

Kontakt

Kreis Mettmann – Der Landrat

Wirtschaftsförderung

Telefon: +49 (0) 2104 99-2613

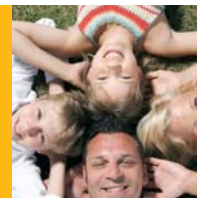
Telefax: +49 (0) 2104 99-5618

Internet: www.kreis-mettmann.de
www.wiedereinstieg-me.de
E-Mail: wirtschaftsfoerderung@kreis-mettmann.de



Beruflicher Wiedereinstieg im Kreis Mettmann

Informationen und Adressen zur Berufsrückkehr



gefördert von:

Ministerium für Heimat, Kommunales,
Bau und Gleichstellung
des Landes Nordrhein-Westfalen



ein Projekt:

LANDESINITIATIVE
netzwerk W
www.netzwerkW-expertinnen.de

Die Informationsbroschüre „Beruflicher Wiedereinstieg im Kreis Mettmann“ ist eine Publikation des Kreises Mettmann, Der Landrat, Wirtschaftsförderung • Vervielfältigung, Reproduktion und Nachdruck - auch auszugsweise - nur mit Genehmigung des Herausgebers • Druckerei: Hitzegrad GmbH und Co. KG • Gestaltung und Realisation: ERA Design • Stand: September 2017 • Auflage: 5.000


Kreis Mettmann



Liebe Mitbürgerin, lieber Mitbürger,

Frauen und Männer, die für die Betreuung ihrer Kinder oder die Pflege eines Familienangehörigen ihre Berufstätigkeit unterbrochen haben, sind für den beruflichen Wiedereinstieg oftmals hoch motiviert und qualifiziert.

Sie möchten selber Geld verdienen, eine sichere Altersvorsorge aufbauen und Anerkennung für ihr berufliches Engagement erfahren. Dennoch fällt es nicht immer leicht, beruflich neu durchzustarten.

Vielleicht fragen Sie sich, ob es für den beruflichen Wiedereinstieg nicht zu früh ist, da die Kinder noch klein sind? Oder Sie sehen die Vereinbarkeit von Beruf und Familie als zu große Herausforderung? Sie sind unsicher und fragen sich, was Ihre Ausbildung noch wert ist?

Der Kreis Mettmann setzt sich konsequent für den beruflichen Wiedereinstieg ein. Es gilt Strukturen für Berufsrückkehrende zu verbessern sowie die regionale Zusammenarbeit von wirtschafts-, arbeitsmarkt-, gleichstellungs-, familien- und bildungspolitischen Akteuren und Akteurinnen voranzutreiben.

Begreifen Sie Ihre Suche nach beruflicher Neuorientierung als Chance und nutzen Sie die vielfältigen und kostenfreien Beratungsangebote im Kreis Mettmann.

Mein besonderer Dank gilt allen Beteiligten, die sich beim Zustandekommen dieser Publikation engagiert haben und die Berufsrückkehrenden im Rahmen ihrer täglichen Arbeit beraten und unterstützen.

Ich freue mich, wenn Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, diese Broschüre beim erfolgreichen Wiedereinstieg in das Berufsleben hilft.



Thomas Hendele
Landrat

Mettmann, im September 2017

1 Ihr Weg in den Job	4
2 Berufliche Orientierung	5
3 Vereinbarkeit Familie & Beruf	8
4 Berufliche Aus- & Weiterbildung	12
■ Schul- und Berufsabschlüsse nachholen	
■ Informationen für Zugewanderte	
■ Berufliche Fort- und Weiterbildung	
■ Existenzgründung	
■ Finanzielle Förderung	
5 Stellensuche & Bewerbung	19
6 Beratung & Unterstützung	24
■ Agentur für Arbeit Mettmann	25
■ Jobcenter ME-aktiv	28
■ Beratung zur beruflichen Entwicklung	30
■ Berufskollegs	32
■ Berufliche Bildungsträger	33
■ Volkshochschulen	36
■ Gleichstellungsbeauftragte	38
■ Wirtschaftsförderung Kreis Mettmann	41
■ STARTERCENTER NRW	41
■ Beratung für Zugewanderte	42
■ Weitere Beratungsangebote	44
7 Das Netzwerk W im Kreis Mettmann	45
8 Weiterführende Internetadressen	50

1

Liebe Leserin, lieber Leser,

die Berufstätigkeit nach – oder während – der Betreuung von Kindern oder der Pflege von Angehörigen wieder aufzunehmen ist ein Schritt, der mit vielen Fragen verbunden ist.

- **Was möchte ich beruflich erreichen?**
- **Was kann ich?**
- **Was sind meine Ausbildung und Erfahrung noch wert?**
- **Wie kann ich mich qualifizieren?**

In dieser Broschüre finden Sie allgemeine Informationen zum Thema „Beruflicher Wiedereinstieg“ sowie konkrete Anlaufstellen und Ansprechpersonen in der Region.

Der erfolgreiche Wiedereinstieg in den beruflichen Alltag ist ein Prozess, der sich über verschiedene Phasen von der Orientierung, Planung, Erstellung einer Bewerbung bis hin zu einer guten Vernetzung erstreckt.

Ergänzend zu dieser Broschüre erhalten Sie vertiefende Informationen sowie aktuelle Angebote und Termine der Netzwerkpartnerinnen und –partner auf unserem gemeinsamen Internetportal:

www.wiedereinstieg-me.de

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg auf Ihrem Weg in den Beruf und freuen uns, wenn dieser Wegweiser einen Beitrag dazu leisten kann.

Ihr Netzwerk W
im Kreis Mettmann



2

Der Blick auf den Arbeitsmarkt

Mit einer Einwohnerzahl von knapp 480.000 Menschen und einer Fläche von 407 Quadratkilometern zählt der Kreis Mettmann zu einem der dichtest besiedelten Kreise deutschlandweit. Er setzt sich aus den zehn Städten Erkrath, Haan, Heiligenhaus, Hilden, Langenfeld, Mettmann, Monheim am Rhein, Ratingen, Velbert und Wülfrath zusammen. Der Wirtschaftsraum des Kreises Mettmann ist durch seine vielseitige, überwiegend mittelständische Struktur geprägt. Die unmittelbare Nähe vieler Großstädte erweitert die Möglichkeiten der Arbeitsplatzsuche.

Berufsfelder mit Perspektive

Bei der beruflichen Orientierung ist der Blick auf den regionalen Arbeitsmarkt eine wichtige Grundvoraussetzung.

Wenn Sie wissen, wie sich einzelne Branchen entwickeln, können Sie Ihre Chancen realistisch einschätzen und Kompetenzen gezielt aufbauen.

Der Arbeitsmarkt verändert sich ständig und auch Berufsbilder ändern sich, körperlich belastende Berufe werden durch Computer-Unterstützung attraktiver, neue Berufe entstehen. In Branchen mit Fachkräftemangel wächst die Bereitschaft, den Mitarbeitern mehr Flexibilität entgegenzubringen.

