

## Checkliste zum Wiedereinstieg

Viele Fragen werden Sie sich in der nächsten Zeit stellen, wenn Sie sich mit dem Thema Wiedereinstieg beschäftigen. Mit Hilfe dieser Checkliste können Sie die wichtigsten Fragestellungen überprüfen.

Die Broschüre „Perspektive Beruf“, die Sie in Ihrer AMS-Geschäftsstelle erhalten oder online auf der AMS-Homepage – [www.ams.at](http://www.ams.at) – downloaden können, unterstützt Sie mittels Übungen Schritt für Schritt bei der Planung Ihres Wiedereinstiegs.

Fragen	Informationen
Wie sind Berufstätigkeit und Familie für mich vereinbar? Ganztags oder halbtags arbeiten? Haushaltsorganisation? Zeit für mich?	Broschüre „Perspektive Beruf“ Seite 14-22
Wie kann ich die Kinderbetreuung organisieren? Krippe, Tagesmutter, Kindergarten, Hort, usw. Unterstützung durch Familienmitglieder	Broschüre „Perspektive Beruf“ Seite 23-24 Unterstützung erhalten Sie z.B. auch bei den Frauenberatungsstellen. Erkundigen Sie sich nach den Adressen bei Ihrer AMS-BeraterIn
Mein beruflicher Werdegang: Was habe ich gelernt? (Ausbildungen) Was sind meine Stärken? Welche Anforderungen stelle ich an meine berufliche Tätigkeit? Mein Berufswunsch: Was kann ich bereits? Was muss ich mir noch aneignen?	Broschüre „Perspektive Beruf“ Seite 26-48
Wie mobil und flexibel bin ich? Eigenes Auto, öffentliche Verkehrsmittel – in Verbindung mit möglichen Arbeitszeiten	Bus-, Zug-, Schnellbahnpläne Autokosten



Sie sind gefragt.