#### Das erwartet dich bei Fairplay

Eine Pflegesituation kommt häufig unerwartet und bringt Herausforderungen mit sich. Die familiäre Situation ändert sich, es müssen Anträge gestellt und der Alltag neu organisiert werden. Dadurch geraten die eigenen Bedürfnisse schnell in den Hintergrund, denn dir wird viel abverlangt.

Wir beraten dich sowohl in Bezug auf deine berufliche Situation als auch auf Alltagsthemen, die Betreuungssituation und die vielfältigen emotionalen Herausforderungen, die die Pflege eines dir nahestehenden Menschen mit sich bringt.

# 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



Bewerbungscoaching

Jetzt loslegen und *gsm* persönlich kennenlernen. So erreichst du uns:

**+**49 40 76754050

Hier geht's zu unserer Webseite:



#### 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.



Zur Vereinbarkeit von Familie & Beruf hamburg-fairplay.de





Das Projekt "Fairplay - zur Vereinbarkeit von Familie & Beruf" wird als Teil der Reaktion der Europäischen Union auf die COVID-19-Pandemie und von der Freien und Hansestadt Hamburg (FHH) finanziert.







- ... organisierst die Pflegekraft und das Essen auf Rädern?
- ... organisierst Termine?
- ... begleitest zum Arzt?
- ... jonglierst zwischen Erwerbs- und Care-Arbeit?
- ... machst den Einkauf?
- ... stellst dich und deine Bedürfnisse zurück?
- ... erledigst Behördengänge?
- ... hörst zu?





#### Individuell. Systemisch. Einfühlsam.

Familie und Beruf – beides zählt. Denn es muss kein Entweder-oder sein. Fairplay unterstützt dich bei Herausforderungen und Fragen in der Vereinbarkeit von Care- und Erwerbsarbeit.

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.

## Individuelles Coaching bei fester Ansprechperson



Kostenlose Teilnahme



Flexible Termingestaltung



Flexible Teilnahmedauer



Einzel- und Gruppencoachings für die ganze Familie



Beratung vor Ort und auch digital



Individuelle Anzahl an Terminen

### Wer ist gsm?

Wir, die gsm GmbH, sind ein staatlich zertifizierter Bildungsträger. In ganz Deutschland fördern und helfen wir Menschen beim Erst- und Wiedereinstieg in das Berufsleben.

gsm steht für **gemeinsam selber machen**. Du als Mensch stehst bei uns im Mittelpunkt. Denn es ist deine Zukunft. Und wir stärken dich, damit du selbstbestimmt durchs Leben gehst.

Über 100.000 haben uns bereits ihr Vertrauen geschenkt. Du kannst auf uns zählen.



Jetzt loslegen und bei *gsm* persönlich vorbeikommen oder anzufen.

**\(\sigma\)** +49 40 76754050