Formen der Berufstätigkeit

Viele Unternehmen haben Bedarf an Personal, das flexibel einsetzbar ist. Viele Frauen und Männer wünschen sich,

2

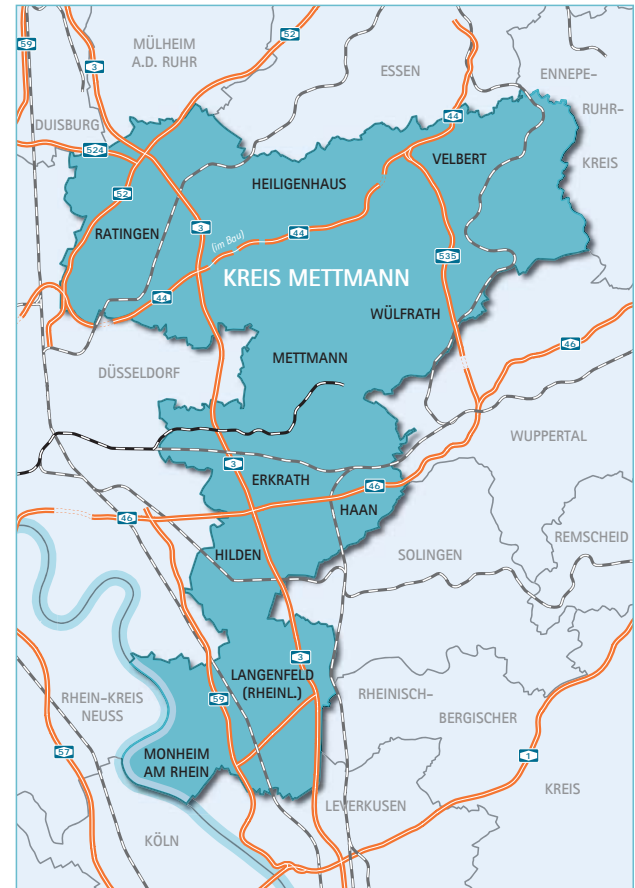
Beruf und Familie besser miteinander vereinbaren zu können. Teilzeitbeschäftigung ist für beide Seiten ein Ansatz, der die jeweiligen Interessen decken kann. Veränderte Betreuungsangebote für Kinder eröffnen Möglichkeiten z.B. für „vollzeitnahe Teilzeit“ oder einen „Midijob“. Ein „Minijob“, bietet selten eine dauerhafte Perspektive und ein existenzsicherndes Einkommen. Auch die Vermittlung über eine Zeitarbeitsfirma kann eine Option sein. Als Alternative zur „abhängigen“ Beschäftigung finden heute immer mehr Frauen und Männer den Weg in die berufliche Selbstständigkeit – über eine eigene Gründung, Franchise oder die Unternehmensnachfolge.

Information im Internet

Die Agentur für Arbeit stellt unter www.arbeitsagentur.de in der Rubrik „Statistik“ regionale Arbeitsmarktberichte zur Verfügung.

Die **JOBBÖRSE** der Bundesagentur für Arbeit zeigt Ihnen gemeldete Arbeitsstellen in Ihrem Beruf an: <https://jobboerse.arbeitsagentur.de>

Mehr Informationen zu den einzelnen Arbeitsformen und Berufsfeldern mit Perspektive finden Sie auch unter www.wiedereinstieg-me.de ► Berufliche Orientierung



Kartenatlas © Kreis Mettmann, CC-BY 4.0

2



Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf wird vor allem für Frauen und Mütter, zunehmend aber auch für Männer und Väter, bei der Familienplanung und während der Familienphase eine zentrale Fragestellung. Bei den Unternehmen und in der Gesellschaft wächst hierfür stetig das Bewusstsein.



Ausführliche Informationen zu diesem Themenbereich finden Sie in der Broschüre: **(Allein-)erziehend in den Beruf – Ihr Wiedereinstieg Schritt für Schritt** (siehe Seite 47)

Eine familienorientierte Personalpolitik, familienfreundliche Betreuungsstrukturen für Kinder und zunehmend auch eine organisierbare Pflege von Familienangehörigen gewinnen

an Bedeutung. Wer in Notlagen gerät, benötigt Hilfen, die in der individuellen Situation schnell greifen.

Elternzeit – Elterngeld

Anspruch auf Elterngeld haben Mütter und Väter, die ihre Kinder nach der Geburt selbst betreuen und erziehen. Sie nehmen dann Elternzeit. Der betreuende Elternteil erhält als Ausgleich zu seinem Erwerbseinkommen Elterngeld. Eine berufliche Tätigkeit im Rahmen der Elternzeit ist zulässig. ElterngeldPlus soll die partnerschaftliche Arbeitsteilung bei Kindererziehung und beruflicher Tätigkeit unterstützen.

Ihr Kontakt im Kreis Mettmann:

Kreis Mettmann – Sozialamt, Abteilung Elterngeld
Düsseldorfer Str. 47, 40822 Mettmann
E-Mail: elterngeld@kreis-mettmann.de
Tel.: 02104 99-3435

Information im Internet

Weitere Informationen und weiterführende Links z. B. zum Elterngeldrechner finden Sie unter:
www.wiedereinstieg-me.de ▶ Vereinbarkeit Familie & Beruf ▶ Recht & Geld

Kinderbetreuung

Eine zuverlässige und qualifizierte Kinderbetreuung ist die Grundlage für alle Eltern, um die Vereinbarkeit von Familie und Beruf verwirklichen zu können. Welche Betreuungsform für Sie in Frage kommt, hängt von Ihrem persönlichen Bedarf,

3

dem Alter der Kinder und dem Angebot vor Ort ab. Die Betreuungsmöglichkeiten werden kontinuierlich ausgebaut – ab einem Lebensalter von vier Monaten. Für ältere Kinder stehen Ganztagsplätze in Grund- und weiterführenden Schulen zur Verfügung, hinzu kommen Freizeitangebote für die Schulferien.

Unterstützung und Beratung zur Kinderbetreuung und Finanzierung erhalten Sie beim Jugendamt Ihrer Stadt. Auf den Internetseiten der Städte finden Sie ebenfalls weiterführende Informationen, beispielsweise eine Auflistung der Betreuungseinrichtungen. Fragen Sie auch bei den Wohlfahrtsverbänden und Kirchengemeinden vor Ort. Häufig bestehen hier Angebote, die Ihnen schnelle Hilfe bieten.

Information im Internet

Weitere Informationen und weiterführende Links, z. B. zu den Jugendämtern oder Ferienangeboten erhalten Sie unter: www.wiedereinstieg-me.de ► Vereinbarkeit Familie & Beruf ► Kinderbetreuung

Pflege von Angehörigen

Mit der Pflege von Familienangehörigen müssen sich immer mehr Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer auseinandersetzen. Berufsrückkehrende können ebenfalls mit plötzlichen Krankheitssituationen oder der Organisation von Pflege konfrontiert werden.

Jede kreisangehörige Stadt bietet kostenlos und unverbindlich eine Pflege- und Wohnberatung.

3

Information im Internet

Weitere Informationen und weiterführende Links z. B. zur Familienpflegezeit oder zu finanziellen Hilfen erhalten Sie unter: www.wiedereinstieg-me.de ► Vereinbarkeit Familie & Beruf ► Pflege von Angehörigen

Hilfen in Notlagen

Manchmal hält das Leben Stolpersteine bereit: Krankheit, Konflikte in der Familie, Schulden, Erschöpfung – all das kann Ihren Wiedereinstieg in den Beruf erschweren. In den einzelnen Städten des Kreises gibt es eine Reihe von Hilfsangeboten. Die Unterstützung erstreckt sich von der Vermittlung einer geeigneten Kinderbetreuung bis hin zu Hilfen bei häuslicher Gewalt, sowie Beratung bei Trennung und Scheidung.

Weitere Informationen, Adressen und Beratungsangebote können Sie auch über die örtlichen Gleichstellungsbeauftragten (Adressen siehe S. 38-40) erfragen.

