

## Wer kann teilnehmen?

Familien und Alleinerziehende mit Kindern aus dem Großraum München, bei denen ein Elternteil wegen Kindererziehung mindestens drei Jahre lang keiner sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung nachgegangen ist.

## Termine, Informationen und Anmeldung:

### Münchner Volkshochschule

Sybille Keicher  
Tel. 089 - 27 37 34 - 44  
sybille.keicher@mvhs.de

Sylvia Güthe  
Tel. 089 - 27 37 34 - 42  
sylvia.gueth@mvhs.de

[www.mvhs.de/power-m](http://www.mvhs.de/power-m)

## Wiedereinstieg mit dem Rückenwind der Familie

Die Familienseminare finden jeweils an Wochenenden statt von Samstagvormittag bis Sonntagnachmittag.

Kosten für Erwachsene zwischen € 32,- und 38,-

Kosten für Kinder zwischen € 25,- und 32,-

(Preise variieren je nach Seminarhaus).

Die Seminarhäuser liegen in schöner Umgebung bei München.



Foto: Geiss, Starnberg

Haus Buchenried

Seminarhaus der MVHS

Herausgeber: Münchner Volkshochschule GmbH,  
Kellerstr. 6, 81667 München

Gestaltung: HS-Design München

Druck: Knecht Druck München

Fotos (Links & Innenseite Mitte unten): Digital Stock

v.i.S.d.P.: Dr. Susanne May, Programmdirektorin

# power m

Wochenendseminare  
für Familien und Alleinerziehende mit Kindern  
zur Vorbereitung des  
beruflichen Wiedereinstiegs

power\_m ist Teil des ESF-Modellprogramms „Perspektive Wiedereinstieg“ des Bundesfamilienministeriums in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit und wird im Rahmen des Aktionsprogramms „Perspektive Wiedereinstieg“ aus dem Europäischen Sozialfonds der Europäischen Union kofinanziert. Das Referat für Arbeit und Wirtschaft der Landeshauptstadt München unterstützt power\_m im Rahmen des Münchner Beschäftigungs- und Qualifizierungsprogramms (MBQ).

Gefördert von



## Wiedereinstieg in den Beruf bedeutet Veränderung für alle Familienmitglieder

Alltagsgewohnheiten und Zeitabläufe müssen angepasst und Aufgaben neu geregelt werden – das kann Chance oder Hürde für eine Familie sein!

Wir bieten spannende und erlebnisreiche Familienwochenenden, damit dieser Veränderungsprozess für alle Familienmitglieder positiv und erfolgreich abläuft.

## Was erwartet Sie und Ihre Familie an diesem Wochenende?

### Sie erfahren und erleben,

- wie Sie gemeinsam und erfolgreich neue Aufgaben lösen,
- wie die Aufgabenverteilung in der Familie neu organisiert werden kann,
- wie verbindliche Abmachungen hergestellt werden,
- wie Sie Herausforderungen gemeinsam meistern,
- wie Familie als Team funktioniert,

und Sie verbringen eine schöne und anregende „Frei-Zeit“ miteinander.

Neugier und Lust auf Bewegung bitte mitbringen!

### Sie profitieren

von einem qualifizierten Trainerpaar mit Outdoor- und Kommunikationskompetenzen.



## Wie geht es meiner Familie, wenn ich wieder arbeite? Wie schaffe ich den Wiedereinstieg?

Das sind Fragen, die sich viele Frauen und Männer nach einer längeren Familienphase stellen. Beziehen Sie Ihre Familie in Ihre Überlegungen mit ein. Planen Sie gemeinsam Ihre berufliche Zukunft.

## Erleben Sie, was Sie gemeinsam alles leisten können!



## Gemeinsam für Ihren Neustart

power\_m setzt sich aus sieben Münchner Fort- und Weiterbildungseinrichtungen mit langjähriger Erfahrung zusammen.

- FAM Frauenakademie München e.V.
- Frauen-Computer-Schule AG
- Frau und Beruf GmbH
- GründerRegio M e.V.
- IBPro e.V.
- Münchner Volkshochschule GmbH
- Verbund Strukturwandel (VSW) Abteilung der Münchner Arbeit gGmbH

Die Gesamtkoordination liegt beim Referat für Arbeit und Wirtschaft der Landeshauptstadt München.

## Welche Angebote bietet Ihnen power\_m noch?

Einfach beim Infopoint anrufen und beraten lassen. Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 16.00 Uhr

Ihre Ansprechpartnerinnen sind:

Susanne Grohs-von Reichenbach  
Münchner Volkshochschule GmbH  
Tel. 089 - 45 22 58 89 5  
power-m@mvhs.de

Martina Helbing  
FAM Frauenakademie München e.V.  
Tel. 089 - 72 01 66 89  
power-m@frauenakademie.de

[www.power-m.net](http://www.power-m.net)

power\_m wird aus dem Europäischen Sozialfonds (ESF) der Europäischen Union kofinanziert. Der Europäische Sozialfonds ist das zentrale arbeitsmarktpolitische Förderinstrument der Europäischen Union. Er leistet einen Beitrag zur Entwicklung von Beschäftigung durch Förderung der Beschäftigungsfähigkeit, des Unternehmergeistes, der Anpassungsfähigkeit sowie der Chancengleichheit und der Investition in Humanressourcen.