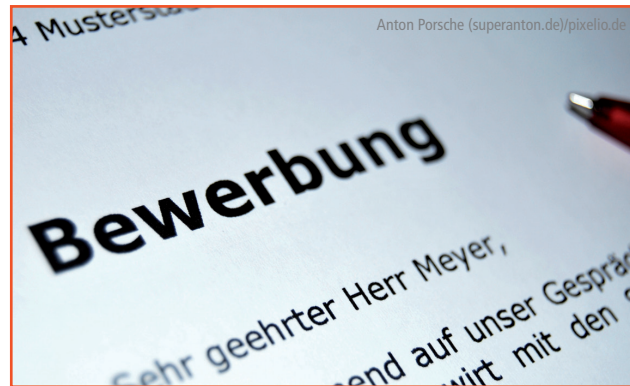


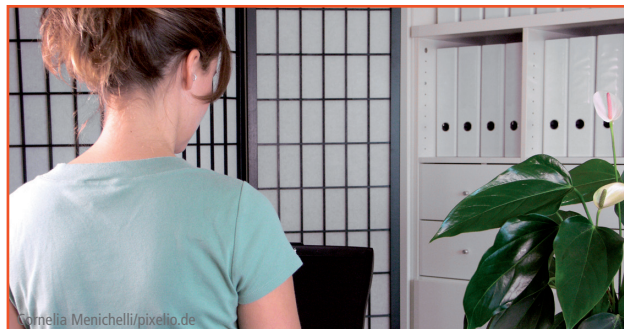
## So muss Ihre Bewerbungsmappe aussehen

- Anschreiben
- Deckblatt mit Porträtfoto
- Lückenloser, tabellarischer Lebenslauf
- Abschlusszeugnisse
- Arbeitszeugnisse
- Eventuell Arbeitsproben



## Darüber sollten Sie im Vorstellungsgespräch sprechen

- Warum der Job das Richtige für mich ist
- Meine berufliche Erfahrungen
- Meine Stärken
- Meine Motivation, um in dem Job zu arbeiten
- Ehrenamtliche Tätigkeiten



## Darauf müssen Migrantinnen und Migranten achten

- Besitze ich eine gültige Arbeitserlaubnis?
- Kann ich meine ausländischen Schulabschlüsse und Qualifikationen anerkennen lassen?
- Reichen meine Sprachkenntnisse aus?
- Gibt es Berufe, in denen mir meine Muttersprache zu Gute kommen?

Weitere Informationen:  
[www.migra-info.de](http://www.migra-info.de)

## Auch für Wege in die Selbstständigkeit gibt es Unterstützung

- Bundesagentur für Arbeit ([www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de))
- Rheinisch-Bergische Wirtschaftsförderungsgesellschaft ([www.rbw.de](http://www.rbw.de))
- IHK Köln ([www.ihk-koeln.de](http://www.ihk-koeln.de))
- Handwerkskammer Köln ([www.hwk-koeln.de](http://www.hwk-koeln.de))
- Unternehmerinnenbrief ([www.unternehmerinnenbrief.de](http://www.unternehmerinnenbrief.de))
- Startercenter NRW ([www.go-online.de](http://www.go-online.de))

Weitere Informationen:  
[www.rbk-direkt.de](http://www.rbk-direkt.de)  
Stichwort „Wiedereinstieg“

## Wichtige Kontakte im Überblick:

Nutzen Sie die Broschüre „Beruflicher Wiedereinstieg - nützliche Adressen im Rheinisch-Bergischen Kreis“. Diesen finden Sie mit dem Stichwort „Wiedereinstieg“ unter [www.rbk-direkt.de](http://www.rbk-direkt.de).

## Telefonische Beratung und per E-Mail

E-Mail: [info@wiedereinstieg.nrw.de](mailto:info@wiedereinstieg.nrw.de)  
Tel.: 01803/001166; Montag bis Freitag: 8.00 bis 18.00 Uhr (9 ct/Min. aus dem deutschen Festnetz; max. 42 ct/Min. aus dem Mobilfunk)

## Netzwerk W im Rheinisch-Bergischen Kreis

Rheinisch-Bergischer Kreis



Caritas RheinBerg  
Der Mensch zählt



Katholische  
Familienbildungsstätte  
Bergisch Gladbach



Integrationsrat  
Bergisch Gladbach



stadtwermelskirchen  
der richtige ort.

