

Bei Wiedereinstieg mit Zukunft werden Sie umfassend über die Anforderungen am Arbeitsmarkt, die Angebote des AMS und Weiterbildungs- und Unterstützungsmöglichkeiten informiert und bei der Gestaltung Ihres beruflichen Wiedereinstieges begleitet. Die Anmeldung zum Seminar erfolgt durch Ihre Beraterin/Ihren Berater des Arbeitsmarktservice. Wir freuen uns auf eine spannende gemeinsame Zeit mit Ihnen und zählen auf Ihr Engagement und Ihre aktive Mitarbeit!

### **VOR DEM START (VORBETREUUNGSPHASE)**

Für einen guten Kursstart ist es wichtig, dass noch offene Fragen zu Ihrer Kursteilnahme geklärt werden und die Organisation Ihres persönlichen Alltags geregelt ist. In der Vorbetreuungsphase lernen Sie bei den vier Seminarvormittagen bereits Ihre zukünftigen Kurskolleginnen kennen und erhalten Informationen zu den Rahmenbedingungen, Zielen und Inhalten von Wiedereinstieg mit Zukunft. Begleitend dazu unterstützen wir Sie durch individuelles Coaching (ca. 3 Stunden plus 5 Stunden Selbstlernelemente und Recherche). Bitte bringen Sie die Zugangsdaten für Ihr eAMS Konto zum Start der Vorbetreuungsphase mit.

- Individuelle Standortbestimmung
- Persönlichkeitsentwicklung und Zielerarbeitung
- Ressourcen und Kompetenzen erkennen und nutzen
- Stärkung von Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen
- Information/Unterstützung zum Thema Kinderbetreuung
- Arbeitsunterlage „So gelingt Ihr beruflicher Wiedereinstieg“
- Klärung von Problemlagen, Erarbeitung von Lösungen
- Schulung zur Registrierung eines e-AMS Zuganges
- Erstellung des Förderansuchens

### **SEMINARTHEMEN**

#### **BERUFSORIENTIERUNG MIT PERSPEKTIVENPLANUNG**

- Berufe mit Zukunft, Trends und Tendenzen am Arbeitsmarkt
- Information zu Aus- und Weiterbildung und Förderungsmöglichkeiten
- Kommunikation, Rhetorik und Präsentation
- Standortbestimmung und Kompetenzenbilanz
- Vernetzung mit Beratungseinrichtungen für Frauen
- Unterstützung bei der Organisation der Kinderbetreuung
- Konkretisierung der nächsten Schritte im Karriereplan
- Techniken zur Angst- und Stressbewältigung
- Umgang mit Mobbing und Gewaltprävention
- Work Life Balance, Ernährungsberatung und Gesundheit
- Bewerbungstraining mit Farb- und Stilberatung
- Exkurs Arbeitsrecht (Arbeitsverträge, Gehaltsverhandlungen)
- Arbeit mit den Serviceangeboten des eAMS



**FÜR FRAUEN!**

**WIEDEREINSTIEG**

**MIT ZUKUNFT**



Im Auftrag des



**Arbeitsmarktservice  
Vorarlberg**

## WEITERBILDUNG

### ❑ ECDL BASE & FINANZKOMPETENZTRAINING

Computergrundlagen, Onlinegrundlagen, Textverarbeitung und Tabellenkalkulation mit **PRÜFUNGSMÖGLICHKEIT**. Wenn Sie bereits über den ECDL Base verfügen, können Sie alternativ Module des ECDL Standard oder Advanced absolvieren.

Informationen zu den Themen Geld, Konsum, Schulden, Anlegen, Finanzieren, Versichern. Aufklärung über Schuldenfallen und Unterstützung zur Vermeidung von Überschuldung. Reflexion des eigenen Konsumverhaltens und finanzielle Lebensplanung mit Fallbeispielen.

### ❑ ALTERNATIV BASISQUALIFIZIERUNG DEUTSCH

Hören/Lesen/Sprechen und Schreiben, Redewendungen und Sätze für den Alltagsgebrauch und Arbeitssituationen, Einführung in die Grammatik.

## SEMINARDAUER/KURSZEITEN

### ✓ 2 Wochen **Vorbereitungsphase**

Montag und Mittwoch 08:30 Uhr bis 11:30 Uhr

### ✓ 11 Wochen **Seminar**

Montag bis Donnerstag 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Freitag 08:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Inklusive zwei Wochen **Praktikum** in einem Unternehmen Ihrer Wahl. Begleitend zum Seminar erhalten Sie bedarfsorientiertes **Coaching** (außerhalb der Seminarzeiten zur individuellen Beratung und Unterstützung bei Ihrem beruflichen Wiedereinstieg.

## KURSORT

Bahnhofstraße 29 (OG 1) | 6800 Feldkirch

T +43 (0) 5572 – 31460 40

F +43 (0) 5572 – 31460 41

E schulungen.feldkirch@comino.at

Für Fragen zum Seminar sind Mag.<sup>a</sup> Tatjana Winder und Erika von Bezold gerne Ihre Ansprechpartnerinnen. Unser Büro in Bregenz (Wolfeggstraße 11, OG 3) steht Ihnen natürlich auch gerne für Fragen und Anregungen zur Verfügung!

T +43 (0)5572 – 31460

F +43 (0)5572 – 31460 9

E office@comino.at

I [www.comino.at](http://www.comino.at)

## COACHING

- ✓ Zielorientierte Beratung und Krisenintervention bei finanziellen, rechtlichen und persönlichen Problemstellungen
- ✓ Motivation, die Ausbildungsziele zu erreichen
- ✓ Berufliche Orientierung und Zielarbeit mit der Kompetenzenbilanz
- ✓ Beratung zu Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- ✓ Fixierung der nächsten beruflichen Schritte im Aktions- und Karriereplan
- ✓ Intensive Hilfestellung bei der Arbeitsuche
- ✓ Erarbeitung von individuellen Bewerbungsstrategien und Bewerbungsreflexion

Mit **NACHBETREUUNG** bis maximal 12 Wochen nach Kursende!



Unsere Schulungsräume in Feldkirch befinden sich direkt gegenüber vom Hauptbahnhof Feldkirch in der Bahnhofstraße 29 (ehemals Eingang Postamt) im 1. Stock. Rund um den Hauptbahnhof Feldkirch befinden sich kostenpflichtige Parkmöglichkeiten.