

## Sie wollen Ihre berufliche Situation reflektieren? Weiterkommen oder Alternativen erarbeiten?

Durch begleitendes Coaching unterstützen wir Sie dabei,

- Ihre Kompetenzen und Ressourcen zu erkennen und besser zu nutzen.
- Handlungsalternativen zu entwickeln.
- die Strukturen, Rollen und Dynamiken im Unternehmen zu analysieren.
- neue Sicht- und Verhaltensweisen zu erarbeiten.
- Entscheidungen zu treffen.
- Konflikte zielführend zu lösen.

Coaching ist ein interaktiver und personenzentrierter Begleitungsprozess, der berufliche und private Inhalte umfassen kann. Im Vordergrund steht die berufliche Rolle bzw. damit zusammenhängende aktuelle Anliegen.

Im Vorfeld klären wir gemeinsam die Themen, Ziele und Rahmenbedingungen.

Kosten pro Termin (90 Min): 90,- Euro.

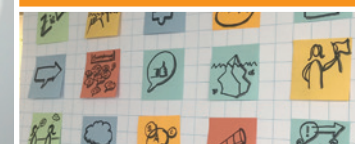
# Mit BeFF steigen Frauen ein und auf

**BeFF**  
Berufliche Förderung von Frauen e.V.  
**Kontaktstelle Frau und Beruf**  
**Region Stuttgart**  
Lange Straße 51  
70174 Stuttgart  
Tel.: 0711/ 26 34 57-0  
Fax: 0711/ 26 34 57-29  
E-mail: [info@beff-frauundberuf.de](mailto:info@beff-frauundberuf.de)  
[www.beff-frauundberuf.de](http://www.beff-frauundberuf.de)

**Unsere Telefonzeiten sind:**  
Mo, Di, Fr 9.00 bis 12.00 Uhr  
Mi, Do 13.00 bis 16.00 Uhr  
Zur Terminvereinbarung rufen Sie uns gerne an.

**Sie erreichen uns:**  
mit S-Bahn, U-Bahn und Bus  
Haltestelle Stadtmitte  
Ausgang Fritz-Elsas-Straße

Das Landesprogramm Kontaktstellen Frau und Beruf Baden-Württemberg wird mit Mitteln des Ministeriums für Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau und der Landeshauptstadt Stuttgart gefördert.



## Sie wollen Ihre berufliche Zukunft in den Blick nehmen?

Mit der Orientierungsberatung bieten wir Ihnen die Gelegenheit, Ihren bisherigen Berufsweg zu reflektieren und Ihre beruflichen Wünsche und Ziele zu klären.

Dabei nehmen wir Ihre Stärken, Erfahrungen, Kenntnisse und Fähigkeiten in den Blick. Gemeinsam erarbeiten wir Möglichkeiten für die nächsten konkreten Schritte auf dem Weg zu Ihren beruflichen Zielen.

Mögliche Themen einer Orientierungsberatung sind:

- berufliche Standortbestimmung
- Wiedereinstieg in die Berufstätigkeit
- Tipps für die Arbeitsplatzsuche
- Wege zur beruflichen Qualifizierung (z. B. Aus- und Weiterbildung) und Fördermöglichkeiten
- allgemeine Informationen zum Thema Bewerbung
- Eckpunkte zum Thema Selbstständigkeit
- berufliche Netzwerke, Anlauf-, Fach- und Beratungsstellen
- Vereinbarkeit von beruflichen mit anderen Aufgaben

Unsere Beratungen sind vertraulich, ganzheitlich und unabhängig.

Die Orientierungsberatung (60 Min) ist kostenfrei.

Neben individueller Beratung bieten wir Workshops, Programme und Vorträge zu vielfältigen beruflichen Themenstellungen  
Infos unter [www.beff-frauundberuf.de](http://www.beff-frauundberuf.de).  
Wir freuen uns auf Sie!

## Sie sind auf Stellensuche?

Eine persönliche Bewerbungsstrategie und eine individuelle und passgenaue Präsentation sind wesentliche Voraussetzungen, um erfolgreich zu sein. Wir unterstützen Sie dabei!

Mögliche Themen sind:

- Ihr Kompetenzprofil und Profilabgleich mit ausgeschriebenen Stellen
- Ihre individuelle Bewerbungsstrategie
- Ihre passgenauen Bewerbungsunterlagen
- Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch und auf Gehaltsverhandlungen

Vor der **persönlichen Bewerbungsberatung** klären wir telefonisch Ihr Anliegen und geben erste Informationen zur Vorbereitung des Termins.

Das **Bewerbungscoaching** ist eine intensive und prozessorientierte Begleitung bei Ihren Bewerbungsaktivitäten.

Die Anzahl der Sitzungen sowie Themen, Ziele und Rahmenbedingungen klären wir gemeinsam im Vorfeld.

Kosten von Bewerbungsberatung und -coaching: 90,- Euro pro Termin (90 Min).

Zur Terminvereinbarung rufen Sie uns gerne an unter 0711/ 263457-0.

**Unsere Telefonzeiten sind:**

Mo, Di, Fr 9.00 bis 12.00 Uhr  
Mi, Do 13.00 bis 16.00 Uhr

## Sie wollen sich selbstständig machen?

Wir unterstützen Sie dabei, Ihre Geschäftsidee zu reflektieren und zu konkretisieren bis hin zu einem eigenen Geschäftsplan.

Gemeinsam klären wir:

- die fachlichen, persönlichen und finanziellen Voraussetzungen
- die Anforderungen, Chancen und Risiken
- relevante Kooperationen und Netzwerke
- (sozialversicherungs-)rechtliche Themen und Fördermöglichkeiten

## Sie sind bereits selbstständig und wünschen sich mehr beruflichen Erfolg?

Wir unterstützen Sie bei der Klärung Ihrer Ziele und Möglichkeiten: Was soll bleiben? Was kommt auf den Prüfstand? Welche Stellschrauben stehen zur Verfügung?

Mögliche Themen sind:

- Stimmigkeit von Konzept und Zielgruppen
- Projekt- und Zeitplanung
- Delegation und Kooperation
- Balance von unternehmerischen Anforderungen und persönlichen Zielen

Kosten pro Termin (90 Min): 90,- Euro.