

Die Aktion **FRAU & BERUF** bietet Beratung zum Einstieg und Wiedereinstieg in das Berufsleben für Frauen – auch für Frauen aus anderen Ländern. Mit diesen Fragen können Sie sich an eine unserer Beratungsstellen ganz in Ihrer Nähe wenden:

- Welche Arbeit passt zu mir?
- Sind meine Deutschkenntnisse dafür ausreichend?
- Erfülle ich die Voraussetzungen für die Arbeit?
- Was habe ich bisher gemacht und was kann ich gut?
- Benötige ich eine Anerkennung meiner Schul- und Berufsausbildung?
- Welche Weiterbildungen gibt es für mich?
- Wie bewerbe ich mich bzw. sind meine Bewerbungsunterlagen vollständig?
- Wie kann ich die Betreuung von Kindern oder pflegebedürftigen Angehörigen regeln?
- Welche Arbeitszeiten sind möglich?

Die Beratung ist kostenlos. Wir unterstützen Sie gern. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf: www.frau-und-beruf-sh.de
Service-Hotline 0431 9905-2222
(montags bis freitags von 8 bis 12 Uhr)



Wir fördern Arbeit



Landesprogramm Arbeit: Gefördert durch die Europäische Union, Europäischen Sozialfonds (ESF), und das Land Schleswig-Holstein

Landesprogramm Arbeit

Die Aktion FRAU & BERUF wird aus dem Landesprogramm Arbeit mit Mitteln des Landes und des Europäischen Sozialfonds gefördert.



Investitionsbank Schleswig-Holstein
Fleethörn 29-31 · 24103 Kiel
www.ib-sh.de

FRAU & BERUF

Berufliche Beratung von Frauen



Willkommen
Welcome
Bienvenue
Witamy
Добро
пожаловать
أهلا وسهلا
خوش آمدید

Schleswig-Holstein
Der echte Norden



The **WOMEN & CAREERS (FRAU & BERUF)** campaign offers advice on entering and re-entering the workforce for women – including for women from other countries. If you have any of the following questions, get in touch with one of our advice centres in your area:

- What kind of work am I suited to?
- Is my knowledge of German good enough for this kind of work?
- Do I meet the criteria for the work?
- What have I done in the past and what am I good at?
- Do I need official recognition of my school and professional qualifications?
- What further training is available for me?
- How can I apply or are my application documents complete?
- How can I manage childcare or relatives who need care?
- What working hours are possible?

Advice is free. We would be happy to support you. Get in contact with us: www.frau-und-beruf-sh.de
Service hotline 0431 9905-2222
(Monday-Friday from 8 am to midday)

Акция **ЖЕНЩИНА И ПРОФЕССИЯ (FRAU & BERUF)** предлагает консультации по началу профессиональной деятельности и возврату к профессиональной деятельности для женщин – также для женщин из других стран. С этими вопросами вы можете обращаться в наши консультационные пункты поблизости:

- Какая работа мне подходит?
- Достаточно ли являются мои знания немецкого языка?
- Выполняю ли я предпосылки для работы?
- Что я делала до сих пор и что я могу делать хорошо?
- Следует ли мне подтверждать свое школьное и профессиональное образование?
- Какие курсы повышения квалификации доступны для меня?
- Как мне подавать заявление о приеме на работу и является ли мой пакет требующихся при подаче заявления о приеме на работу документов полным?
- Как я могу решить вопрос об уходе за детьми или родственниками, нуждающимися в уходе?
- Какие рабочие часы возможны?

Консультации бесплатные. Мы охотно окажем вам помощь. Обращайтесь к нам через веб-сайт: www.frau-und-beruf-sh.de
Номер телефона горячей линии: 0431 9905-2222
(с понедельника по пятницу: 8.00–12.00)

L'action **FEMME & TRAVAIL (FRAU & BERUF)** propose des conseils aux femmes pour l'entrée dans la vie active / le retour à la vie active – également pour les femmes originaires d'autres pays. Vous pouvez vous adresser à un de nos centres de conseils près de chez vous pour recevoir des réponses aux questions suivantes :

- Quel est le travail qui me convient ?
- Mes connaissances de la langue allemande sont-elles suffisantes ?
- Est-ce que je remplis les conditions requises pour ce travail ?
- Qu'ai-je fait jusqu'à présent et qu'est-ce que je maîtrise particulièrement bien ?
- Est-ce que j'ai besoin d'une reconnaissance de mes diplômes et de ma formation professionnelle ?
- Quelles sont les possibilités de formation continue ?
- Comment dois-je poser ma candidature et est-ce que mon dossier est complet ?
- Comment puis-je régler la garde des enfants ou de membres de la famille qui ont besoin d'assistance ?
- Quels sont les horaires de travail possibles ?

