



Coaching für Frauen in besonderen Lebens- lagen

Schritt für Schritt mehr Sicherheit und Stabilität



Für wen sind wir da?

Unser Angebot richtet sich an Frauen ab 18 Jahren, deren Weg in Arbeit oder Ausbildung



aktuell durch persönliche, familiäre oder soziale Belastungen erschwert ist.

Dazu können familiäre Verantwortung, die Pflege von Angehörigen, gesundheitliche Belastungen oder Erfahrungen mit Trennung, Flucht und Gewalt gehören. Auch fehlende Orientierung im deutschen Unterstützungssystem kann den Alltag zusätzlich erschweren.

Was wir erreichen wollen:

Ziel des Coachings ist es, die Teilnehmerinnen dabei zu unterstützen, ihre Lebenssituation zu stabilisieren und wieder mehr Sicherheit und Orientierung zu gewinnen. Gemeinsam entwickeln wir Wege, persönliche Belastungen zu bewältigen, vorhandene Stärken zu nutzen und passende Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen.



So schaffen wir Schritt für Schritt die Voraussetzungen, um neue persönliche und berufliche Perspektiven zu entwickeln und langfristig den Weg in Arbeit, Ausbildung oder Qualifizierung zu ermöglichen.

Wo können wir helfen?

Welche Unterstützung hilfreich ist, hängt von der persönlichen Lebenssituation jeder Teilnehmerin ab. Im Coaching können deshalb ganz unterschiedliche Themen im Mittelpunkt stehen. Dazu gehören beispielsweise:

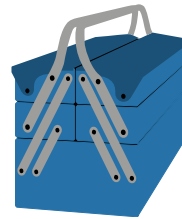


- persönliche und familiäre Belastungen klären und bewältigen
- eigene Stärken und Ressourcen erkennen und nutzen
- mehr Struktur und Sicherheit im Alltag gewinnen
- gesundheitliche und psychosoziale Stabilität stärken
- Orientierung im bestehenden Hilfesystem gewinnen und passende Beratungs- und Hilfsangebote wahrnehmen
- neue persönliche und berufliche Perspektiven entwickeln

Dabei geht es nicht darum, alle Herausforderungen auf einmal zu lösen. Gemeinsam schauen wir, was aktuell besonders wichtig ist, welche Unterstützung benötigt wird und welche nächsten Schritte sinnvoll und realistisch sind.

Wie arbeiten wir?

Unser Coaching ist individuell und ganzheitlich ausgerichtet. Im Mittelpunkt steht die aktuelle Lebenssituation der Teilnehmerin: Gemeinsam



klären wir, welche Themen gerade besonders wichtig sind, wo Unterstützung gebraucht wird und welche nächsten Schritte sinnvoll sind.

Das Coaching ist aufsuchend angelegt. Unsere Fachkräfte können die

Teilnehmerinnen in ihrem persönlichen Lebensumfeld treffen und sie bei Bedarf auch zu Behörden, Beratungsstellen oder anderen wichtigen Terminen begleiten. So kann Unterstützung dort stattfinden, wo sie konkret gebraucht wird.

Die Teilnahme ist freiwillig und setzt auf eine vertrauensvolle Zusammenarbeit. Ziele und nächste Schritte werden gemeinsam entwickelt und an die persönliche Situation angepasst. Im Vordergrund steht zunächst die persönliche Stabilisierung. Sie schafft die Grundlage, um wieder Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten zu gewinnen und langfristig gesellschaftliche und berufliche Teilhabe zu ermöglichen.

Das Coaching wird gemeinsam vom alpha e.V. und der **GESA** durchgeführt. Bei Bedarf beziehen wir weitere Beratungs- und Unterstützungsangebote ein und helfen den Teilnehmerinnen, diese langfristig selbstständig zu nutzen.



Organisatorisches

Das Coaching ist eine Maßnahme nach § 16k SGB II und wird im Auftrag des Jobcenters Wuppertal gemeinsam von der GESA gGmbH und dem alpha e.V. durchgeführt. Die Teilnahme dauert in der Regel sechs Monate.



Das Coaching findet in Wuppertal statt und kann je nach persönlicher Situation in den Räumlichkeiten von GESA oder alpha sowie aufsuchend im Lebensumfeld der Teilnehmerinnen erfolgen.

Kontakt

Bei Interesse oder Fragen zur Teilnahme sprechen Sie uns gerne an. Wir informieren Sie über das Angebot, die Voraussetzungen und den weiteren Ablauf. Auf ein Gespräch freut sich:



Iris Panknin
☎ +49 202 317200-46
✉ ipanknin@alphaev.de



Katharina Theimer
☎ +49 202 31720026
✉ ktheimer@alphaev.de

in Angebot des alpha e.V.

📍 Geschäftsstelle
Heinz-Kluncker-Str. 4
42285 Wuppertal

☎ +49 202 317200-46

✉ info@alphaev.de

🌐 www.alphaev.de



In Kooperation mit:

 **Jobcenter Wuppertal**
Hier geht's ums **Wir.**

Über uns

Der gemeinnützige und mildtätige Verein alpha e.V. ist Träger und Initiator zahlreicher Einrichtungen,



Zugelassen
nach AZAV

Dienste und Initiativen im Raum Wuppertal, im Bergischen Land und in Herdecke.

Seit 1972 verbindet uns ein großes, gemeinsames Ziel: Menschen, die besonderer Hilfe bedürfen, dabei zu unterstützen, ihren Platz im Leben zu finden. In den drei Fachbereichen

- Sozialpsychiatrische, medizinische und pflegerische Angebote
- Kinder, Jugend und Schule
- Berufliche Förderung und Integration

engagieren sich rund 250 Mitarbeitende für die individuellen Belange von ca. 1.500 Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Verbandsmitglied bei:

