen, die nach längerer Zeit wieder ins Berufsleben einsteigen möchten. Gerade nach einer längeren beruflichen Pause kann es herausfordernd sein, wieder Fuß auf dem Arbeitsmarkt zu fassen.

Wir unterstützen Sie dabei, diese Hürden zu meistern. Sie erhalten fachliche Beratung, Orientierung und praxisnahe Hilfestellungen, um Ihre nächsten Schritte sicher zu planen. So gewinnen Sie Klarheit, Motivation und Sicherheit und sind bestens gerüstet für einen erfolgreichen Neustart.

## Ihr Einstieg

Der Montag bietet einen optimalen Einstieg in das Coaching – der Start ist jedoch an jedem beliebigen Wochentag möglich.



## Zulassung

Diese Aktivierungsmaßnahme ist nach dem Recht der Arbeitsförderung offiziell zugelassen und kann durch die Bundesagentur für Arbeit gefördert werden. Die Zertifizierung erfolgt durch die TÜV NORD Cert GmbH – eine von der BA anerkannte Zertifizierungsstelle.

**Ihr Weg beginnt genau hier  
– bei uns vor Ort.**

### **Mönchengladbach – Zentrale**

Siemensstraße 11-13  
41063 Mönchengladbach  
02161 - 467 216 0

### **Rheydt**

Feldstraße 130  
41239 Mönchengladbach  
02166 - 992 30 30

### **Neuss**

Gielenstraße 65  
41460 Neuss  
02131 - 17 22 914

### **Krefeld**

Gladbacher Straße 409  
47805 Krefeld  
02151 - 48 66 119

### **Nettetal**

Biether Straße 4  
41334 Nettetal  
02153 - 73 20 441



dialog@wa-rl.de  
www.wa-rl.de