Information im Internet

Weiterführende Informationen und Links zu Beratungsstellen erhalten Sie auch unter: www.wiedereinstieg-me.de ► Vereinbarkeit Familie & Beruf ► Wer hilft in Notlagen?



Berufliche Aus- & Weiterbildung

Wenn Sie bislang keine berufliche Ausbildung oder Qualifikation erlangt haben, suchen Sie nach Möglichkeiten, dies nachzuholen. Eine Ausbildung ist inzwischen auch in Teilzeit möglich. Auch wenn Ihre Ausbildung mehrere Jahre zurückliegt und Sie keine Berufserfahrung im erlernten Beruf erlangen konnten, ist eine Qualifizierung sinnvoll. Sie haben im Ausland einen Bildungsabschluss erlangt? Unter bestimmten Voraussetzungen wird dieser in Deutschland anerkannt. Neben einer Arbeit im Angestelltenverhältnis könnte für Sie auch eine Existenzgründung von Interesse sein.

Ob Sie einen Abschluss nachholen möchten, Ihre berufliche Qualifikation auffrischen oder anerkennen lassen möchten oder den Weg in die berufliche Selbstständigkeit wählen, informieren Sie sich in jedem Fall über finanzielle Fördermöglichkeiten (s. Seiten 17, 18).

Information im Internet

Auf www.arbeitsagentur.de finden Sie unter den Rubriken „Karriere und Weiterbildung“ und „Schule, Ausbildung und Studium“ Informationen zur Beruflichen Aus- und Weiterbildung.

Schul- und Berufsabschlüsse nachholen

In den zehn Städten des Kreises Mettmann besteht bei verschiedenen Institutionen die Möglichkeit, Schulabschlüsse nachzuholen: z. B. Volkshochschulen, Berufskollegs, Fernunterrichtsinstitute.

Neben dem Nachholen eines Schulabschlusses können Sie bei den Berufs- und Weiterbildungskollegs im Kreis Mettmann in verschiedenen Berufsfeldern ausgebildet werden.

Die Adressen der Berufs- und Weiterbildungskollegs sowie der Volkshochschulen finden Sie im Adressteil dieser Broschüre ab Seite 32.

Informationen für Zugewanderte

Sie sind zugewandert und haben Ihren Schul- oder Berufsabschluss in ihrem Herkunftsland erworben. Um festzustellen, ob Ihre Abschlüsse in Deutschland anerkannt werden, sollten Sie dies bei der zuständigen Behörde prüfen lassen.

Wenden Sie sich mit Ihren Fragen an die Migrationsberatungsdienste in Ihrer Stadt. Die Kontaktdaten zu den Migrationsberatungsdiensten und viele weitere allgemeine Infor-

mationen und Adressen zum Thema Migration und Integration finden Sie auf der Internetplattform

www.migration-me.de

Unterschiedliche Einrichtungen führen Anerkennungsverfahren durch und einige Informationsportale helfen Ihnen, die richtige Stelle für Ihren Beruf an Ihrem Wohnort zu finden. Eine persönliche Beratung bieten die Fachberatungsstellen zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikationen (Adressen siehe Seite 31).

Information im Internet

Unter www.netzwerk-iq.de/anerkennung erhalten Sie Informationen zum Anerkennungsverfahren in der Bundesrepublik.

Berufliche Fort- und Weiterbildung

Informieren Sie sich über aktuelle Fort- und Weiterbildungsangebote im Internet. Sollten Sie keinen privaten Internetzugang haben, finden Sie diesen in den Arbeitsagenturen, in Büchereien und Internet-Cafés.

Eine Ausbildung ist inzwischen auch in Teilzeit möglich.

Informationen im Internet

Einen umfassenden Überblick über Bildungsangebote erhalten Sie auf **KURSNET**, der Datenbank für Aus- und Weiterbildung der Bundesagentur für Arbeit: www.kursnet.arbeitsagentur.de

Informationen zu einzelnen Berufsbildern finden sich auf der Datenbank **BERUFENET** unter: www.berufenet.arbeitsagentur.de

Sie haben die Möglichkeit, kostenfrei E-Learning Programme zu nutzen. Informationen dazu und zur **LERNBÖRSE** exklusiv unter: www.arbeitsagentur.de ► **Bürgerinnen & Bürger** ► **Weiterbildung**

Weiterführende und aktuelle Informationen, z. B. zur Ausbildung in Teilzeit und zu Beratungsstellen, erhalten Sie unter: www.wiedereinstieg-me.de ► **Berufliche Aus- & Weiterbildung**

4

Existenzgründung

Wenn für Sie alternativ zu einer abhängigen Beschäftigung der Weg in die berufliche Selbstständigkeit in Betracht kommt oder Sie sich mit einer beruflichen Selbstständigkeit gar Ihren Lebensraum erfüllen möchten, steht Ihnen das STARTERCENTER NRW beim Kreis Mettmann vom ersten Moment an mit Rat und Tat zur Seite.

Bei der Aufnahme einer selbstständigen Tätigkeit sind viele Dinge zu bedenken – von der Geschäftsidee über die notwendigen Inhalte eines Unternehmenskonzeptes und die Finanzierung bis hin zu den Formalitäten. Das Team des STARTERCENTER NRW beim Kreis Mettmann unterstützt Gründungsinteressierte aus allen Branchen bei dem Einstieg in die berufliche Selbstständigkeit und ist zentrale Anlaufstelle für alle Fragen rund um die Existenzgründung. Es bietet zudem monatliche Existenzgründungsseminare an.

Das STARTERCENTER NRW ist bei der Wirtschaftsförderung des Kreises Mettmann im Kreishaus in Mettmann angesiedelt. Die Kontaktdaten finden Sie im Adressteil dieser Broschüre auf Seite 41.

Information im Internet

Alle STARTERCENTER NRW finden Sie unter: www.startercenter.nrw.de. Weitere Informationen erhalten Sie unter: www.kreis-mettmann.de ► Wirtschaft ► Firmen- und Gründungsservice

4

Finanzierungsmöglichkeiten beruflicher Aus- & Weiterbildung

Ein wichtiger Aspekt im Rahmen der Beratung bei den jeweiligen Anlaufstellen ist die Klärung der Kosten für die gewünschte Weiterqualifizierung. Bei einigen Bildungsträgern ist eine Ermäßigung der Teilnahmegebühren bis hin zur vollständigen Kostenübernahme möglich.

Desweiteren bestehen verschiedene Fördermöglichkeiten. Da sich die Bedingungen stetig verändern, werden hier lediglich einige Förderformen genannt und auf weiterführende Informationsquellen dazu verwiesen. Es besteht kein Rechtsanspruch auf Förderung. Ob die Voraussetzungen für eine Förderung vorliegen, wird für jeden Einzelfall geprüft.

