

## Projektblatt für den Aktionsplan

BBWA: Friedrichshain-Kreuzberg

|                  |  |
|------------------|--|
| Handlungsfeld    | Förderung von Arbeit und Beschäftigung |
| Aktion           |  |
| Förderzeitraum   | 01.11.2013- 31.10.2014                 |
| Förderinstrument | LSK                                    |

| <u>I. Allgemeine Angaben zum Projekt</u>   |   |
|--|---|
| Projektname  | Frauen zwischen Erwerbstätigkeit und Familie - Unterstützung bei der Burnout Prävention   |
| Projektziel (Hauptziel)  | Ziel des Projektes ist es, Frauen, die arbeitslos sind, in den Beruf zurückkehren wollen oder durch Mehrfachbelastungen erschöpft sind, durch Beratungen und Informationsveranstaltungen nachhaltig zu unterstützen.  |
| Projektkurzbeschreibung  | Durch Beratung (Kompetenztraining) und Informationsveranstaltungen (Wissensvermittlung) werden die Frauen nachhaltig darin unterstützt, mit den Belastungen besser umzugehen, Strategien zu entwickeln und somit durch die Aufrechterhaltung bzw. das Aufnehmen der Erwerbstätigkeit für ihren Lebensunterhalt selbst sorgen zu können. |
| Projektträger und Ansprechpartner/in (Name, Adresse, Tel, Fax, Mail, Internet)             | FRIEDA-Frauenzentrum e.V.<br>Ansprechpartnerin: Maja Wegener<br>Proskauer Straße 7, 10247 Berlin<br>Tel.:030 29664692 Fax: 030 29664691<br>E-Mail: <a href="mailto:maja.wegener@frieda-frauenzentrum.de">maja.wegener@frieda-frauenzentrum.de</a><br><a href="http://www.frieda-frauenzentrum.de">www.frieda-frauenzentrum.de</a>       |
| Mitglieder des Projektbeirats bei PEB und WdM bzw. Projektpate bei LSK (Name, Institution) |   |
| Kooperationspartner/innen (Name, Institution)  | Esther Schwade, Kommunikationstrainerin<br>Beate Köhler, Dipl. Sozialpädagogin<br>Referentinnen mit den Schwerpunkten Achtsamkeitstraining, Zeitmanagement, Burnout<br>Jugendamt, Jobcenter: Vernetzung   |

| <u>II. Hauptziele - Ergebnisse</u>  |   |
|---|---|
| <p>1. Ziel</p> <p>Frauen die arbeitslos und durch Mehrfachbelastungen erschöpft sind, dabei zu unterstützen, für ihren Lebensunterhalt (weiterhin) selbst zu sorgen.</p>  |   |
| <p>Woran messen Sie, ob Sie dieses Ziel erreicht haben?*</p> <p>Durch die Gespräche in den Beratungen und Feedbackrunden nach den Informationsveranstaltungen erfahren wir von den Frauen, welche Kompetenzerweiterungen für sie statt gefunden haben.</p>  | <p>Erzieltes Ergebnis (bei Projektende)</p> <p>In die Beratungen kommen Frauen mit einem ganz konkreten Anliegen.</p> <p>Bspw. dass die Doppelbelastung Familie und Beruf nicht mehr tragbar ist, weil, wie in mehreren Fällen genannt, sich die Arbeitssituation durch Mobbing oder Überforderung verschlechtert hat. Die Beratungen, aber auch die Informationsveranstaltungen (bspw. darüber, welche Projekte, bspw. Patenschaften, Großeltdienste, kostenfrei unterstützen) haben in der ganz konkreten Situation geholfen.</p>   |
| <p>2. Ziel</p> <p>Nachhaltige Stärkung der Frauen für die Vereinbarkeit von Beruf und Familie</p>   |   |
| <p>Woran messen Sie, ob Sie dieses Ziel erreicht haben?*</p> <p>Die Angebote der Beratungen und Informationsveranstaltungen sind so angelegt, dass sie die Frauen auch über den Unterstützungszeitraum hinaus stärken. Wie das gelungen ist, erfahren wir durch Gespräche und Feedbackrunden.</p> | <p>Erzieltes Ergebnis (bei Projektende)</p> <p>Aus den Informationsveranstaltungen haben die Frauen, wie wir in den Feedbackrunden erfahren haben, "handfestes" Wissen mitgenommen bspw. Achtsamkeitsübungen, Tools für ein besseres Zeitmanagement), welche die Frauen direkt in den Alltag integrieren wollten.</p> <p>In den Beratungen wurden oftmals umfangreichere Themen angesprochen.</p> <p>Zum Teil konnten die Beraterinnen die Frauen direkt bei der Lösung der Themen (bspw. Neuorganisation des Alltags, innerer Umgang mit der Belastung Familie und Beruf) unterstützen, zum Teil waren aber auch mehrere Schritte, mit weiteren Kooperationspartnerinnen (Jobcenter, andere Beratungsstellen) notwendig.</p> |
| <p>3. Ziel</p> <p>Chancengleichheit zwischen Frauen und Männern herstellen</p>  |   |
| <p>Woran messen Sie, ob Sie dieses Ziel erreicht haben?*</p> <p>Wie der Gender Daten Report 2013 (Bund)</p>   | <p>Erzieltes Ergebnis (bei Projektende)</p> <p>Unsere Gesellschaft ist noch weit von einer</p>  |