Jobcenter  
Rhein-Berg

RBW  
Rheinisch-Bergische  
Wirtschaftsförderungsgesellschaft mbH

Die Gemeinde  
Kürten  
Der Bürgermeister



Bundesagentur für Arbeit  
Agentur für Arbeit  
Bergisch Gladbach

## Kontakt:

Rheinisch-Bergischer Kreis  
Gleichstellungsstelle, Brunhilde Fink  
Am Rübezahlwald 7  
51469 Bergisch Gladbach  
Telefon: 02202/13-2750,  
E-Mail: [gleichstellung@rbk-online.de](mailto:gleichstellung@rbk-online.de)

Die Landesinitiative Netzwerk W fördert in Nordrhein-Westfalen regionale Zusammenschlüsse von arbeitsmarkt-, gleichstellungs- und bildungspolitischen sowie familienunterstützenden Akteurinnen und Akteuren. Ziel ist die Bündelung der regionalen Kompetenzen zur Unterstützung der Berufsrückkehr.

LANDESINITIATIVE  
netzwerk W  
[www.netzwerkW-expertinnen.de](http://www.netzwerkW-expertinnen.de)

gefördert vom:

Ministerium für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen



Impressum: Rheinisch-Bergischer Kreis, Der Landrat, Abt. Medien und Öffentlichkeitsarbeit/Gleichstellungsstelle, Am Rübezahlwald 7, 51469 Bergisch Gladbach, Tel.: 02202/13-2396, Fax: 02202/13-2497, [www.rbk-direkt.de](http://www.rbk-direkt.de), E-Mail: [info@rbk-online.de](mailto:info@rbk-online.de), Verantwortliche Redakteurin: Birgit Bär, Foto Titel: Gerd Altmann / pixelio.de, Layout/Design: Sabine Müller, Druckerei: söhngen printmedien, Stand: Februar 2012

Rheinisch-Bergischer Kreis

Checkliste  
für den  
Wiedereinstieg

vernetzt  
vernetzt

## Sehr geehrte Wiedereinsteigerin, sehr geehrter Wiedereinsteiger,

planen Sie Ihre Rückkehr ins Berufsleben ganz genau. Umso besser Sie sich im Vorfeld informieren, desto leichter gelingt der Wiedereinstieg.

Dieser Flyer hilft Ihnen dabei. Setzen Sie sich mit den Fragen der Checkliste auseinander und nutzen Sie die zusätzlichen Informationsquellen im Internet, um Ihre Rückkehr ins Berufsleben möglichst reibungslos zu organisieren.

Im Rheinisch-Bergischen Kreis unterstützen Sie viele Einrichtungen beim Wiedereinstieg in den Job. Viele Kontakte finden sich im Internet auf den Kreis-Seiten unter [www.rbk-direkt.de](http://www.rbk-direkt.de). Im Behördenlotsen lassen sich diese unter dem Stichwort „Wiedereinstieg“ leicht recherchieren.

Starten Sie durch!  
**Ihr Netzwerk W**

## Checken Sie ihr persönliches Umfeld

- Unterstützt mich meine Familie?
- Wie kann die Arbeit in der Familie neu aufteilt werden?
- Welche Familienmitglieder können bestimmte Aufgaben übernehmen?
- Kann eine Haushaltshilfe beschäftigt werden?



Konstantin Gastmann/pixelio.de

## Überprüfen Sie Ihr Zeitbudget für einen Job

- Welche Arbeitszeitgestaltung wünsche ich mir? Teilzeit oder Vollzeit?
- Wie komme ich zum Arbeitsplatz? Mit dem Auto, Fahrrad oder dem ÖPNV?
- Wie lange dauert die Anfahrt zu meinem Arbeitsplatz?
- Gibt es betriebliche Regelungen wie Schichtdienst, Vertretungsdienste, Urlaub, Ferienzeiten?

### Weitere Informationen:

[www.wiedereinstieg.nrw.de](http://www.wiedereinstieg.nrw.de)  
[www.perspektive-wiedereinstieg.de](http://www.perspektive-wiedereinstieg.de)  
[www.migra.info](http://www.migra.info)

## Stellen Sie die Versorgung Ihrer Kinder während der Arbeitszeit sicher

- Welche Betreuungsmöglichkeiten gibt es in meiner Gegend?
- Entsprechen die Öffnungszeiten der Betreuungseinrichtung den Anforderungen des neuen Jobs?
- Gibt es Alternativen? Tagespflegemütter oder Familienmitglieder?
- Können in Notfällen Familienmitglieder helfen?