Beispiele für Fördermöglichkeiten:

- **Bildungsgutschein** – fragen Sie bei der Arbeitsagentur Mettmann oder dem Jobcenter nach Fördermöglichkeiten durch den Bildungsgutschein. www.arbeitsagentur.de ► Suchwort Bildungsgutschein
- **Bildungsscheck NRW** – für Arbeitnehmer*innen, Wiedereinsteiger*innen und Gründer*innen. Unter www.mais.nrw/bildungsscheck finden Sie die Beratungsstellen in Ihrer Nähe.
- **Bildungsprämie des Bundes** – für Erwerbstätige mit wenig Einkommen: www.bildungspraemie.info
- **BAföG für Aufstiegsfortbildungen (Aufstiegs-BAföG)** – fördert die Vorbereitung auf mehr als 700 Fortbildungs-

abschlüsse wie Meister*in, Fachwirt*in, Techniker*in, Erzieher*in oder Betriebswirt*in.

www.aufstiegs-bafoeg.de

- **BAfÖG** für Schüler*innen und Studierende an Hochschulen und anderen weiterführenden Bildungsstätten
www.bafög.de
- **Bildungskredit** – für Schüler*innen und Studierende in den letzten Ausbildungsjahren und **KfW-Studienkredit** zur Förderung von Erst- und Zweitstudium, postgradualen Studien sowie Promotion.
www.kfw.de ▶ **Privatpersonen** ▶ **Studieren & Qualifizieren** ▶ **Förderprodukte**
- **Berufsausbildungsbeihilfe**
Fragen Sie Ihre Berufsberatung der Agentur für Arbeit vor Ort oder im Internet: www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung/berufsausbildungsbeihilfe-bab



Stellensuche & Bewerbung

Bevor Sie mit Ihren Bewerbungsaktivitäten beginnen, sollten Sie sich über Ihre beruflichen Ziele bewusst werden. Vor einer erfolgreichen Rückkehr in den Beruf stehen folgende Fragen:

- **Welche Kompetenzen bringen Sie mit?**
- **Wie und wo finden Sie eine geeignete Stelle?**
- **Wie erstellen Sie überzeugende Bewerbungsunterlagen?**
- **Wie bereiten Sie sich auf das Vorstellungsgespräch vor?**

Reflektieren Sie Ihre Potenziale

Zu Beginn sollten Sie darüber nachdenken, über welche Stärken und Kompetenzen Sie verfügen. Diese können aus Ihrer Berufstätigkeit stammen, aber auch während der Familien- oder Pflegephase entwickelt worden sein.

Fragen, die Sie sich stellen könnten, sind:

- Wo liegen meine persönlichen Stärken und Schwächen?

- Mit welchen Tätigkeiten bin ich vertraut?
- Welche Fähigkeiten bringe ich mit? (z.B. EDV, Kommunikation, handwerkliche Fähigkeiten, Verhandlungsgeschick, Verkaufstalent, Organisation)
- Welche Fähigkeiten habe ich darüber hinaus erworben (z. B. Ehrenamt)?
- Wie mobil bin ich? (Führerschein, eigenes Fahrzeug, ÖPNV)
- Wieviel Stunden kann ich wann arbeiten?

Stellensuche

Möglichkeiten für Ihre Stellensuche sind:

- Stellenbörsen im Internet
(z. B. Jobbörse der Agentur für Arbeit)
- Soziale Netzwerke (z. B. Facebook, Xing)
- Stellenausschreibungen in regionalen und überregionalen Zeitungen
- Initiativbewerbung (telefonisch, schriftlich)
- Websites der Unternehmen
- Infotage/Jobmessen/Arbeitsmarktbörsen
- Private Kontakte (z. B. Verwandte, Freunde, Nachbarn usw.)
- Aushänge (z. B. Schwarze Bretter in Geschäften oder Firmen)
- Zeitarbeitsfirmen
- Radio Neandertal

Die Bewerbungsunterlagen

Die Bewerbungsunterlagen sind Ihre Visitenkarte für den Eintritt in ein Unternehmen. Eine einheitliche, ansprechende Gestaltung, Vollständigkeit und fehlerfreie Texte erhöhen Ihre

Chancen, im Bewerbungsverfahren berücksichtigt zu werden.

Zu den Bewerbungsunterlagen gehören:

- Bewerbungsanschreiben
- Deckblatt (wenn von Ihnen gewünscht)
- Lebenslauf (wenn von Ihnen gewünscht mit Foto)
- Zeugnisse/Zertifikate
- Beschreibung Ihrer Kompetenzen
(wenn von Ihnen gewünscht)

Beachten Sie die Hinweise zur Form der Bewerbung im Stellenangebot – ob die Bewerbung postalisch, per E-Mail oder online über die Homepage des Unternehmens eingereicht werden soll.

Das Vorstellungsgespräch

Sie haben die erste wichtige Hürde genommen, wenn Sie zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen werden. Bereiten Sie sich auf dieses Gespräch gut vor.

Planen Sie Ihre Vorbereitung:

- Bereiten Sie eine 2-4 minütige Präsentation Ihrer Person vor.
- Sammeln Sie Informationen zum entsprechenden Unternehmen, hierzu zählen die Branche, die Größe und Struktur, die Unternehmensphilosophie, sowie der Unternehmensgegenstand (z. B. was wird hergestellt oder welche Dienstleistung wird angeboten?).
- Welche Fähigkeiten und Kompetenzen werden gefordert?
- Wo liegen Ihre persönlichen Stärken für die Stelle?

5

- Welche Möglichkeiten können Sie im Rahmen von Flexibilität und Mobilität anbieten?
- Welche Fragen haben Sie an das Unternehmen (z.B. Einarbeitung, Vorgesetzte)?
- Welche Kleidung ist passend?
- Wieviel Fahrzeit benötigen Sie zu dem Unternehmen (zum potentiellen Arbeitsplatz)?
- Welche Gehaltsvorstellungen haben Sie?

Gehen Sie immer davon aus, dass man Sie gerne kennenlernen möchte, weil sich Ihr möglicher Arbeitgeber oder Ihre Arbeitgeberin entscheiden möchte, ob Sie die richtige Wahl für die zu besetzende Stelle sind.

Ein Vorstellungsgespräch ist immer mit Aufregung und Nervosität verbunden. Seien Sie optimistisch und davon überzeugt, dass Sie der bevorstehenden Aufgabe gewachsen sind. Bedenken Sie, dass oft nur sehr feine Unterschiede in der persönlichen und fachlichen Qualifizierung darüber entscheiden, ob Sie eine Zu- oder Absage erhalten.

Broschüre & Information im Internet



Die Broschüre „Praktische Bewerbungstipps für Frauen“ finden Sie unter:
www.ba-bestellservice.de/bestellservice/themen/buergerinnen-buerger/chancengleichheit/

Im für Jugendliche konzipierten Bewerbungstraining der Internetseite www.planet-beruf.de/bwt der Arbeitsagentur finden Sie viele hilfreiche Tipps und Anleitungen z. B. zu Bewerbungsmappen, Online-Bewerbungen oder Vorstellungsgesprächen.

Weiterführende und aktuelle Informationen erhalten Sie unter www.wiedereinstieg-me.de ► **Stellensuche & Bewerbung**

5



Beratung & Unterstützung – vermitteln, beraten, fördern

Wenn Sie wieder auf dem Arbeitsmarkt aktiv sein möchten, gibt es einige Anlaufstellen, die Ihre möglichen Fragen hierzu beantworten können.

- **Wo erhalten Sie kompetente Beratung und Unterstützung?**
- **Welche Eigenleistung können Sie erbringen, um Ihrem Ziel näher zu kommen?**

Sie sollten sich am Anfang Ihrer Planung darüber informieren, wer Ihnen am besten bei der Beantwortung Ihrer Fragen weiterhelfen kann.

Auf den folgenden Seiten sind wichtige Anlaufstellen im Kreis Mettmann aufgelistet.

Agentur für Arbeit Mettmann

Die Agentur für Arbeit berät und unterstützt Arbeitsuchende, eine geeignete Arbeitsstelle zu finden und gleichzeitig Unternehmen, ihre freien Stellen gut zu besetzen.

