

## So findest du uns:

**gsm GmbH**

Raboisen 16

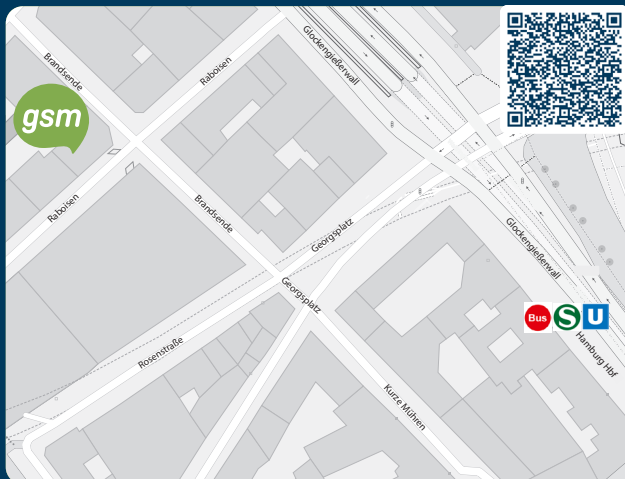
20095 Hamburg

+49 40 76754050

hamburg-fairplay@mein-gsm.de

hamburg-fairplay.de

Telefonisch sind wir montags bis freitags in der Zeit von 08:00 Uhr bis 16:00 Uhr für dich erreichbar.



© OpenStreetMap contributors

Hier findest du auch  
unsere Angebote für  
pflegende Angehörige:



hamburg-fairplay.de



Coaching & Bildung

# Fairplay

Vereinbarkeit von Care-Arbeit & Beruf  
für Erziehende

Kostenloses  
Coaching &  
Beratung



Das Projekt „Fairplay - Vereinbarkeit von Care-Arbeit und Beruf“ wird von der Europäischen Union und von der Freien und Hansestadt Hamburg finanziert.



Kofinanziert von der  
EUROPÄISCHEN UNION





## Wir unterstützen DICH!

Kinder bedeuten für alle Familienmitglieder eine Veränderung. Dies ist für Erziehende zum einen eine große Bereicherung und gleichzeitig gibt es viel zu beachten, neue Herausforderungen zu meistern und unterschiedliche Bedürfnisse zu berücksichtigen. Fairplay unterstützt dich bei Herausforderungen und Fragen in der Vereinbarkeit von Care- und Erwerbsarbeit.

### Wir beraten dich in folgenden Bereichen:

- ✓ Arbeitsplatzsicherung und beruflicher Wiedereinstieg bei gleichzeitiger Fürsorgearbeit
- ✓ Elternzeit- und Elterngeldplanung
- ✓ Alltag, Kinderbetreuung und Erwerbsarbeit aufeinander abstimmen
- ✓ Eigene Bedürfnisse erkennen und Raum geben
- ✓ Entscheidungsfindung
- ✓ Berufliche (Neu-)Orientierung und Bewerbungsbegleitung
- ✓ Zeit-, Stress- und Emotionsmanagement

## Was erwartet dich bei Fairplay?

Wir beraten dich vor Ort oder digital. Bei uns hast du sowohl Raum, emotional entlastende Gespräche zu führen als auch deinen individuellen Weg in einen neuen (Familien-) Alltag zu gestalten.



*Kostenlose Teilnahme*



*Flexible Termingestaltung*



*Beratung vor Ort und auch digital*



*Einzel- und Gruppencoachings für die ganze Familie*

## Gemeinsam mit uns gestaltest du deinen individuellen Weg, denn du bist Spezialist\*in für dein Leben!



*Stärken entdecken, Chancen ergreifen*



*Persönliche & berufliche Ziele stecken*



*Den eigenen individuellen Weg gestalten*



*Carearbeit und Mental Load neu denken*



*Emotionale Entlastung finden*



*Bewerbungcoaching*