

Ernährungsberatung und Aktivierung der körperlichen Bewegung

- Die Auseinandersetzung mit sich selbst und den eigenen Ernährungsgewohnheiten und die Verbesserung dieser.
- Die Möglichkeit während der Maßnahme für 6 Monate in einem Fitnessstudio oder Schwimmbad zu trainieren. Während dieser Zeit werden die Teilnehmenden von unserem Fachpersonal, vor dem Hintergrundwissen migrationssensibler, kultureller und religiöser Gegebenheiten, begleitet und unterstützt.



Beraten und begleiten im Alltag

- Bewältigung von Alltagsproblemen durch individuelle sozialpädagogische Einzelgespräche
- Begleitung im Alltag
- Beratung und Krisenintervention
- Unterstützung bei speziellen Themen: z. B. Alltagshilfen, Schuldenprävention oder Suchtprävention
- Hilfe zur Selbsthilfe fördern
- Interkulturelles Training und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben
- Förderung der Selbstständigkeit, Selbstakzeptanz und Selbstvertrauen

So finden Sie uns

Ihre kompetente
Ansprechpartnerin

Noura Attaleb
Maßnahmeleitung

E-Mail noura.attaleb@vielfalt-nag.de



Vielfalt NAG GmbH
Niederwall 37
33602 Bielefeld

Öffnungszeiten
Montag – Freitag
08:00 - 16:00 Uhr

Telefon +49 521 – 94 93 05 71
Mobil +49 176 – 34 47 75 34
E-Mail info@vielfalt-nag.de

Vielfalt NAG

Beratung & Integration



Individuelles Coaching verbunden mit Ernährungsberatung und Sport

(7 Monate bis zu 84 UE inkl. 6 Monate Training in Sport-/Schwimmverein/ Fitnessstudio)



ZIELGRUPPE

Die Maßnahme richtet sich an alle interessierten Personen, unabhängig ihres Alters, Herkunft oder Bildungsstandes, bei denen die Voraussetzungen für eine Förderung nach § 45 Absatz SGB III vorliegen und die berechtigt sind, einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein zu erhalten.

Der Fokus liegt bei der Maßnahme auf Menschen mit Vermittlungshemmnissen, u. a. auf

- Personen bei denen das Übergewicht bisher ein Vermittlungshemmnis darstellt
- Personen die sich in einer sozial instabilen Situation befinden
- Personen mit Eingliederungsbedarfen oder anderen Einschränkungen
- Suchterkrankte Personen
- Personen mit Behinderungen, körperlichen Beeinträchtigungen
- Berufliche Rehabilitationen

ZIEL

Unser Ziel

- Heranführung und Aktivierung der Teilnehmenden am gesellschaftlichen Leben
- Unterstützung um wieder „Job-fit“ zu werden
- Unterstützung der Bewerbungsbemühungen
- Erlangung einer angemessenen beruflichen Flexibilität
- Abbau von Beschäftigungshürden und Perspektivenveränderung
- Die Verstärkung der gesundheitlichen und mentale Fitness

Inhalte der Maßnahme

Analyse der aktuellen Situation

- Klärung der aktuellen Lebenssituation, des persönlichen und beruflichen Werdegang sowie der Erwartungen an den zukünftigen Arbeitsplatz.

Zieldefinition

- Gemeinsam werden mit den Teilnehmenden sowohl persönliche als auch berufliche Ziele definiert. Auf Basis der Zieldefinition werden konkrete Schritte geplant.

Motivationstraining

- Auseinandersetzung mit den eigenen Stärken, Schwächen und individuellen Entwicklungspotenzialen.