Zu den Kernaufgaben der Agentur für Arbeit zählen:

- Arbeits- und Berufsberatung sowie Vermittlung von Arbeits- und Ausbildungsstellen
- Beratung zu Fragen rund um den Arbeitsmarkt
- Zahlung von Lohnersatzleistungen bei Arbeitslosigkeit, Kurzarbeit oder Insolvenz
- Gewährung von Leistungen zur Erhaltung und Schaffung von Arbeitsplätzen
- Förderung der beruflichen Aus- und Weiterbildung und der beruflichen Rehabilitation
- Förderung der Chancengleichheit von Frauen und Männern am Arbeitsmarkt

Kontaktaufnahme

Die Agentur für Arbeit unterstützt Frauen und Männer in der Familien- und Pflegephase beim Wiedereinstieg in das Arbeitsleben – unabhängig davon, ob sie in den letzten Jahren erwerbstätig waren oder nicht. Um ein individuelles Beratungsgespräch zu erhalten, ist es erforderlich, sich bei der zuständigen Agentur für Arbeit zu melden.

Kontakt

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die kostenlose Service-Rufnummer der Agentur für Arbeit unter: 0800 45555 00.

6

Ihre Agentur für Arbeit vor Ort:

- **Agentur für Arbeit in Mettmann**
Marie-Curie-Str. 1-5, 40822 Mettmann
Zuständig für Mettmann und Erkrath
- **Agentur für Arbeit in Hilden**
Warrington Platz 1, 40721 Hilden
Zuständig für Hilden und Haan
- **Agentur für Arbeit in Langenfeld**
Karl-Benz-Str. 3-5, 40764 Langenfeld
Zuständig für Langenfeld und Monheim am Rhein
- **Agentur für Arbeit in Ratingen**
Brunostr. 10a, 40878 Ratingen
- **Agentur für Arbeit in Velbert**
Grünstr. 40-42, 42551 Velbert
Zuständig für Velbert, Heiligenhaus und Wülfrath

Information im Internet

Unter www.arbeitsagentur.de finden Sie unter der Rubrik „Karriere und Weiterbildung“ weiterführende Links zu folgenden Internetplattformen der Agentur für Arbeit: BEN, KURSNET, E-Learning-Angebote der Bundesagentur für Arbeit, JOBBÖRSE sowie einen Überblick über finanzielle Fördermöglichkeiten.

6

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

Sie können sich in jeder Agentur für Arbeit auch an die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt wenden. Sie beantworten insbesondere Fragen zum Wiedereinstieg von Frauen und Männern nach einer Familienphase, zum beruflichen Einstieg und Fortkommen von Frauen, zur Existenzgründung von Frauen, zur beruflichen Ausbildung und Teilzeitberufsausbildung, zur flexiblen Arbeitszeitgestaltung und beraten Arbeitgeber*innen zur familienbewussten Personalpolitik.

- **Agentur für Arbeit in Mettmann**
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt
Barbara Engelmann
Marie-Curie-Str. 1-5, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 69 62 109
E-Mail: Mettmann.BCA2@arbeitsagentur.de

Die genauen Termine der Informationsveranstaltungen finden Sie im Internet:

Information im Internet

www.arbeitsagentur.de/mettmann ►
Bürgerinnen & Bürger ► Chancengleichheit
oder www.arbeitsagentur.de/mettmann ► Veranstaltungen ► Stichwort „Wiedereinstieg“ ► Mettmann

6

Jobcenter ME-aktiv

Erwerbsfähige Menschen, die ihren Lebensunterhalt und den ihrer Familie derzeit nicht aus eigenen Mitteln bestreiten können, erhalten unter bestimmten Bedingungen Leistungen der Grundsicherung für Arbeitsuchende nach dem Sozialgesetzbuch Zweites Buch (SGB II). Oberstes Ziel der Grundsicherung für Arbeitsuchende ist die Überwindung der individuellen Hilfebedürftigkeit.

Die nach diesem Gesetz möglichen Hilfen bestehen aus:

- Information, Beratung und umfassender Unterstützung durch eine Ansprechperson mit dem Ziel der Eingliederung in Arbeit oder des Ausbaus der Erwerbstätigkeit
- Leistungen zur Unterstützung der beruflichen Eingliederung, durch Förderung der Arbeitsaufnahme, der beruflichen Aus- und Fortbildung sowie der Heranführung an den Arbeitsmarkt
- Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhalts der erwerbsfähigen Hilfebedürftigen und der mit ihnen in einer Bedarfsgemeinschaft lebenden Personen.

Das Jobcenter ME-aktiv ist im gesamten Kreisgebiet für die Leistungen nach dem SGB II zuständig.

Häufig verhindern nicht nur mangelnde berufliche Kenntnisse oder fehlende Stellenangebote eine Arbeitsaufnahme, sondern auch persönliche Probleme. Die Fachkräfte des Jobcenter ME-aktiv bieten Ihnen Unterstützung in den Bereichen:

- Kinderbetreuung
- Sucht- und Schuldenberatung
- Psychosoziale Betreuung

Sie planen gemeinsam mit Ihnen die notwendigen Schritte und bewilligen die erforderlichen Integrationsleistungen. Alle Förderangebote des Jobcenter ME-aktiv richten sich sowohl an Frauen als auch an Männer.

Weitere Informationen erhalten Sie von den Fachkräften in Ihrer Geschäftsstelle.

Kontakt

Sie erreichen Ihre Ansprechperson von Montag bis Freitag zwischen 8 und 18 Uhr unter der zentralen Telefonnummer des jobcenters ME-aktiv unter: Tel.: 02104 14163-0
E-Mail: jobcenter-mettmann@jobcenter-ge.de

Weitere Informationen und die Anschrift Ihrer Geschäftsstelle finden Sie unter:
www.jobcenter-mettmann.de

6

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA)

Sie können sich im jobcenter ME-aktiv auch an die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) wenden. Sie berät unter anderem bei Fragen der beruflichen Entwicklung nach einer Familien- oder Pflegephase.

■ jobcenter ME-aktiv

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt
Petra Baumbach
Marie-Curie-Str. 1-5, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 14163-119, Fax: 02104 14163-299
E-Mail: Jobcenter-ME-aktiv.BCA@jobcenter-ge.de
Internet: www.jobcenter-mettmann.de

Beratungsstellen „Beratung zur beruflichen Entwicklung“

Das Beratungsprogramm „Beratung zur beruflichen Entwicklung“ wurde vom Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales NRW (MAIS) ins Leben gerufen und wendet sich auch an Berufsrückkehrende. Die Beratung kann bis zu neun Stunden umfassen und ist für die Ratsuchenden kostenlos.

Beraten dürfen speziell ausgewiesene Beratungsstellen. Die Beratungen werden nach persönlicher Terminabsprache durchgeführt.