Les conseils sont gratuits. Nous nous ferons un plaisir de vous apporter notre aide. N'hésitez pas à nous contacter sur www.frau-und-beruf-sh.de
Hotline de service 0431 9905-2222
(du lundi au vendredi, de 8 heures à 12 heures)

تُسدَى حركة **(FRAU & BERUF) المرأة والعمل** المشورة للنساء من أجل الدخول إلى سوق العمل أو من أجل العودة إليه – بما في ذلك النساء القادمات من بلدان أخرى. يمكنك التوجه إلى أقرب مراكز إسداء المشورة التابعة لنا بأحد هذه الأسئلة:

- ما هو العمل الملائم لي؟
- هل مهاراتي في اللغة الألمانية مقبولة بالنسبة لهذا العمل؟
- هل تتحقق في شروط العمل؟
- ما هي الأعمال التي قمت بها حتى الآن وماذا أجيد؟
- هل أحتاج إلى الاعتراف بمؤهلي الدراسي والمهني؟
- ما هي فرص مواصلة التعليم بالنسبة لي؟
- كيف أتقدم للحصول على وظيفة وهل أوراق التقديم الخاصة بي كاملة؟
- كيف يمكنني رعاية الأطفال أو من هم في حاجة إلى الرعاية من ذوي؟
- ما هي أوقات العمل المتاحة؟

إسداء المشورة بدون مقابل ويسرنا تقديم الدعم لك. تواصل معنا على صفحتنا: www.frau-und-beruf-sh.de
الرقم الساخن: 0431 9905-2222
(من يوم الاثنين إلى الجمعة من الساعة 8 إلى الساعة 12)

Akcja **KOBIETA I ZAWÓD (FRAU & BERUF)** oferuje doradztwo dotyczące rozpoczęcia i wznowienia życia zawodowego dla kobiet – również z innych krajów. Z następującymi pytaniami mogą Panie zwrócić się do jednej z naszych poradni w swoim najbliższym otoczeniu:

- Jaka praca pasuje do mnie?
- Czy moja znajomość języka niemieckiego będzie wystarczająca do tej pracy?
- Czy spełniam podstawowe warunki, aby wykonywać tę pracę?
- Czy rozmawiałam się wcześniej i co potrafię robić dobrze?
- Czy potrzebuję zatwierdzenia mojego wykształcenia szkolnego i zawodowego?
- Z jakich form doksztalcania mogę korzystać?
- W jaki sposób złożyć podanie o pracę, czy moje dokumenty aplikacyjne są kompletne?
- Jak mogę uregulować kwestię opieki nad dziećmi lub wymagającymi opieki bliskimi osobami?
- Jakie godziny pracy wchodzą w grę?

Doradztwo jest bezpłatne. Chętnie Paniom pomożemy. Proszę skontaktować się z nami poprzez stronę: www.frau-und-beruf-sh.de
infolinia 0431 9905-2222
(od poniedziałku do piątku w godzinach od 8 do 12)

آژانس **(FRAU & BERUF) زن و شغل** برای وارد شدن و اشتغال مجدد در بازار کار مشاورت عرضه میدارد – آن نیز برای زنانی که از مملکت های دیگر هستند. شما می توانید با این سئوالات به یکی از مراکز مشاورت ما که در نزدیکی محل اقامت شما وجود دارد، مراجعه نمایید:

- چه کاری برای من مناسب است؟
- زبان آلمانی من برای این کار کافیسست؟
- شرایط لازم برای کار را دارم؟
- تا حالا چه کاری کرده ام و چه کاری را خوب می توانم انجام دهم؟
- آیا احتیاج به رسمیت شناختن مدارک تحصیلی و فراگیری شغلی خود را دارم؟
- چه نوع ادامه آموزش و پرورش برایم وجود دارد؟
- چگونه من درخواست بنویسم و آیا مدارکم برای درخواست تکمیل است؟
- چگونه می توانم مراقبت بچه ها و افراد وابسته را که احتیاج به مراقبت دارند تنظیم نمایم؟
- کار در چه ساعت هایی امکان پذیر است؟

مشاورت مجانی است. ما به شما کمک می کنیم. به این آدرس یا ما تماس بگیرید: www.frau-und-beruf-sh.de
شماره تلفن سرویس هاتلاین: 0431 9905-2222
(روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت 8 صبح تا 12 ظهر)