



## **Individuelles Gesundheitscoaching für Erwerbslose (IGEI)**

Beratung und Training

## Wer wir sind und was wir machen

Die **rebeq GmbH** bündelt als Tochterunternehmen der Arbeiterwohlfahrt langjährige Erfahrungen im Bereich der beruflichen Förderung. Um Wege in Ausbildung und Arbeit zu ebnen, haben wir ein vielfältiges betriebsnahes Beratungs- und Qualifizierungsangebot entwickelt. Wir arbeiten eng mit den Arbeitsagenturen, den Jobcentern und Beratungsstellen in der Emscher-Lippe-Region zusammen. In vielen Bereichen kooperieren wir mit Betrieben und Unternehmen. Die eingesetzten Berater/innen und Lehrkräfte verfügen über fachspezifische Qualifikationen und mehrjährige Berufserfahrung. So schaffen wir Perspektiven für Ausbildung und Beruf!

Wer lange Zeit erwerbslos ist, muss auf Vieles verzichten: Das Geld ist knapp und die sozialen Kontakte werden meistens weniger. Auf Dauer kann das krank machen. Es entsteht ein Teufelskreis. Denn: Wer krank ist, findet auch schwerer Arbeit.

Das Angebot **Gesundheitscoaching für Erwerbslose (IGEI)** bietet ein individuelles Coaching und Unterstützung durch ausgebildete Fachleute (z.B. Sport- oder Ernährungscoaching). Ziel ist es, dass es Ihnen bald wieder gut geht und Sie aktiv Ihre persönliche und berufliche Zukunft planen können.



### Sie ...

- beziehen Bürgergeld oder Arbeitslosengeld.
- haben gesundheitliche Einschränkungen.

### Sie möchten ...

- etwas für Ihre Gesundheit tun.
- Unterstützung bei der Suche nach neuen persönlichen und beruflichen Perspektiven.

### Wir bieten Ihnen ...

- eine individuelle Begleitung durch Ihren persönlichen Gesundheitscoach in wöchentlichen Einzelterminen
- ergänzende Beratungsangebote durch Gesundheitscoaches aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Entspannung
- eine berufliche (Neu)Orientierung unter Berücksichtigung Ihrer aktuellen gesundheitlichen Situation

# Individuelles Gesundheitscoaching für Erwerbslose (IGE)

## Inhalte des Angebotes

### Persönliche Beratung

- ausführliches Erstgespräch zur persönlichen und beruflichen Standortbestimmung
- wöchentliche Coachingtermine zu den Themen Gesundheit und Beruf
- Vereinbarung erster gemeinsamer Ziele und Handlungsschritte
- die (Wieder) Entdeckung von Stärken, Kompetenzen und Ressourcen durch einen lösungsorientierten Ansatz im Coaching
- Erarbeiten einer Strategie für die Verbesserung Ihrer gesundheitlichen Situation
- Unterstützung im Bewerbungsprozess und bei der Kontaktaufnahme zu Betrieben

### Dauer

Die Dauer der Maßnahme beträgt in der Regel sechs Monate.

### Zeiten

Die Gesprächstermine werden individuell mit Ihnen vereinbart.

### Förderung

Bei Vorliegen der Voraussetzungen kann durch die Arbeitsagentur oder das Jobcenter ein **Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein** für die Teilnahme am Projekt ausgestellt werden. Wenden Sie sich an Ihre Ansprechpartnerin oder Ihren Ansprechpartner bei der Arbeitsagentur oder beim Jobcenter.



## Ihre Ansprechpartner\*innen

### **Bottrop**

Sabine Kornfeld  
Weusterstraße 17  
46240 Bottrop  
Telefon: 02043.20642-14  
kornfeld@rebeq.de

### **Castrop-Rauxel**

Ralf Busch  
Erinstraße 35  
44575 Castrop-Rauxel  
Telefon: 02305.97704-12  
busch@rebeq.de

### **Datteln**

Ralf Busch  
Am Bahnhof 18  
45711 Datteln  
Telefon: 02363.36251-15  
busch@rebeq.de

### **Dorsten**

Katrin Götte  
Bochumer Straße 92  
46282 Dorsten  
Telefon: 02362.9490-17  
goette@rebeq.de

### **Gladbeck**

Sabine Kornfeld  
Krusenkamp 24  
45964 Gladbeck  
Telefon: 02043.20642-14  
kornfeld@rebeq.de

### **Herten**

Maximilian Murat Mataraci  
Hermannstraße 19  
45699 Herten  
Telefon: 02366.88768-15  
mataraci@rebeq.de

### **Marl**

Johanna Pestke  
Bergstraße 8  
45770 Marl  
Telefon: 02365.92499-18  
pestke@rebeq.de

### **Recklinghausen**

Bessie Schmidt  
Königswall 12  
45657 Recklinghausen  
Telefon: 02361.10621-10  
schmidt@rebeq.de

weitere Qualifizierungen unter  
[www.rebeq.de](http://www.rebeq.de)



rebeq GmbH  
Version 05-06-2024