■ VHS Hilden-Haas

Geschäftsstelle Hilden
Monika Wetzler-Vogt
Gerresheimer Str. 20,40721 Hilden
Tel.: 02103 50 05 51
E-Mail: wetzler-vogt@vhs-hilden-haas.de

■ VHS Langenfeld*

Peter Kürner
Konrad-Adenauer-Platz 1, 40764 Langenfeld
Tel. 02173 794 4521
E-Mail: peter.kuerner@langenfeld.de

■ VHS Mettmann-Wülfrath*

Barbara Lorenz-Allendorf
Schwarzbachstr. 28, 40822 Mettmann
Tel. 02104 1392 -31
E-Mail: lorenz-allendorf@vhs-mettmann.de

* zusätzlich Fachberatungsstelle zur Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikationen

Information im Internet

Weitere Informationen zu diesem Programm und Beratungsstellen finden Sie im Internet unter:
www.weiterbildungsberatung-nrw.de

Berufskollegs im Kreis Mettmann:

- **Adam-Josef-Cüppers-Berufskolleg Ratingen**
Minoritenstr. 10, 40878 Ratingen
Tel.: 02102 7112-0, Fax: 02102 7112-111
- **Berufskolleg Neandertal des Kreises Mettmann**
Koenneckestr. 25, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 9504-0, Fax: 02104 9504-111
E-Mail: info@berufskolleg-neandertal.de
Internet: www.berufskolleg-neandertal.de
- **Berufskolleg Hilden des Kreises Mettmann – Europaschule**
Am Holterhöfchen 34, 40724 Hilden
Tel.: 02103 9661-0, Fax: 02103 9661-111
E-Mail: info@berufskolleg.de, Internet: www.berufskolleg.de
- **Berufskolleg Niederberg des Kreises Mettmann – Europaschule**
Langenberger Str. 120, 42551 Velbert
Tel.: 02051 3106-0, Fax: 02051 3106-111
E-Mail: info@berufskolleg-niederberg.de
Internet: www.berufskolleg-niederberg.de
- **Berufskolleg Bleibergquelle – Europaschule**
Bleibergstr. 145, 42551 Velbert
Tel.: 02051 417410, E-Mail: info@bkbleibergquelle.de
Internet: www.bkbleibergquelle.de
- **Berufskolleg für Sozial- und Gesundheitswesen**
Panner Str. 24, 42555 Velbert, Tel.: 02052 9264-0
E-Mail: windrathertalschule@t-online.de
Internet: www.windrather-talschule.de

Berufliche Bildungsträger im Kreis Mettmann:

Auf den folgenden Seiten finden Sie die beruflichen Bildungsträger, die Mitglied im Netzwerk W sind, in alphabetischer Reihenfolge.

- **AWO – Werkstatt für Innovation und Bildung (WIB)**
Bahnstraße 59, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 9707 0, Fax: 02104 9707-36
E-Mail: info@awo-kreis-mettmann.de
Internet: www.awo-kreis-mettmann.de
- **bfw – Unternehmen für Bildung GmbH
Berufsbildungsstätte Erkrath**
Schimmelbuschstr. 55, 40699 Erkrath
Tel.: 02104 141994-10, Fax: 02104 141994-20
E-Mail: gernand.claudia@bfw.de
Internet: www.bfw.de
- **Bildung³ gemeinnützige GmbH der Städte
Hilden, Langenfeld und Monheim am Rhein**
Internet: www.bildung-hoch3.de
 - Standort Hilden:
Johann-Vaillant-Str. 8, 40721 Hilden
Tel.: 02103 25895-0, Fax: 02103 25895-20
 - Standort Langenfeld:
Winkelsweg 38, 40764 Langenfeld
Tel.: 02173 204365-0, Fax: 02173 204365-35
 - Standort Monheim am Rhein:
Düsselweg 8, 40789 Monheim am Rhein
Tel.: 02173 9570-50/-60, Fax: 02173 95 70 79

- **Bildungsakademie für Gesundheits- und Sozialberufe des Kreises Mettmann GmbH**
Jubiläumsplatz 19, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 1418-0, Fax: 02104 1418-22
E-Mail: sekretariat@bildungsakademie-mettmann.de
Internet: www.bildungsakademie-mettmann.de
- **Caritasverband für den Kreis Mettmann e. V. – Beschäftigungsförderung**
Johannes-Flintrop-Str. 19, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 9262-0, Fax: 02104 9262-30
E-Mail: postfach@caritas-mettmann.de
Internet: www.caritas-mettmann.de
- **Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann NeanderDiakonie GmbH**
Berufs- und Beschäftigungsförderung
Bismarckstr. 39, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 17309282, Fax: 02104 17309-10
E-Mail: c.zenker@diakonie-kreis-mettmann.de
Internet: www.NeanderDiakonie.de
- **E.D.B. Bildungsgesellschaft für erfolgreiche Berufe GmbH**
Donnenberger Str. 4-6, 42553 Velbert
Tel.: 02053 911-0, Fax: 02053 911-100
E-Mail: info@edb.de, Internet: www.edb.de
- **Gemeinschaftslehrwerkstatt der Industrie von Velbert und Umgebung e. V. (GLW)**
Poststrasse 173-175, 42549 Velbert

Tel.: 02051 63250, Fax: 02051 603926
E-Mail: info@glw-velbert.de
Internet: www.glw-velbert.de

- **Katholische Erwachsenen- und Familienbildung im Kreis Mettmann**
Geschäftsstelle Ratingen
Kirchgasse 1, 40878 Ratingen
Tel.: 02102 15386 61, Fax: 02102 15386 66
E-Mail: info@bildungswerk-mettmann.de
Internet: www.familienbildungswerk.ratingen.de
- **SkF e. V. Ratingen**
Düsseldorfer Str. 40, 40878 Ratingen
Tel.: 02102 7116 100, Fax: 02102 7116 103
E-Mail: info@skf-ratingen.de
Internet: www.skf-ratingen.de
- **SkF Langenfeld ARBEIT+INTEGRATION gGMBH**
ProDonna®, Beschäftigungsförderung
Solinger Str. 63, 40764 Langenfeld
Tel.: 02173 39476-50, Fax: 02173 39476-66
E-Mail: dorothea.domasik@skf-langenfeld.de
Internet: www.skf-langenfeld.de
- **SKFM Velbert-Heiligenhaus gemeinnützige Beschäftigungsgesellschaft mbH**
Hauptstr. 95, 42579 Heiligenhaus
Tel.: 02056 2589-34, Fax: 02056 2589-35
E-Mail: info@skfm-velbert.de
Internet: www.skfm-velbert.de

- **WIPA Wirtschafts- und Sprachschule**
Kurt Paykowski GmbH / Bildungszentrum Velbert e.V.
Sontumer Str. 71, 42551 Velbert
Tel.: 02051 2886-0, Fax: 02051 2886-29
E-Mail: info@wipa-velbert.de
Internet: www.wipa.de
- **WBS TRAINING AG RATINGEN**
Josef-Schappe-Str. 21, 40882 Ratingen
Telefon: 02102 894159-0
E-Mail: Ratingen@wbstraining.de
Internet: www.wbstraining.de

Volkshochschulen im Kreis Mettmann:

- **VHS Erkrath**
Sedentaler Str. 105-107, 40699 Erkrath
Tel.: 0211 2407-4301, Fax: 0211 2407-4307
E-Mail: vhs@erkrath.de, Internet: www.vhs-erkrath.de
- **VHS Hilden-Haan**
E-Mail: info@vhs-hilden-haan.de
Internet: www.vhs-hilden-haan.de
 - Geschäftsstelle Hilden
Gerresheimer Str. 20, 40721 Hilden
Tel.: 02103 5005-30, Fax: 02103 5005-45
 - Geschäftsstelle Haan
Dieker Str. 49, 42781 Haan
Tel.: 02129 9410-20, Fax: 02129 9410-55

