Friedehorst

Berufsförderungswerk
Friedehorst

# BerufsVorbereitung (BeVor)

Training & Vorbereitung • 3–6 Monate



# Das Wichtigste auf einen Blick

## BerufsVorbereitung (BeVor)

**Art:** Training & Vorbereitung

**Dauer:** 3–6 Monate

**Startzeit(en):** Individuelle Absprache

**Standort(e):** An 8 Standorten des Berufsförderungswerks Friedehorst in Bremen und Niedersachsen

**Förderweg**: Antrag für Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (LTA)

**Abschluss/Ziel:** Aufnahme einer Umschulung oder einer anderen Qualifizierung

**Digitale Informationen:**

# BerufsVorbereitung (BeVor)

**Hier legen Sie den Grundstein für Ihre anschließende Umschulung oder eine andere Qualifizierung. Sie frischen wichtige schulische sowie berufsspezifische Kenntnisse und Fertigkeiten auf oder erwerben diese neu. Sie lernen hilfreiche Lern- und Arbeitstechniken kennen. Zusätzlich beraten wir Sie zu den Herausforderungen einer Umschulung – unter Berücksichtigung Ihre gesundheitlichen Voraussetzungen.**

## Themen und Inhalte

- Schulische Grundlagen (Deutsch, Mathe, EDV, WiSo, Englisch)
- Lern- und Arbeitstechniken sowie Gedächtnistraining
- Berufspraktisches Training, je nach beruflichem Ziel ggf. in der kaufmännisch-verwaltenden Übungsfirma und/ oder in einer betrieblichen Phase (eine Art Praktikum, 2–4 Wochen)
- Bewerbungstraining
- Unterstützung bei der Suche nach einem Umschulungsbetrieb
- Digital- und Medienkompetenzen
- Gruppenseminare (z. B. zu Prüfungsängsten, Selbstmanagement, Umgang mit Konflikten)
- Sport- und Bewegungseinheiten
- Berufsbezogene psychosoziale und ggf. psychologische Beratungsgespräche

## Ablauf

- Die BeVor wird durch einen individuell angepassten Wochenplan strukturiert.
- Sie werden in den oben genannten Themenfeldern gefördert. Die Auswahl der Themen richtet sich nach Ihren individuellen Voraussetzungen und Ihrem beruflichen Ziel.




- Abwechslung zwischen begleitetem Selbstlernen und Gruppenseminaren
- Verlaufs- und Abschlussgespräche dienen der Reflexion und Planung weiterer Schritte.

## Ergänzende Informationen

- Ein Team aus erfahrenen Ausbilder:innen, unser psychosozialer und psychologischer Dienst sowie der medizinische Dienst stehen Ihnen zur Seite.
- Die BeVor baut auf einer vorhergehenden Maßnahme auf, in der Sie sich bereits für einen Beruf entschieden haben.

## Perspektiven

- Eine gelungene Vorbereitung auf eine betriebliche oder überbetriebliche Umschulung/Qualifizierung
- Finden eines geeigneten Umschulungsplatzes
- Sie erhalten Praxiserfahrung durch berufspraktisches Training und/oder eine betriebliche Phase.
- Bei Bedarf: 6-monatiges Nachbetreuungsangebot

Die BeVor richtet sich an Menschen, die sich nach einer psychischen Erkrankung auf eine Umschulung oder eine Qualifizierung vorbereiten möchten.



## In guten Händen: Berufsförderungswerk Friedehorst

Das Berufsförderungswerk Friedehorst ist das Kompetenzzentrum zur Förderung der Teilhabe am Arbeitsleben in der Region Nord-West.
Unsere Ziele sind: Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen in den Arbeitsmarkt zu integrieren, sie zu qualifizieren und sie bei ihrer Weiterbeschäftigung zu unterstützen.

Zertifiziert nach ZERT PUNKT DIN EN ISO 9001:2015

Das Berufsförderungswerk Friedehorst ist Teil einer starken Familie: Seit über 75 Jahren bietet die Stiftung Friedehorst Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen kompetente Hilfe, vertrauensvolle Zuwendung und individuelle Förderung.

# Sie benötigen Unterstützung oder haben Fragen?

**Bremen-Lesum: PD 61**
Tel. 0421 6381-9950
bfw.as-bremen-lesum@
friedehorst.de

**Bremerhaven**
Tel. 0471 309462-12
bfw.as-bremerhaven@
friedehorst.de

**Hildesheim**
Tel. 05121 98933-0
bfw.as-hildesheim@
friedehorst.de

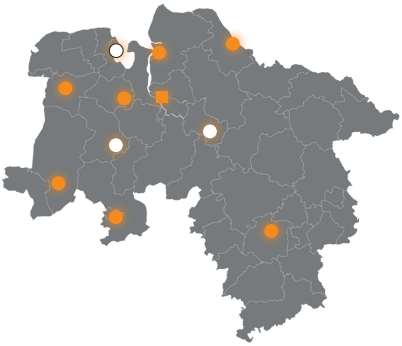
**Leer**
Tel. 0491 999044-10
bfw.as-leer@
friedehorst.de

**Lingen**
Tel. 0591 964963-10
bfw.as-lingen@
friedehorst.de

**Oldenburg**
Tel. 0441 212336-10
bfw.as-oldenburg@
friedehorst.de

**Osnabrück**
Tel. 0541 343719-40
bfw.as-osnabrueck@
friedehorst.de

**Stade**
Tel. 04141 54446-40
bfw.as-stade@
friedehorst.de



**Berufsförderungswerk Friedehorst gGmbH**
Rotdornallee 64
28717 Bremen
Tel. 0421/63 81-415
bfw@friedehorst.de
www.bfw-friedehorst.de

Im Verbund der Diakonie