

# Zurück in den Beruf: Ihr Wegweiser

Starthilfe geben Ihnen viele Wegweiser und Beratungsstellen:

- Die Broschüre „**Kompass für Berufsrückkehrerinnen**“ der Agentur für Arbeit Köln.
- Die monatliche Informationsveranstaltung „**Zurück in den Beruf**“ der Agentur für Arbeit. Termine: jeden letzten Freitag im Monat, jeweils 9.30 – 12.00 Uhr.
- Die Internetseite [www.wiedereinstieg.nrw.de](http://www.wiedereinstieg.nrw.de) vom Forum W des Landes Nordrhein-Westfalen. Hier können Sie auch konkrete Fragen stellen.

**Probleme erschweren ihre Rückkehr in den Beruf?**

- Hilfeangebote finden Sie im **Kompass** unter „**Hilfen in Notlagen**“. Auch die Agentur für Arbeit und die ARGE helfen weiter.



gbb Gesellschaft für berufliche Bildung  
Köln · Leverkusen · Remscheid · Solingen



Netzwerk W  
mit finanzieller Förderung vom

Ministerium für Generationen,  
Familie, Frauen und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Starten Sie durch!

Erst wenn ihre Kinder gut untergebracht sind, können Sie in Ruhe arbeiten gehen.

Wenn Sie wissen wollen, wo und wie Ihre Kinder betreut werden können:

- das **Amt für Kinder, Jugend und Familien der Stadt Köln** berät Sie.
- Weitere Anlaufstellen finden Sie im **Kompass** unter „**Kinderbetreuung**“

Diese Fragen sollten Sie sich stellen, bevor Sie ins Berufsleben zurückkehren.

• Zur beruflichen Orientierung gibt es in Köln viele Angebote. Adressen finden Sie im Abschnitt „**Unterstützung bei der beruflichen Orientierung**“ im **Kompass**.

- Allgemeine Informationen bietet [www.wiedereinstieg.nrw.de](http://www.wiedereinstieg.nrw.de)
- Sind Ihre Qualifikationen noch aktuell? Wünschen Sie sich eine Weiterbildung? Beratungsstellen und Bildungseinrichtungen finden Sie im **Kompass** unter „**Bildung auffrischen**“.

• Wenn Sie noch keine Berufsausbildung haben, können Sie das unter Umständen in Teilzeit nachholen: Informationen erhalten Sie bei den **Kammern**\*

• Ausländische Schulabschlüsse können Sie bei den **Bezirksregierungen Köln und Düsseldorf** (Hochschulzugangsberechtigung) sowie bei den **Hoch- und Fachhochschulen NRW** anerkennen lassen.

• Ihre Berufsausbildung oder Ihr Studium ist in Deutschland noch nicht anerkannt? Wie sie eine Anerkennung bekommen, erfahren sie bei der **Bezirksregierung Köln** und den **Kammern**\*

• Bildungseinrichtungen finden Sie im **Kompass** unter „**Bildung auffrischen – Schul-, Berufs- und Hochschulabschlüsse nachholen**“.

Sie wollen arbeiten, aber nicht angestellt sein? Wenn Sie eine gute Geschäftsidee haben, mit der Sie sich selbstständig machen können, gibt es vieles zu bedenken.

Hilfreiche Tipps bekommen Sie

- bei der **Agentur für Arbeit**,
- beim **Arbeitskreis Kölner Netzwerke Frau & Wirtschaft**
- und der **IHK Köln**.

Dann können Sie durchstarten und eine Stelle suchen. Stellen finden Sie über

- die Arbeitsvermittlung der Agentur für Arbeit
- private Arbeitsvermittlungen und Zeitarbeitsfirmen
- Stellenanzeigen in Zeitungen, Wochenblättern und Fachzeitschriften
- Stellenanzeigen in Jobbörsen im Internet

Wenn Sie keine passende offene Stelle finden:

- Sprechen Sie mit ihrer Bewerbung einfach die Firma an, die Sie interessiert.
- Geben Sie eine eigene Anzeige auf
- Nutzen Sie Ihre Kontakte zu berufstätigen Freunden oder Bekannten.

Wenn Sie eine Stelle suchen, müssen Sie sich bewerben. Wie soll die Bewerbung aussehen und wie stellen Sie in der Bewerbung ihre Zeit der Kindererziehung dar?

