

Kontakt zum Jobcenter

Haben Sie noch Fragen oder möchten Sie sich informieren?



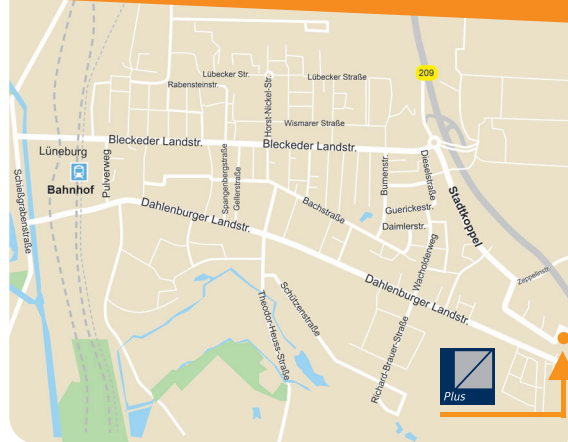
Jobcenter Landkreis Lüneburg
Volgershall 1
21339 Lüneburg

Nutzen Sie auch gerne die App: jobcenter.digital



Für das *Plus* an Bildung!

A & A Ausbildung und Arbeit *Plus* GmbH
Stadtkoppel 47
21337 Lüneburg



Sie erreichen uns bequem vom Bahnhof Lüneburg (ZOB) mit den Buslinien 5002 und 5100 (Haltestelle „Hagen-Schule“) oder mit der Buslinie 5016 (Haltestelle „Stadtkoppel“). Die Fahrtzeit beträgt etwa 11 Minuten. Von dort erreichen Sie die Stadtkoppel 47 in wenigen Gehminuten.

A&A



Ausbildung und Arbeit *Plus* GmbH

Tel.: 04131 9947392
Mail: pickup-lg@aundaplust.de

www.aundaplust.de



www.aundaplust.de

Pick up

Einzelcoaching und Begleitung



Informationen für Teilnehmende



A&A



Ausbildung und Arbeit *Plus* GmbH

Was Sie erwartet

Pick up unterstützt Sie, wenn Sie im Alltag gerade vieles gleichzeitig belastet und der Weg zu passenden Hilfen oder beruflichen nächsten Schritten schwerfällt. Sie erhalten persönliches Einzelcoaching und sozialpädagogische Begleitung durch eine qualifizierte Fachkraft. Gemeinsam klären Sie, was aktuell wichtig ist. Ihr Coach unterstützt Sie dabei, eigene Lösungen zu entwickeln und selbstständig umzusetzen.

- **Stärken klären:** Wir schauen auf Ihre Fähigkeiten, Erfahrungen und Ressourcen.
- **Ziele festlegen:** Gemeinsam vereinbaren wir für Sie realistische Ziele und die nächsten Schritte.
- **Schritte umsetzen:** Sie arbeiten an den gemeinsam vereinbarten Zielen. Ihr Coach begleitet Sie bei der Umsetzung und bezieht bei Bedarf passende Unterstützungsangebote ein.
- **Fortschritte sichtbar machen:** Ihr individueller Coachingplan wird mit Ihnen besprochen und im Verlauf weiterentwickelt.

Dauer: In der Regel sechs Monate.

Umfang: mind. 12 Stunden persönliches Einzelcoaching im Monat verteilt auf ca. zwei Kontakte/Termine in der Woche.

Treffpunkte: In unseren Räumlichkeiten, an einem neutralen Ort, bei einem Spaziergang oder – nur mit Ihrer Einwilligung – bei Ihnen zu Hause.

www.aundaplus.de

Neue Chancen durch „Pick up“

Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt!

Welche Themen Sie bearbeiten, richtet sich nach Ihrer persönlichen Situation. Zum Beispiel:

- **Alltag und Stabilität:** Tagesstruktur, Behörden, Wohnen, finanzielle Belastungen, Kinderbetreuung und Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- **Persönliche Stärke:** Motivation, Selbstvertrauen, realistische Selbsteinschätzung sowie Umgang mit Stress, Konflikten und schwierigen Situationen
- **Selbstständigkeit:** Mobilität, Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel, sicherer Umgang mit Online-Angeboten
- **Gesundheitsorientierung:** Stressbewältigung, Bewegung, gesunde Ernährung, Umgang mit dem eigenen Konsumverhalten, Zeitmanagement, Selbstfürsorge

Ort und Termine stimmen Sie gemeinsam mit Ihrem Coach ab.

Auf Ihren Wunsch kann Ihr Coach auch Termine mit Beratungsstellen oder Behörden vorbereiten, vereinbaren oder Sie bei Bedarf begleiten.



Für das *Plus* an Bildung!

Schritt für Schritt zu neuen Perspektiven

Sobald es zu Ihrer persönlichen Situation passt, können berufliche Themen stärker in den Mittelpunkt rücken. Dabei werden Sie unterstützt,

- eine tragfähige und realistische berufliche Perspektive zu entwickeln,
- Berufsfelder, Tätigkeiten, Zugangsvoraussetzungen, Arbeitszeiten und Weiterbildungsmöglichkeiten kennenzulernen,
- Informationen über den regionalen Arbeitsmarkt selbstständig zu recherchieren,
- bei individuellem Bedarf Stellensuche, Lebenslauf, Anschreiben, Online-Bewerbung und Vorstellungsgespräche zu bearbeiten,
- die Angebote der Bundesagentur für Arbeit und jobcenter.digital zu nutzen.



Übergang und Anbindung

Pick up unterstützt Sie dabei, wieder gut an die Beratung des Jobcenters angebunden zu sein oder in ein geeignetes weiterführendes Unterstützungs-, Qualifizierungs- oder Berufsorientierungsangebot überzugehen.

www.aundaplus.de