



## Unser Motto – Unsere Motivation

Der Leitgedanke des CJD e.V., „**Keiner darf verloren gehen**“, prägt alle Einrichtungen und Angebote. Bedürfnisorientierte, vernetzte Angebote für Menschen in allen Lebensphasen zählen zu den Stärken des CJD.

## Unser Angebot an Sie: Einzelcoaching

Unsere Coachin oder unser Coach kann sich in **Einzelterminen** ganz auf Sie und Ihre persönlichen Anliegen konzentrieren. Sie entscheiden, wie Sie die gemeinsame Zeit nutzen möchten.

Wir sind für Sie da. **Sie entscheiden** für jeden Termin, wann und wo Ihr Coaching stattfindet: bei uns in ruhiger Atmosphäre, bei einem Spaziergang, in einem Café, bei Ihnen zu Hause ...

**Wir unterstützen Sie überall**, wo Sie Hilfe benötigen: bei Problemen im Alltag, im sozialen Umfeld, in finanziellen und gesundheitlichen Fragen, bei der Beantragung von Leistungen oder der Entwicklung von Soft Skills. Wir begleiten Sie auf dem Weg zu mehr Lebensfreude und Selbstvertrauen.

## Infos & Kontakt

Ansprechpartner\*in:

### Thorsten Braun

Tel. 02761 9643-10  
thorsten.braun@cjd.de

### Christiane Hesse

Tel. 02761 9643-31  
christiane.hesse@cjd.de

### Adresse:

CJD Olpe  
Zum Vordamm 8  
57462 Olpe

So erreichen Sie uns:



CJD Olpe  
Zum Vordamm 8  
57462 Olpe  
Telefon: 02761 9643-0  
www.cjd.de



**Ganzheitliches  
Einzelcoaching (GEco)**  
Olpe

**Auf Augenhöhe –  
Persönlich – Vor Ort**

**Das Zusammen wirkt.**

## Ganzheitliches Einzel-coaching GEco

Dieses Angebot richtet sich an alle erwerbsfähigen Leistungsberechtigten und junge Menschen nach Beendigung ihrer Schulpflicht, die Unterstützung zur Verbesserung ihrer Beschäftigungsfähigkeit in Anspruch nehmen möchten

### Alle reden von Vermittlungshemmnissen

Sie profitieren von einer intensiven Begleitung zu einer eigenverantwortlichen Lebensführung, abgestimmt auf einen möglichen **Berufseinstieg**.

## Wir unterstützen Sie

Wir suchen mit Ihnen nach Lösungen auf Ihrem Weg in eine Ausbildung oder in eine Arbeit. Auf Ihre Fragen wollen wir mit Ihnen gemeinsam eine Lösung finden.



*Schwerpunkte in der Ausrichtung des CJD Olpe sind Maßnahmen im Auftrag der Bundesagentur für Arbeit, Jobcenter, Schulen sowie Wirtschaftsunternehmen im Bereich der Beruflichen Bildung, Gesundheit und Rehabilitation.*

## Ein Auszug aus den Angeboten, die wir für Sie bereithalten:

### Profiling:

- Feststellen persönlicher Schwierigkeiten und Herausforderungen
- Strategieplanung und -beratung (Wohin soll es für mich gehen?)
- Lösungsstrategien entwickeln
- Zeithorizonte und Visualisierung

### Umgang mit Behörden:

- Hilfe bei Vereinbarung/Begleitung zu Terminen
- Behördenanträge gemeinsam ausfüllen

### Alltag strukturieren:

- Neue Tagesroutine entwickeln
- Kinderbetreuung organisieren

### Überblick über die persönliche finanzielle Situation:

- Bürgergeld richtig beantragen
- Finanzielle Zuschüsse finden
- Budget- und Haushaltsplanung

### Wohnen und Haushalt:

- Gemeinsame Wohnraumsuche
- Tipps rund um den Haushalt (Energie, Lebensmittel)
- Die Wohnung zum zuhause machen

### Veränderungen fördern und begleiten:

- Stärken kennenlernen und einsetzen
- Talentmarketing
- Resilienz stärken
- Überwindung von Widerständen
- Aktivierung von Ressourcen
- Nachhaltige Stärkung der Eigeninitiative und Motivation

### Achtsamkeit und Selbstfürsorge:

- Meine Rolle im Leben
- Umgang mit Konflikten und Stress
- Glücklich werden und bleiben
- Work-Life-Balance
- Beziehungen und Partnerschaft stärken
- Stärkung von Körper und Geist

## Module

### GEco 52

52 Coachingeinheiten in 6 Monaten

### GEco 104

104 Coachingeinheiten in 6 Monaten

### GEco 156

156 Coachingeinheiten in 6 Monaten

## Dauer, Kosten, Finanzierung

Ihre Teilnahme an der Maßnahme wird von Ihrem Jobcenter individuell festgelegt. Sie kann **sechs Monate** dauern und, wenn nötig, verlängert werden.

Eine Förderung Ihrer Teilnahme erfolgt über einen **16k-Gutschein**, ausgestellt durch Ihre persönliche Kontaktperson bei Ihrer **Arbeitsagentur** oder Ihrem **Jobcenter**.

Erstattungsfähige Kosten wie z.B. Fahrkosten oder Kinderbetreuungskosten können – abhängig von Ihrer persönlichen Situation – auf Antrag des Jobcenters bewilligt werden.

## Interesse?

Dann sprechen Sie Ihre Kontaktperson im Jobcenter an.