



## Weitere Angebote der Frauenwerkstatt

Ergänzend zur praktischen Arbeit in den Projekten bietet das Team der Frauenwerkstatt

- Persönliche Beratung und Unterstützung
- Workshops und Angebote zu Themen wie
  - o Kommunikation
  - o eigene Stärken erkennen und nutzen
  - o Selbstsicherheit
  - o Gesundheit und Bewegung
- Individuelles Coaching zur beruflichen Perspektive
- Unterstützung bei Bewerbungsaktivitäten und Kontaktaufnahme zu passenden Arbeit- und Praktikumsgebern
- Berufliche Orientierung und Erprobung in betrieblichen Praktika

## Organisatorisches

- ☺ erwerbsfähige Frauen mit Betreuungsaufgaben (Kinder/ Familienangehörige)
- ☺ ab 18.02.2019
- ☺ Montag – Donnerstag 08:00 – 12:30 Uhr  
Freitag 08:00 – 12:00 Uhr
- ☺ Teilnahmezeit und Dauer:  
6 bis maximal 9 Monate
- ☺ Die Mitarbeit in der Frauenwerkstatt umfasst 19,5 Wochenstunden
- ☺ Die Anmeldung erfolgt über das Jobcenter, Grimsbystraße 1, 27570 Bremerhaven

## Wie kann ich meine Wohnung schön gestalten oder einfache Reparaturen selber vornehmen?

Die Frauenwerkstatt ist ein handwerkliches Projekt, in dem die Teilnehmerinnen sich mit verschiedenen Materialien ausprobieren und den Umgang mit Handwerkzeugen, der Bohrmaschine und der Stichsäge erlernen – und dabei auch Einblicke in handwerkliche Tätigkeiten erhalten.

### Möbelwerkstatt

- Aufarbeitung von eigenen oder gespendeten Möbeln
- Bau von Kleinmöbeln aus Holz

### Upcycling (Auf-Wertung)

- Bau und Gestaltung von Deko- und Gebrauchsgegenständen aus verschiedenen Materialien

### Tapetenwechsel

- Renovierung mit System

### Technik fürs Haus

- Hilfe zur Selbsthilfe - kleine Schäden im eigenen Haushalt beheben



# Do it Yourself



## INFORMATION UND BERATUNG

Anja Heers Tel. 9449 - 316  
Anja.Heers@jobcenter-ge.de

Tanja Hesse-Bloch Tel. 9449 - 661  
Tanja.Hesse-Bloch@jobcenter-ge.de

Maßnahmeträger und Lehrgangsort

## InCoTrain GmbH

Ingenieurdienstleistung Coaching  
Training GmbH  
Columbusstraße 2  
27570 Bremerhaven

Telefon (04 71) 1 85 - 0  
Telefax (04 71) 1 85 - 233

www.hausdeshandwerks-bhv.de  
info@incotrain-bhv.de



## INFORMATION UND BERATUNG

### Projektleitung

Bärbel Brösche Tel. 185 - 410  
broesche@incotrain-bhv.de

Gina Hopfenziz Tel. 185 - 204  
hopfenziz@incotrain-bhv.de

Sarah Kuhnke Tel. 185 - 416  
kuhnke@incotrain-bhv.de

### Verwaltung

Bettina Gieseler Tel. 185 - 210  
gieseler@incotrain-bhv.de



# Finde Deinen Weg

Aktivcenter Frauenwerkstatt



**InCoTrain**  
Ingenieurdienstleistung  
Coaching Training GmbH