

VORBEREITUNG

# Trainingscenter Zukunft



**faktum**  
www.faktum-gmbh.de

**Faktum GmbH** Personal-  
entwicklung und -vermittlung  
Odenkirchener Straße 28  
41236 Mönchengladbach  
Telefon: 02166 128 30-0  
info@faktum-gmbh.de



2025-8-web

📍 Alle Standorte

🕒 Teilzeit

**faktum**  
www.faktum-gmbh.de

# Familie und Beruf unter einem Hut

**Der (Wieder-)Einstieg in den Arbeitsmarkt ist mit vielen Fragen und Unsicherheiten verbunden – besonders dann, wenn Sie Familie und Beruf so aufeinander abstimmen müssen, dass Sie beide Bereiche meistern können und dabei selbst nicht dauerhaft überfordert sind.**

Wir bieten Ihnen die Chance, Ihre Beschäftigungsfähigkeit aufzubauen und zu trainieren, damit Sie einen passgenauen Einstieg ins Arbeitsleben realisieren können. Das Wichtigste vorab: Wir unterstützen Sie jederzeit bei individuellen Problemlagen. Falls Sie eine **Kinderbetreuung** benötigen, helfen wir Ihnen gerne weiter. So haben Sie den Kopf frei, um sich auf Neues zu konzentrieren.

## Die Zielgruppe

Kund\*innen in der Familienphase, die sich auf den (Wieder-)Einstieg in den Arbeitsmarkt vorbereiten möchten und diesen Schritt, nach Schaffung der notwendigen Rahmenbedingungen, auch gehen möchten.

## Aufbau des Angebotes

### Phase 1: Aktivierung und Orientierung (12 Wochen)

Es erwarten Sie Themen wie Alltagsorganisation und Zeitmanagement, Familienmanagement, Angebote zur Gesundheitsprävention, Erarbeitung persönlicher und beruflicher Ziele, Bewerbungcoaching u. v. m. Alle Themen fördern den Aufbau der Beschäftigungsfähigkeit und machen Sie fit für Ihre Zukunft.

### Phase 2: Kenntnisvermittlung (6 Wochen)

Jetzt geht es darum das Erreichen Ihrer Ziele fachlich vorzubereiten. Sie haben die Wahl zwischen 4 Bereichen. Die Kenntnisse, die Sie erwerben, können Sie nicht nur im Beruf, sondern auch privat nutzen, sodass Sie in beiden Lebensbereichen profitieren werden: **Hauswirtschaft, EDV-Medienkompetenzen, Kommunikationstraining Englisch, Kinderbetreuung.** Als Nachweis über das Gelernte erhalten Sie ein Zertifikat. Der Unterricht findet in Kleingruppen statt – wir können Sie also individuell fördern.

### Phase 3: Praxisphase im Betrieb (2 Wochen)

In der betrieblichen Praxisphase wenden Sie das in Phase 1 und 2 Trainierte und Erlernte an. Einmal pro Woche treffen Sie sich mit Ihrer Gruppe zum Erfahrungsaustausch in unseren Räumen. Bei Problemen in der Praxisphase stehen wir Ihnen lösungsorientiert zur Seite.

## Pädagogische Vorgehensweise

Die Vorbereitung gliedert sich in 3 Phasen. Die Inhalte der Phase 1 werden im Gruppen- und Einzelcoaching durchgeführt. Es geht mit **9 Stunden pro Woche** los (an 3 Tagen jeweils 3 Stunden), damit Sie sich nicht von den neuen Aufgaben und dem neuen Tagesablauf überfordert fühlen. Ab der **5. Woche** steigert sich die Teilnahmezeit in kleinen Schritten bis auf **25 Stunden pro Woche**. Also gesamt betrachtet beste Voraussetzungen zur Vorbereitung des beruflichen Starts.

## Begleitende Angebote

Auf Wunsch bieten wir Ihnen Unterstützung bei individuellen Problemlagen. Bei Problemen mit der **Kinderbetreuung** helfen wir Ihnen gerne weiter.

## Alle Infos zur Teilnahme

Im Beratungsgespräch werden die Rahmenbedingungen der Teilnahme geklärt. Mehr Infos erhalten Sie unter **02166 128 300** oder online auf: **www.faktum-gmbh.de**

Beginn/Dauer: Die Vorbereitung dauert **20 Wochen**. Den Beginnstermin erhalten Sie auf Anfrage.

Teilnahmezeiten: Montags bis freitags zwischen 8.30 Uhr und 13.15 Uhr.



Dieses Angebot ist an allen Standorten verfügbar. Für mehr Infos einfach den QR-Code scannen oder die Adresse aufrufen:

[www.faktum-gmbh.de/standorte/](http://www.faktum-gmbh.de/standorte/)

**faktum**  
www.faktum-gmbh.de

Unseren Hauptstandort Odenkirchener Straße 28 in Mönchengladbach erreichen Sie bequem zu Fuß von der Bushaltestelle Marienplatz (ca. 200 m) und vom Hbf Rheydt.

