



Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Leserinnen und Leser,

Elternzeit ist eine besondere Phase im Leben vieler Eltern, die sich auf die Betreuung ihres Kindes konzentrieren möchten. Doch während dieser Zeit ist es auch möglich, sich auf den beruflichen Wiedereinstieg vorzubereiten, insbesondere wenn man Bürgergeld bezieht. In diesem Kundennewsletter präsentieren wir Ihnen effektive Strategien und Möglichkeiten, wie Sie diese besondere Phase nutzen können, um nach der Elternzeit wieder erfolgreich in den Beruf einzusteigen.

Schauen Sie rein.

Ihr Team vom Kundennewsletter

In unseren nächsten Kundennewslettern erwartet Sie das Grußwort in verschiedenen Sprachen – so bunt und vielfältig wie unsere Leserschaft selbst!

Heute lesen Sie das Grußwort auch in Urdu.

خواتین حضرات

پیارے قارئین!

ایلٹرن سائیت تمام والدین کے لئے زندگی کا ایک خاص مرحلہ ہوتا ہے جس میں وہ اپنے بچوں کی نگہداشت پر خاص توجہ دیتے ہیں، آپ کے لئے یہ بھی ممکن ہے کہ اس دوران اس ذمہ داری کو ادا کرنے کے ساتھ ساتھ آپ اپنے بہتر مستقبل کے لئے کسی مناسب پروفیشن یا جاب کا انتخاب کریں۔ بڑگر گلڈ وصول کرنے والے احباب و خواتین اس نیوز لیٹر کے ذریعہ اپنے لئے بہترین معلوماتی پیش کش حاصل کر کے کامیابی کے ساتھ کوئی بھی کام کرنے کو یقینی بنا سکتے ہیں۔

آپکی نیوز لیٹر ٹیم

Sollten Sie keinen Kundennewsletter mehr von der Pro Arbeit erhalten wollen, so können Sie sich mit dem Button am Ende der E-Mail von dem Newsletter abmelden.

Während der Elternzeit ist vor dem Wiedereinstieg!

Aber Familie, Kinder, Erziehung und Qualifizierung unter einen Hut zu bekommen, geht das überhaupt?

Sie sind in Elternzeit oder haben ein oder mehrere Kinder und möchten die Zeit für Ihre persönliche und berufliche Entwicklung nutzen, um sich Ihren Wiedereinstieg in den Beruf zu erleichtern? Sie möchten sich weiterbilden, aber wissen noch nicht wie? Mindestens ein Elternteil ist in der Regel zeitlich sehr stark in den Familienalltag eingebunden. Oftmals bleibt dadurch die berufliche Entwicklung auf der Strecke. Das muss aber so nicht sein. Ganz im Gegenteil:

Ergreifen Sie Ihre Chance und bereiten Sie sich Schritt für Schritt auf den Wiedereinstieg in die Arbeitswelt vor. Schaffen Sie sich durch eine Qualifizierung ganz neue und vor allem bessere Perspektiven. Es lohnt sich! Es verbessert Ihre Chancen bei der Rückkehr in den Job. Außerdem füllen Sie so noch berufliche Lücken in Ihrem Lebenslauf.

Wie kann das gut gelingen?

Planen Sie feste Zeiten zum Lernen ein. Fragen Sie in Ihrer Familie oder bei Freunden, wer Sie regelmäßig bei der Kinderbetreuung unterstützen kann. Schließen Sie sich mit einer Freund*in zusammen, die eventuell auch eine Weiterbildung macht. Sie haben kaum soziale Kontakte oder keine Familie, die in der Nähe wohnt? Dann besuchen Sie Spielgruppen und lernen Sie andere Eltern kennen.

Sie brauchen Hilfe bei der Suche nach einer Kinderbetreuung oder bei der beruflichen Orientierung?

Die Pro Arbeit bietet verschiedene Angebote wie „Job und Kind“, „Stark in den Beruf“ oder „Einzelcoaching für Frauen“ an. Zudem gibt es Informationsabende mit spannenden Themen.