- **VHS Langenfeld**
Konrad-Adenauer-Platz 1, 40764 Langenfeld
Tel.: 02173 794-4555, -4556
Fax: 02173 794-9-4515
E-Mail: vhs@langenfeld.de
Internet: www.vhs-langenfeld.de
- **VHS Mettmann-Wülfrath**
E-Mail: info@vhs-mettmann.de
Internet: www.vhs-mettmann.de
 - Geschäftsstelle Mettmann
Schwarzbachstr. 28, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 1392-0, Fax: 02104 1392-92
 - Geschäftsstelle Wülfrath
Wilhelmstr. 189, 42489 Wülfrath
Tel.: 02058 910024, Fax: 02058 72300
- **VHS Monheim**
Tempelhofer Str. 15, 40789 Monheim am Rhein
Tel.: 02173 951-4111
Fax: 02173 951-25-4111
E-Mail: vhs@monheim.de
- **VHS Ratingen**
Lintorfer Str. 3, 40878 Ratingen
Tel.: 02102 550-4307, -4308
Fax: 02102 550-9430
E-Mail: vhs@ratingen.de
Internet: www.vhs-ratingen.de

■ VHS Velbert/Heiligenhaus

E-Mail: info@vhs-vh.de, Internet: www.vhs-vh.de

- Geschäftsstelle Velbert
Nedderstr. 50, 42549 Velbert-Mitte
Tel.: 02051 949611, Fax: 02051 57706
- Geschäftsstelle Velbert-Langenberg
Donnerstr. 13, 42555 Langenberg
Tel.: 02052 912219, Fax: 02052 912219
- Geschäftsstelle Bürgerbüro
Rathaus Heiligenhaus
Hauptstr. 15, 42579 Heiligenhaus
Tel.: 02056 13-0, Fax 02056 13-395

Gleichstellungsbeauftragte

Die Gleichstellungsbeauftragte ist Anlaufstelle für Frauen und Männer und steht Ihnen gerne für Informationen und Beratung zur Verfügung – auch beim beruflichen Wiedereinstieg. Je nach Problemlage wird Ihnen der Kontakt zu anderen Beratungsstellen vermittelt. Die Gleichstellungsbeauftragten der Städte sind eng miteinander und mit anderen sozialen Institutionen vernetzt.

Ziel und Aufgabe der Gleichstellungsbeauftragten ist die Umsetzung des Anspruchs im Grundgesetz: „Frauen und Männer sind gleichberechtigt“. Wenden Sie sich mit Ihren Fragen direkt an die Gleichstellungsbeauftragte in Ihrer Stadt:

Die Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Mettmann auf einen Blick:

■ Stadt Erkrath

Annegret Pollmann, Bahnstr. 2, Kaiserhof, 40699 Erkrath
Tel.: 0211 2407-1021, Fax: 0211 2407-78-1021
E-Mail: annegret.pollmann@erkrath.de

■ Stadt Haan

Nicole Kregel, Kaiserstr. 85, 42781 Haan
Tel.: 02129 911-134, Fax: 02129 911-616
E-Mail: gleichstellungsstelle@stadt-haan.de

■ Stadt Heiligenhaus

Veronika Kautz, Hauptstr. 157, 42579 Heiligenhaus
Tel.: 02056 13-195, Fax: 02056 13-192
E-Mail: v.kautz@heiligenhaus.de

■ Stadt Hilden

Monika Ortmanns, Am Rathaus 1, 40721 Hilden
Tel.: 02103 72-122, Fax: 02103 72-601
E-Mail: gleichstellung@hilden.de

■ Stadt Langenfeld

Diana Skrotzki, Konrad-Adenauer-Platz 1, 40764 Langenfeld
Tel.: 02173 794-1700, Fax: 02173 794-91700
E-Mail: diana.skrotzki@langenfeld.de

■ Stadt Mettmann

Astrid Ferl, Neanderstr. 85, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 980-172, Fax: 02104 980-722
E-Mail: astrid.ferl@mettmann.de

- **Stadt Monheim am Rhein**
Gisela Herforth, Rathausplatz 2,
40789 Monheim am Rhein
Tel.: 02173 951-0, Fax: 02173 951-25818
E-Mail: gleichstellung@monheim.de
- **Stadt Velbert**
N. N., Rathaus, 42551 Velbert
Tel.: 02051 26-2239, Fax: 02051 26-2150
E-Mail: stadt@velbert.de
- **Stadt Ratingen**
Andrea Töpfer und Gaby Welsch-Schwalfenberg
Minoritenstr. 5, 40878 Ratingen,
Postanschrift: Postfach 10 17 40, 40837 Ratingen
Tel.: 02102 550-3430 und -3431, Fax: 02102 550-9343
E-Mail: gleichstellungsstelle@ratingen.de
- **Stadt Wülfrath**
Gudula Kohn, Am Rathaus 1, 42489 Wülfrath
Tel.: 02058 18-317, Fax: 02058 18-1341
E-Mail: gleichstellung@stadt.wuelfrath.de
- **Kreis Mettmann**
Geertje Jeschke, Düsseldorf Str. 26, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 99-1023, Fax: 02104 99-841023
E-Mail: gleichstellungsstelle@kreis-mettmann.de

Wirtschaftsförderung Kreis Mettmann

Die Wirtschaftsförderung des Kreises Mettmann engagiert sich in verschiedenen Bereichen der Themenfelder Wirtschaft und Arbeit. Für Fragen rund um Ihren beruflichen Wiedereinstieg steht die Wirtschaftsförderung als Ansprechpartnerin gerne zur Verfügung. Hier erhalten Sie eine Informations- und Orientierungsberatung.

Wirtschaftsförderung Kreis Mettmann

Düsseldorfer Str. 26, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 99-2613, Fax 02104 99-5618
E-Mail: wirtschaftsfoerderung@kreis-mettmann.de
Internet: www.kreis-mettmann.de

STARTERCENTER NRW beim Kreis Mettmann

Der Firmen- und Gründungsservice bei der Wirtschaftsförderung des Kreises Mettmann ist Anlaufstelle für Berufsrückkehrende, die sich für die berufliche Selbständigkeit interessieren.

STARTERCENTER NRW beim Kreis Mettmann

Düsseldorfer Str. 26, 40822 Mettmann
Tel.: 02104 99-2626, Fax: 02104 99-5618
E-Mail: startercenter.nrw@kreis-mettmann.de
Internet: www.kreis-mettmann.de ► Wirtschaft ► Firmen- & Gründungsservice

6

Beratung für Zugewanderte

Wenn Sie als Migrantin oder Migrant in Ihren Beruf zurückkehren möchten, könnten Sie viele Fragen begleiten:

- **Unter welchen Voraussetzungen darf ich in Deutschland arbeiten?**
- **Habe ich eine Chance auf dem deutschen Arbeitsmarkt?**
- **Wer hilft mir weiter?**

Immer noch besteht eine größere Zurückhaltung bei Migrantinnen, in das Berufsleben zurückzukehren. Häufig zu Unrecht, wie alleine die Gründungszahlen junger Frauen mit Migrationshintergrund belegen. Migrantinnen sind häufig gut ausgebildet und seit vielen Jahren in Deutschland.

Nutzen Sie Ihre Chance und bei Bedarf auch die Hilfestellung, die Ihnen die Dienstleister*innen am Arbeitsmarkt und die anderen Anlaufstellen anbieten.

Information im Internet

Auf der Seite **www.migra-info.de** des Landes NRW finden Sie einen guten Überblick zum Thema „Beruflicher Wiedereinstieg“.

Das Kreisintegrationszentrum Mettmann bietet für Familien mit Zuwanderungsgeschichte Angebote in den Bereichen Erziehung, Bildung, Ausbildung und Beruf. Im Rahmen seiner Arbeit hat das Kreisintegrationszentrum Mettmann eine

informativ und umfassende Internetseite entwickelt, die Ihnen weiterhelfen kann.