### Weitere Informationen:

[www.rbk-direkt.de](http://www.rbk-direkt.de)  
(Stichwort „Wiedereinstieg“)

## Überprüfen Sie ihre Abschlüsse und Qualifikationen

- Fehlt mir der Schulabschluss?
- Fehlt mir die passende Berufsausbildung?

### Weitere Informationen :

[www.rbk-direkt.de](http://www.rbk-direkt.de)  
(Stichwort „Wiedereinstieg“)  
[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) (Stichwort „BIZ“)  
[www.bibb.de](http://www.bibb.de)



Benjamin Thorn/pixelio.de

## Denken Sie über zusätzliche Qualifikationen und Weiterbildungen nach

- Wie haben sich die Anforderungen in meinem erlernten Beruf verändert?
- Welche Qualifikationen muss ich noch erwerben, um in einem neuen Beruf Fuß zu fassen?
- Wo kann ich Qualifikationen nachholen?
- Welche Qualifizierungsangebote gibt es?
- Gibt es spezielle Fördermöglichkeiten und Unterstützung am Wohnort für Berufsrückkehrerinnen?

### Weitere Informationen :

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)  
(Stichwort: „Berufenet“ , „Kursnet“)

**Weiterbildungsmöglichkeiten:** Computerkurse, Sprachkurse, berufsspezifische Workshops, Fernstudium

**Fördermöglichkeiten:** Bildungsgutschein, Bildungsscheck, Bildungskredit, Schüler-, Studenten- und MeisterBAFÖG,

## Nutzen Sie verschiedene Anlaufstellen bei der Jobsuche

- Arbeitsvermittlung der Bundesagentur für Arbeit
- Jobbörsen im Internet
- Private Arbeitsvermittlung
- Zeitarbeitsfirmen
- Zeitungen, Wochenblätter, Fachzeitschriften
- Initiativbewerbungen bei Unternehmen
- Private Kontakte nutzen

## Stellenmarkt - Stellenmarkt

**Wir suchen** per sofort eine fleißige Fachkraft im Bereich des Textilhandels. Sie haben bereits Erfahrungen in Verkauf von Textilware gesammelt, und möchten in einem stetig wachsenden Betrieb mitarbeiten; sind zuverlässig und fleißig; dann richten Sie Ihre Bewerbung an unser Personalbüro. CHIFFRE: 12587

**Das Plölicher Tageblatt** sucht Zusteller für den Nahen Einzugsbereich. CHIFFRE: 86129

**Haushaltshilfe** ( Putzarbeiten und Wäschepflege ), deutschsprachig, für Privathaushalt gesucht. CHIFFRE: 31579

**Wir suchen** ab sofort zur Verstärkung unseres Teams berufserfahrene Mitarbeiter ( m/w ) in Vollzeit im Bereich der stationären Pflege. Wir bieten tarifliches Einkommen; Nachzuschläge; Urlaubs-&Weihnachtsgeld sowie ein angenehmes Betriebsklima. CHIFFRE: 42136

**Fahrer/in für Essen auf Rädern** gesucht. Chiffre: 12354

**Nette, erfahrene Putz- & Bügelfee** ( gerne auch älter ) für 4 Personenhaushalt gesucht. 3x wöchentlich für 2-3 Stunden. CHIFFRE: 16542

**Verkäufer/in** in Teilzeit für unser 1€ Geschäft gesucht. Auch ohne einen Berufsabschluß haben bei uns eine Chance. Sie werden von unserem Team in der Anfangsphase unterstützt. Rufen uns, Sie bei einem Bewerbungsgespräch kennenlernen. Richten Sie bitte vorab Ihre Unterlagen an: CHIFFRE: 63189

**Qu...** Leute mit mind. 3 J. Berufserfahrung gesucht. Unterstützung meines Teams Bestandsü. CHIFFRE: 000

**Wir verstärken unser** Service-Kräfte zur Ausm. CHIFFRE: 19543

**Flexibler, fleißiger Helfer** ( Rentn. Treppenhausreinigung und Außenarbeiten ) gesucht von Privat. CHIFFRE: 32164

Thorben Wengert/pixelio.de