Weitere Angebote finden Sie auf unserer Website:

[Beratungsangebot für Frauen und Familien - ProArbeit \(proarbeit-kreis-of.de\)](https://www.proarbeit-kreis-of.de)



Tipp und Tricks auf einen Blick!

Weiterbildung und Qualifizierung:

Eine der effektivsten Möglichkeiten, sich auf den Wiedereinstieg vorzubereiten, ist die Nutzung von Weiterbildungsangeboten. Es gibt zahlreiche Online-Kurse, die flexibel absolviert werden können und eine breite Palette an Themen abdecken.

VHS – Kurs Kreis Offenbach:

Schauen Sie in das Angebot der [VHS Kreis Offenbach](#). Hier gibt es richtig viele unterschiedliche Angebote und ein Kurs im Semester ist gebührenfrei. Voraussetzung für die Gebührenermäßigung ist der schriftliche Nachweis über Ihren SGBII-Leistungs-Bezug (Bürgergeld). Wenn Sie Interesse an einem Sprach- oder Alphabetisierungskurs haben, lassen Sie sich bitte von Ihrem Jobcoach vorher beraten.

Trainieren Sie Ihre Sprache:

Es gibt kostenlose **Sprachlern-Apps**.

Besuchen Sie **Lern- und Müttercafés** in denen in entspannter Atmosphäre Wörter geübt werden können.

Netzwerken:

Der Aufbau und die Pflege eines beruflichen Netzwerks können entscheidend für den Wiedereinstieg sein. Soziale Medien bieten die Möglichkeit, sich mit ehemaligen Kollegen, potenziellen Arbeitgebern und anderen Fachleuten zu vernetzen.

Ehrenamtliche Tätigkeiten und Praktika:

Ehrenamtliche Tätigkeiten oder Praktika können wertvolle Praxiserfahrung bieten und den Lebenslauf verbessern. Viele gemeinnützige Organisationen sind dankbar für Unterstützung und bieten flexible Einsatzmöglichkeiten, die sich gut mit der Betreuung eines Kindes vereinbaren lassen und teilweise können Kinder sogar mitgenommen werden. Diese Tätigkeiten können zudem neue berufliche Perspektiven eröffnen und den Wiedereinstieg erleichtern.

Bewerbungsunterlagen aktualisieren:

Die Elternzeit bietet eine gute Gelegenheit, die eigenen Bewerbungsunterlagen zu überarbeiten und auf den neuesten Stand zu bringen. Ein gut strukturiertes und aktuelles Bewerbungsschreiben sowie ein professioneller Lebenslauf sind entscheidende Faktoren bei der Jobsuche. Es kann auch hilfreich sein, professionelle Beratung in Anspruch zu nehmen, um die Unterlagen zu optimieren - wie immer fragen Sie hierzu Ihren Jobcoach.

Arbeitsmarktanalyse:

Eine gründliche Analyse des Arbeitsmarktes kann helfen, die eigenen Chancen realistisch einzuschätzen und gezielt nach



passenden Stellen zu suchen. Welche Branchen und Berufe sind aktuell gefragt? Welche Qualifikationen werden häufig nachgefragt? Diese Informationen können helfen, die eigene Weiterbildung und Jobsuche besser zu steuern.

Finden Sie Ihren Traumjob:

Besuchen Sie die Internetseite der Bundesagentur für Arbeit, schauen Sie welche Berufe es gibt und lassen Sie sich dort inspirieren:

Berufe.net <https://web.arbeitsagentur.de/berufenet/>

Berufe-TV <https://web.arbeitsagentur.de/berufetv/start>

Flexible Arbeitsmodelle:

Viele Arbeitgeber bieten flexible Teilzeitarbeitsmodelle oder Teilzeitausbildungsmodelle an, die sich gut mit familiären Verpflichtungen vereinbaren lassen. Es kann sinnvoll sein, sich schon während der Elternzeit über solche Modelle zu informieren und gezielt nach Arbeitgebern zu suchen, die solche Möglichkeiten bieten.

Fragen?

Wenden Sie sich gerne an Ihren Jobcoach!

Wussten Sie schon...

dass jedes Jahr am 08. März der internationale Frauentag gefeiert wird?

