

Zielgruppe

PeM plus Neustart richtet sich an Menschen, die auf Grund von psychischen Einschränkungen seit längerer Zeit arbeitssuchend sind.

Wann

nach individueller Abstimmung

Dauer

24 Wochen (insgesamt 720 Std.)

Teilnehmerzahl

10 Personen

Kurszeiten

Montag bis Freitag
8.30-11.45 Uhr (Modul 1)
8.30-13.45 Uhr (Modul 2)
8.30-15.30 Uhr (Modul 3)

Finanzierung

Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein nach § 45 Abs. 1 Satz 1 Nr. 2 SGB III

jobcenter
team.arbeit.hamburg

SBB Kompetenz gGmbH

Wendenstraße 493
20537 Hamburg
Telefon 040-211 12-123
Fax 040-211 12-111



Beratung / Kundencenter

Montag bis Freitag · 9.00 bis 13.00 Uhr
kundencenter@sbb-hamburg.de
www.sbb-hamburg.de

Anfahrt

U4 und U2 bis Hammer Kirche

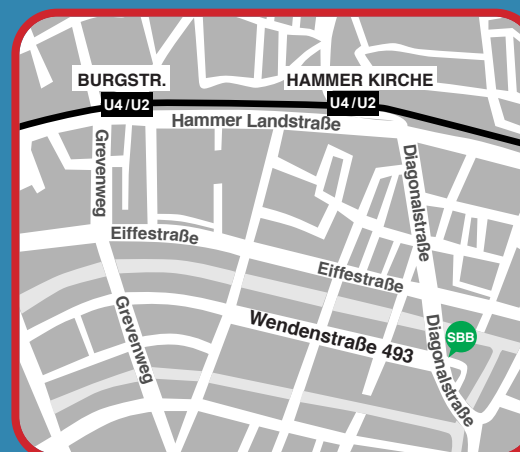


Foto: www.fotolia.com, Stand: August 2016

PeM plus Neustart



- Persönliche Neuorientierung
- Individuelle Unterstützung
- Berufliche Integration für Menschen mit psychischen Einschränkungen



Orientierung

PeM plus bietet vielfältige Entwicklungsräume und unterstützt Sie bei Ihren beruflichen und persönlichen Zielen.

Sie setzen sich mit Ihrer aktuellen Lebenssituation auseinander und werden bei der Entwicklung Ihres sozialen Umfeldes unterstützt.

Modul 1 PeM plus

8 Wochen à 20 Wochenstunden
Insgesamt 160 Stunden

Individuelle Standortbestimmung

- berufliche Kenntnisse
- Stärken- / Schwächen-Analyse
- aktuelle Belastungen

Erlangung einer Tagesstruktur

- Steigerung der Belastbarkeit
- Persönliche Interessen und Hobbies

Aufbau von sozialen Netzwerken

- Anbindung an Beratungsangebote
- Freizeitgestaltung

Berufliche Neuorientierung

- Berufliche Vorerfahrung
- Krankheitsbewältigung

Entwicklung

PeM plus Aufbau entwickelt die Erkenntnisse aus Modul 1 weiter und steigert Ihre Belastungsfähigkeit.

Sie setzen sich mit dem Thema Gesundheit und Arbeit auseinander und bearbeiten individuelle Projekte zu Entwicklung Ihrer beruflichen Perspektive.

Modul 2 PeM plus Aufbau

8 Wochen à 30 Wochenstunden
Insgesamt 240 Stunden

Gesundheitsförderung

- Ernährung
- Bewegung und Sport
- Stressbewältigung

Individuelle Projektarbeiten

- (Kreative) Angebote zur Entwicklung
- von alternativen Berufsperspektiven

Festigung und Steigerung der Tagesstruktur

- Ausweitung der individuellen Belastungsgrenze
- Ausweitung der Wochenstunden im Kurs

Umsetzung

PeM plus Praxis überführt die erworbenen Erkenntnisse und Fähigkeiten in die berufliche Praxis.

Sie können sich praktisch erproben, Ihre beruflichen Kompetenzen überprüfen und bewerben sich auf passenden Jobangebote.

Modul 3 PeM plus Praxis

8 Wochen à 40 Wochenstunden
Insgesamt 320 Stunden

Praxiserprobung

- Fachtrainings
- Berufsfeldqualifizierung

Berufliche Kompetenzfeststellung

- Möglich sind: Kaufmännische Grundkenntnisse, Lager/Logistik, Handwerk und Industrie, Dienstleitung, Hotel und Gaststätten, Gesundheit und Pflege

Betriebliche Praktika

- Zur Verfestigung und Erprobung Ihrer frisch erworbenen Kenntnisse absolvieren Sie ein betriebliches Praktikum. Die Dauer wird individuell abgestimmt

In allen Modulen erhalten Sie individuelle Coaching-Angebote

PeM plus Neustart ist
zertifiziert nach:

