



FBZ – Frauenberufszentrum

zb zentrum für beratung

Wienerstrasse 10, 2320 Schwechat

(Eingang um die Ecke von „Sturm Moden“)

Tel: 0676 / 84 84 10 56

Frauen verdienen in Österreich für die gleiche Arbeit bis zu 26% weniger als Männer. Die Gründe dafür sind vielfältig und haben unter anderem mit dem gesellschaftlichen Verständnis von Arbeit, mit klassischen Rollenbildern und der unterschiedlichen Zuschreibung und Bewertung von Kompetenzen zu tun. Diese Ungleichheit muss aber nicht einfach hingenommen werden! Sie können etwas tun: Durch zielorientierte Planung, berufliche Weiterbildung und selbstbewusstes Auftreten erhöhen Sie Ihren Handlungsspielraum und Ihre beruflichen Erfolgchancen.

Planen Sie jetzt gezielt Ihren (Weiter-)Bildungsweg und Ihre berufliche Entwicklung. Lernen Sie, die Vielfalt Ihrer Kompetenzen zu erkennen, beruflich umzusetzen und Ihre Interessen selbstbewusst zu verhandeln.

Angebote und Themen im FBZ: Einzelberatung und Workshops

Dauer individuell, durchschnittlich 4 Wochen, 16 h/Woche

Unsere Angebote fördern auf Basis eines ganzheitlichen Gesundheitsverständnisses die Vertiefung sozialer Kompetenz, unterstützen bei der Entwicklung von tragfähigen Zukunftsperspektiven und helfen bei der Erstellung mittel- und langfristiger Bildungspläne. Die Inhalte der Workshops richten sich nach den Interessen der Teilnehmerinnen und finden u.a. zu folgenden Themen statt:

- Gesundheitsförderung: Workshops zu gesunder Ernährung, Bewegung, Stressmanagement, Work-Life-Balance u.a.
- Bildungsplan, Ressourcenprofil, Kompetenzportfolio, Laufbahnplanung
- Kommunikationsworkshops (Grundlagen und Workshops für Fortgeschrittene)
- Selbstpräsentation und Verhandlungsstrategie: „Tue Gutes und rede darüber“. Hemmungen bei der Benennung persönlicher Leistungen überwinden, Stärken und Schwächen realistisch einschätzen, selbstbewusst auftreten, Verhandlungsgeschick entwickeln
- Wie Sie sich persönlich und mit Ihren Unterlagen ins beste Licht rücken (von den Grundlagen der Bewerbung bis zur ‚High-Professional‘-Fertigung der Unterlagen)
- Basis-Workshops-EDV, Deutsch-Konversation für Fortgeschrittene, Betriebspraktika u.v.m

Einstieg jederzeit möglich – jetzt anrufen und Termin vereinbaren!

Kontakt: 0676 / 84 84 10 56, frauenberufszentrum@zb-beratung.at

Für Kundinnen des AMS NÖ ist die Teilnahme kostenlos.