In Deutschland haben **Frauen und Männer** die gleichen Rechte. Hier ein paar der wichtigsten Rechte:

Frauen haben das **Recht auf körperliche Unversehrtheit**, das heißt sie dürfen nicht geschlagen oder mit Gewalt zu etwas gezwungen werden.

Frauen haben das **Recht auf Selbstbestimmung**. Frauen dürfen selbst entscheiden, wie sie leben möchten. Am Beispiel des heutigen Themas Familie: Frauen dürfen bestimmen, mit wem sie zusammenleben möchten, ob sie Kinder haben wollen und wie viele Kinder sie haben wollen.

Frauen haben ein **Recht auf Bildung**, sie dürfen die Schule besuchen und sich weiterbilden.

Frauen haben ein **Recht auf Arbeit** und dürfen ihren Beruf frei wählen.

Weitere Infos zu Frauenrechten finden Sie hier: <https://www.amnesty.at/themen/frauenrechte/frauenrechte-sind-menschenrechte/>



Grafik@freepik

Wichtige Adressen und Anlaufstellen

Sie brauchen Hilfe bei der Suche nach einer Kinderbetreuung oder bei der beruflichen Orientierung?

Erkundigen Sie sich auf unserer Homepage über die **vielfältigen Angebote der Pro Arbeit**:

<https://www.proarbeit-kreis-of.de/>

Das Bildungspaket

Sie möchten gerne einen Zuschuss zum Mittagessen in der KiTa oder für die nächste Klassenfahrt in der Schule beantragen? Vielleicht möchte Ihr Kind einen Verein besuchen oder braucht Nachhilfe? Hier kommen die [Bildungs- und Teilhabeleistungen](#) des sogenannten Bildungspakets ins Spiel. Diese Leistungen eröffnen den Kindern die Möglichkeit, ihre Talente zu entfalten, soziale Kontakte zu knüpfen und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

Bundesweite **Telefonhotline Elterntelefon**:

(Telefon: 0800 –1110 550)

Hilfetelefon in 18 Sprachen:

(Telefon: **116 016**)

Frauenhaus und Beratung:

<https://frauenhelfenfrauen-kreisof.de/>

Pro Familia Beratungsstelle Dietzenbach:

Sprechzeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr

Mittwoch 13:00 - 15:00 Uhr

Telefon: **06074 2265**

Adresse: Paul-Ehrlich-Str. 5, 63128 Dietzenbach

E-Mail: dietzenbach@profamilia.de

Diakonie:

<https://diakonie-of.de/ich-suche-hilfe/kinder-familie/>

Caritasverband Offenbach/Main e.V.:

<https://www.caritas-offenbach.de/beratung-und-hilfe/kreis-offenbach/kreis-offenbach>

Das **Beratungsangebot der Pro Arbeit** und weitere Hinweise finden Sie hier:

[Beratungsangebot für Frauen und Familien - ProArbeit \(proarbeit-kreis-of.de\)](https://www.proarbeit-kreis-of.de/)

Hinweis:

Brevo (ehemals Sendinblue) versendet Newsletter-Kampagnen rechtssicher und DSGVO-konform.

Die Datenschutzinformationen von Brevo finden Sie hier:

<https://www.brevo.com/de/datenschutz-uebersicht/>

Kontakt:

Pro Arbeit - Kreis Offenbach
Max-Planck-Straße 1-3, 63303 Dreieich
newsletter@proarbeit-kreis-of.de
Hotline 06074 8058 100
Mo - Do 9:00 - 17:00 Uhr
Fr 9:00 - 14:00 Uhr

Sie suchen Arbeit?

Rufen Sie den Arbeitgeberservice an: 06074 8058 114

Abmeldung vom Newsletter:

[Unsubscribe](#)

Impressum:

Pro Arbeit – Kreis Offenbach – (AöR)
Kommunales Jobcenter
Vorstand
Herr Boris Berner
Max-Planck-Straße 1-3
63303 Dreieich
Telefon: 06074 / 8058 - 100
E-Mail: office-vorstand@proarbeit-kreis-of.de