|   |  |
|---|--|
| <p>belegt, wird die familiäre Betreuung kleiner Kinder und die Pflege alter Menschen überwiegend von Frauen geleistet. In dem wir die Frauen durch Beratung und Wissensvermittlung bei der Vereinbarkeit von Beruf und Familie unterstützen, stärken wir ihre Stellung auf dem Arbeitsmarkt und fördern damit auch die Chancengleichheit.</p> | <p>wirklichen Chancengleichheit zwischen den Geschlechtern entfernt.</p> <p>Aber in dem wir Frauen durch Wissensvermittlung (Übungen, Tools, Informationen über unterstützende und kostenfreie Projekte) und Beratung (direkte Unterstützung bei ganz konkreten Anliegen) darin unterstützt haben, eine Vereinbarkeit besser zu erreichen, haben wir ihre Stellung auf dem Arbeitsmarkt und damit auch die Chancengleichheit gestärkt.</p> <p>Zum Schutz vor Altersarmut und zur Sicherung des derzeitigen Lebens sehen wir eine starke Position von Frauen auf dem Arbeitsmarkt für notwendig an.</p> |
|---|--|

\*Indikatoren

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p>Begründung für nicht erreichte Ziele (bei Projektende):</p> |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |
|--|
| <p>Charakterisierung der Nachhaltigkeit des Projekts:</p>  |
| <p>Indem wir parallel auf die Arbeitssituation orientierte und ressourcenstärkende Beratungen anbieten, schaffen wir Synergieeffekte bei der Unterstützung der Frauen. Die in den Beratungen erarbeiteten Methoden und Schritte wirken sich positiv nachhaltig für die Frauen aus. Die begleitenden Informationsveranstaltungen schaffen anhaltendes Wissen über Stressbewältigung und bspw. Unterstützungsmöglichkeiten. Hinzu kommen die Handouts, welche die Frauen bei den Informationsveranstaltungen erhalten.</p> |

| <b>III. Finanzierung</b>         |                       |                       |
|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Finanzierungsquelle              | Höhe der Finanzierung | Finanzierungsprogramm |
| EU-Mittel EFRE                   |                       | WDM                   |
| EU-Mittel EFRE                   |                       |                       |
| EU-Mittel ESF                    | 10.000,00 €           | LSK                   |
| EU-Mittel ESF                    |                       | PEB                   |
| sonstige Mittel (bitte benennen) |                       |                       |
| Bundesmittel                     |                       |                       |
| Landesmittel                     |                       |                       |
| Kommunale Mittel                 |                       |                       |
| sonstige Mittel (bitte benennen) |                       |                       |
| Gesamt:                          | 10.000,00 €           |                       |