Grundsätzlich gilt: Eine Bewerbung besteht aus a) einem Anschreiben, b) einem Deckblatt mit Lichtbild und c) einem lückenlosen tabellarischen Lebenslauf.

Dazu kommen – falls vorhanden – Ihre Qualifikationsnachweise und Arbeitszeugnisse.

- Hilfen bieten Agentur für Arbeit, die ARGE sowie viele Kölner Beratungsstellen, die Sie im **Kompass** unter „**Sich bewerben**“ finden.

\* Industrie- und Handelskammer, Handwerkskammer, Ärztekammer, Apothekerkammer, Landwirtschaftskammer

**9 Existenzgründung**

Sie wollen zurück in den Beruf und brauchen dabei Hilfe?

**8 Stellensuche**

Sie möchten sich selbstständig machen?

Haben Sie alle Fragen geklärt?

**7 Bewerbung**

Wie gut sind Sie auf eine Bewerbung vorbereitet?

**6 Berufserfahrung**

Sie waren lange nicht berufstätig?

**5 Weiterbildung**

Ihnen fehlt ein Schulabschluss oder eine Berufsausbildung? Sie haben einen Abschluss im Heimatland gemacht und wissen nicht, ob er hier anerkannt wird?

Sie befürchten hohe Kosten für die Weiterbildung? Weiterbildung braucht viel Zeit? Nicht immer.

Dann sollten Sie vielleicht schrittweise einsteigen und erste berufliche Erfahrungen sammeln. So können Sie sich mit den neuen Anforderungen vertraut machen und sich und Ihre Familie an den neuen Alltag gewöhnen. Arbeitgebern können Sie beweisen, dass Sie Beruf und Familie vereinbaren können. Mögliche Wege sind hier Praktika, 1-Euro-Jobs, Ehrenämter oder Minijobs.

- Informationen zu Praktika und 1-Euro-Jobs: Agentur für Arbeit, ARGE und andere Anbieter, die Sie im **Kompass** unter „**Berufs- und Arbeitserfahrung sammeln**“ finden.
- Bei ehrenamtlichen Tätigkeiten helfen Vermittlungsagenturen. Adressen finden Sie im **Kompass** unter „**Berufs- und Arbeitserfahrung sammeln**“
- Informationen über Minijobs finden Sie bei der **ARGE – Agentur für Arbeit – Minijob-Zentrale in Essen**

**2 Kinderbetreuung**

Sind Ihre Kinder gut untergebracht, während Sie arbeiten gehen?

**3 Berufliche Orientierung**

Was kann ich? Was möchte ich? Was brauche ich noch?

**4 Abschlüsse**

Ihnen fehlt ein Schulabschluss oder eine Berufsausbildung? Sie haben einen Abschluss im Heimatland gemacht und wissen nicht, ob er hier anerkannt wird?

Sie befürchten hohe Kosten für die Weiterbildung? Weiterbildung braucht viel Zeit? Nicht immer.

Auch kurze, gezielte Fortbildungen können wichtige Qualifikationen vermitteln: Computer-Seminare, Deutschkurse oder Fach-Workshops sind nur einige Beispiele.

- Weiterbildungsanbieter finden Sie bei **Lernende Region – Netzwerk Köln e.V. (Kölner Bildungsserver)** und der **Qualitätsgemeinschaft Beruflicher Weiterbildung der IHK Köln**
- Anbieter finden Sie auch im **Kompass** unter „**Bildung auffrischen – Fortbildungen, Weiterbildungen oder Qualifizierungen**“

Unter Umständen können Sie Fördermöglichkeiten in Anspruch nehmen. Informationen erhalten Sie bei folgenden Anlaufstellen:

- **Bildungsgutschein – Agentur für Arbeit und ARGE**
- **Bildungsscheck – IHK Köln – Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW**
- **Meisterbafög – Handwerkskammer Köln**
- **Schüler- und Studentenbafög, Bildungskredite – Bundesministerium für Bildung und Forschung**
- **Ermäßigungen bei Fortbildungen – Amt für Weiterbildung der Stadt Köln, VHS Köln**

**1 Starten Sie durch!**

Sie wollen zurück in den Beruf und brauchen dabei Hilfe?