Information im Internet

Die Informationen des Kreisintegrationszentrum Mettmann finden Sie unter: **www.kreis-mettmann.de/integration**. Unter **www.migration-me.de** erhalten Sie interessante und hilfreiche Informationen und Adressen rund um das Thema Migration und Integration im Kreis Mettmann.

Wenn Sie persönlich Kontakt aufnehmen möchten, wenden Sie sich an die Migrationsberatungsdienste oder die Integrationsbeauftragten in Ihrer Stadt. Sie erhalten die Kontaktdaten und weitere Informationen im Internet unter:

- **Fachdienst Integration und Migration:**
www.caritas-mettmann.de ► Integration
- **Fachdienst Integration und Migration:**
www.NeanderDiakonie.de ►
Beratung & Betreuung ► Migration und Integration
- **Jugendmigrationsdienst:**
www.internationaler-bund.de ► Angebote für
Migranten ► Jugendmigrationsdienst ► Standortauswahl ► Velbert
(kreisweites Angebot, Koordinierungssitz in Velbert)

6

Weitere Beratungsangebote

- **Kompetenzzentrum Frau und Beruf Düsseldorf und Kreis Mettmann**
 c/o Zukunftswerkstatt Düsseldorf GmbH
 Postfach: 10 55 05, 40046 Düsseldorf
 Telefon: 0211 17302-27
 E-Mail: competentia@zwd.de
 Internet: www.competentia.nrw.de/Duesseldorf-Mettmann
- **IHK zu Düsseldorf – Zweigstelle Velbert**
 Nedderstr. 6, 42551 Velbert
 Tel.: 02051 9200-0, Fax: 02051 9200-30
 E-Mail: ihkdus@duesseldorf.ihk.de
 Internet: www.duesseldorf.ihk.de
- **Regionalagentur Düsseldorf – Kreis Mettmann**
 Willi-Becker-Allee 8, 40227 Düsseldorf
 Tel.: 0211 89-96710, Fax 0211 8929-051
 Internet: www.regionalagentur-d-me.de

Das Netzwerk W im Kreis Mettmann

Das Netzwerk W im Kreis Mettmann wird von der Wirtschaftsförderung des Kreises Mettmann koordiniert. Es ist Teil der Landesinitiative Netzwerk W, die das Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Gleichstellung zur regionalen Unterstützung der Berufsrückkehr fördert.

Vertreterinnen und Vertreter aus den Bereichen Arbeit, Bildung, Wirtschaft, Soziales und Gleichstellung treffen sich seit 2010 regelmäßig, um aktuelle Entwicklungen am Arbeitsmarkt aufzugreifen und zu bearbeiten. Das Netzwerk im Kreis Mettmann ist offen für neue Kooperationen und Partner*innen.



Kontakt: Wirtschaftsförderung Kreis Mettmann
 Düsseldorf Str. 26, 40822 Mettmann
 Tel.: 02104 99-2613, Fax: 02104 99-5618
 E-Mail: wirtschaftsfoerderung@kreis-mettmann.de
 Internet: www.wiedereinstieg-me.de
www.kreis-mettmann.de
www.netzwerkW-expertinnen.de

Angebote des Netzwerk W im Kreis Mettmann



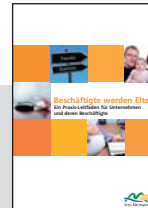
Internetseite www.wiedereinstieg-me.de
Weiterführende Informationen, lokale Veranstaltungen und Ansprechpersonen vor Ort immer aktuell



Infomesse Beruf & Familie – so geht's!
Einmal jährlich findet die Infomesse an wechselnden Orten im Kreis Mettmann statt. Die Termine finden Sie auf der Internetseite www.wiedereinstieg-me.de

Broschüren:

Weitere Broschüren des Netzwerk W im Kreis Mettmann, die sie kostenfrei als Download auf der Internetseite herunterladen können oder bestellen können bei der Wirtschaftsförderung Kreis Mettmann (Adresse s. S. 41)



Broschüre:
Beschäftigte werden Eltern



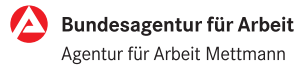
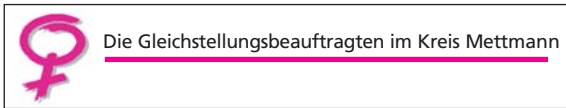
Broschüre:
(Allein-)erziehend in den Beruf –
Ihr Wiedereinstieg Schritt für Schritt



Broschüre:
„Minijob – Minichance?“

Das Netzwerk W im Kreis Mettmann

Die Netzwerkpartner*innen



Weiterführende Internetadressen

Viele Informationen rund um Ihren beruflichen Wiedereinstieg erhalten Sie im Internet. Über die in der Broschüre genannten Seiten hinaus hat das Netzwerk W im Kreis Mettmann weitere nützliche Links für Sie zusammengetragen:

■ Beruflicher Wiedereinstieg

www.wiedereinstieg-me.de
www.wiedereinstieg.nrw.de
www.perspektive-wiedereinstieg.de

■ Netzwerke

www.frauen-nrw.de
www.vbm-online.de (Berufstätige Mütter)
www.vamv-nrw.de (Alleinerziehende)

■ Berufliche Aus- und Weiterbildung

www.kursnet.arbeitsagentur.de
www.weiterbildungsberatung.nrw
www.existenzgruenderinnen.de
www.existenzgruender.de
www.handwerk-me.de
www.duesseldorf.ihk.de/weiterbildung
www.fernstudium-net.de
<https://bildung.erzbistum-koeln.de/fbs-ratingen>
www.AWO-Kreis-Mettmann.de/wib

■ Teilzeitausbildung

www.mais.nrw/teilzeitberufsausbildung
www.duesseldorf.ihk.de ► Suchwort „Teilzeitausbildung“
www.hwk-duesseldorf.de ► Suchwort „Teilzeitausbildung“

■ Stellensuche

<https://jobboerse.arbeitsagentur.de>
www.meinestadt.de
www.stellenanzeigen.de
www.jobrobot.de
www.monster.de

■ Bewerbungshilfen

www.jova-nova.com
www.planet-beruf.de
www.lohnspiegel.de

■ Vereinbarkeit Familie & Beruf

www.familien-wegweiser.de
www.welcome-online.de
www.familieundberuf.nrw.de
www.agentur-familienzeit.de

■ Migration und Integration

www.bamf.de
www.mais.nrw.de/integration
www.migra-info.de
www.migration-me.de
www.netzwerk-iq.de

8

Platz für Ihre Notizen

Bildnachweis: Fotolia.com: Titel: BabylonDesignz (o. l.), Mateusz Zagorski (o. r.), Jens Schmidt (u. r.); S. 6 Johannes Heling; S. 8 BabylonDesignz; S. 12 pressmaster; S. 24 Arrow Studio; Bilderbox.com: S. 19 Erwin Wodicka
Titel/rück: Kitty (o. r.); Hubertus Blume (u. l.); S. 1, S. 7 Kreis Mettmann; Erfolgsfaktor Familie: Titel: (Mitte l.), Titel/rück (Mitte l., u. r.)

Rechtlicher Hinweis

Der Inhalt der Broschüre leistet keine Gewähr auf Vollständigkeit und ist nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Jede Haftung ist ausgeschlossen.

Gesetze, Angebote und Adressen können sich ändern. Bitte beachten Sie deshalb das Erscheinungsdatum der Broschüre. Die Verwendung der Texte – insbesondere bei Vervielfältigungen und Darstellung der Inhalte in elektronischen Systemen – ist ohne schriftliche Zustimmung des Herausgebers nicht gestattet.

Für Inhalte und Links wird keine Haftung übernommen.