



Unser Ziel: Ihr Erfolg!

Anfahrt & Kontakt

#### WARUM TERTIA?

Im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen die Menschen und ihre Potenziale.

- Es erwarten Sie Coaches mit langjähriger Berufserfahrung.
- Wir legen großen Wert auf eine persönliche Atmosphäre.
- Unser hoher Qualitätsanspruch ist für uns täglicher Ansporn. Das Einhalten der Qualitätsstandards wird jährlich vom externen Zertifizierer Certqua überprüft.

#### WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Vereinbaren Sie telefonisch oder online ein unverbindliches Informations- und Beratungsgespräch.

#### TERTIA Berufsförderung GmbH & Co. KG

Blumenberger Str. 143-145 (Gebäude C4)

41061 Mönchengladbach

Tel.: 02161 82827-0

[www.tertia.de/Moenchengladbach](http://www.tertia.de/Moenchengladbach)

#### Ihre Ansprechpartnerinnen:

Frau Ines Walther

E-Mail: [ines.walther@tertia.de](mailto:ines.walther@tertia.de)

Tel.: 02161 82827-0

Frau Berenika Grysczyk

E-Mail: [berenika.grysczyk@tertia.de](mailto:berenika.grysczyk@tertia.de)

Tel.: 02161 82827-283



## Ganzheitliches Bewerbungscoaching

Unter besonderer Berücksichtigung der Gesundheit und der körperlichen Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz



Die TERTIA Berufsförderung GmbH & Co. KG ist zertifiziert nach der europäischen Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001:2015 sowie der deutschen AZAV.

Mönchengladbach



# LOS GEHT'S!



## Ganzheitliches Bewerbungstraining

### Inhalte:

Erarbeitung passgenauer Bewerbungsstrategien zu einer nachhaltigen Integration in den Arbeitsmarkt. Hierbei liegt ein besonderer Akzent auf der ganzheitlichen Förderung.

### Bewerbungstraining (100 UE)

- Potenzialanalyse
- Bewerbungsstrategien
  - Auswahl von geeigneten Bewerbungsverfahren
  - Vorstellungsgespräche

### Anforderungen an den Arbeitsplatz unter besonderer Berücksichtigung der Gesundheit (100 UE)

- Ressourcenplanung
- Organisation und Verhalten am Arbeitsplatz
- Berufsbezogene Kommunikation
- Selbstmarketing im Berufsalltag

### Aufrechterhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz im Hinblick auf den Zielberuf (20 UE)

Schwerpunktsetzung nach Ihren individuellen Bedarfen zu den folgenden Themenfeldern:

- Techniken und Tipps für einen gesunden Berufsalltag: Richtig in den Tag starten, Bedeutung und Gestaltung von Pausen
- richtige Ernährung am Arbeitsplatz und zu Hause, Stress vermeiden
- kleine Körperübungen für zwischendurch:
  - bei Schreibtischarbeit, am Computer,
  - bei stehenden Tätigkeiten,
  - bei Überkopparbeiten,
  - bei schwerem Heben und Tragen,
  - bei Stress und Hektik

### Kostenlos mit dem AVGS!

Bei Vorliegen eines Aktivierungs- und Vermittlungsgutscheins (AVGS), übernehmen Agentur für Arbeit oder Jobcenter die Kosten für Ihr Training bei uns. Beantragen können Sie Ihren AVGS (bei der Agentur für Arbeit bzw. dem Jobcenter), wenn Sie auf Stellensuche oder von Arbeitslosigkeit bedroht sind.

### Wer sind wir?

Die TERTIA-Gruppe ist seit 1973 ein bewährter Partner der Arbeitsverwaltung. Wir bieten ein breites Dienstleistungsangebot rund um die Themen Stellensuche und Personalauswahl.