

FBZ-Frauenberufszentren des Vereins zb

Präsenz- und Online-Angebote im Gruppen- und Einzelsetting

Standorte: Krems, Schwechat, St. Pölten



Krems, Rechte Kremszeile 2-4, 3500

fbz-krems@zb-beratung.at

Office: 02732 / 76 463

St. Pölten, Steingasse 2a-4, 3100

fbz-stp@zb-beratung.at

Office: 0676 / 84 84 10 50

Schwechat, Wienerstr. 10, 2320

fbz-schwechat@zb-beratung.at

Office: 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. Das zb hilft dabei!

Inhalte und Themen (in Präsenz und Online)

Workshops, Einzelberatungen, Recherchewerkstatt, Peergroups, Praktika, externe Weiterbildung

Wir fördern auf Basis eines ganzheitlichen Verständnisses die Vertiefung sozialer und persönlicher Kompetenz, unterstützen bei der Entwicklung von tragfähigen Zukunftsperspektiven und helfen bei der Erstellung von mittel- und langfristigen Bildungsplänen. Sie können Ihr Weiterbildungs-Programm aus einer Vielzahl an Angeboten individuell zusammenstellen. Themen der Fachworkshops:

- Berufs- und Bildungsplanung
- Ressourcenprofil, Kompetenzportfolio, Laufbahnplanung
- Vertiefung der sozialen und persönlichen Kompetenzen, digitale Kompetenzen,
- Selbstpräsentation und Verhandlungsstrategien: eigene Leistungen erkennen, Hemmungen bei deren Benennung überwinden
- Professionalisierung der Bewerbung, Bewerbungsfotos, Unterstützung bei der Arbeitsuche
- Gesundheitsförderung
- Förderung von Vernetzung und Selbstorganisation durch Peergroups
- Individuelle Nutzung der Recherchewerkstatt
- diverse individuelle Fachweiterbildungen

Arbeitsweisen / Settings

- Präsenz- Workshops und digitale Workshops im Gruppensetting (Wahlpflichtprogramm)
- Einzelgespräche mit fachlich kompetenten Beraterinnen
- Selbstorganisierte Kleingruppen (Peergroups)

Teilnahmedauer im FBZ

16 Std/Wo, 5 Wochen empfohlen

Ø 16 Wochenstunden:

Die Mindeststundenzahl beträgt 16 Wochenstunden. Wir beraten Sie bei der Wahl Ihres individuellen Programms. Es gilt das Modell des Zeitausgleichs, dadurch bleiben Sie in Ihrem Zeitmanagement flexibler.

5 Wochen empfohlen:

Ein 5-Wochen-Zyklus aus Workshops, Einzelsitzungen, Peergroups und Recherchewerkstatt hat sich am besten bewährt, Verlängerung ist individuell möglich.

Praktikum (optional):

Ein zusätzliches Praktikum kann die beruflichen Erfolgchancen erhöhen. Die Dauer ist abhängig von Ihren Möglichkeiten sowie jenen des Unternehmens. 2-4 Wo. Haben sich als guter Zeitrahmen erwiesen. Für die Praktikumsgeber*innen fallen keine Kosten an. Wir beraten Sie bei der Suche und während des Praktikums.

Für wen ist das FBZ?

Für Kundinnen des AMS NÖ. Wenn Sie Interesse an persönlicher und beruflicher Weiterentwicklung haben oder wenn Sie sich in einer Veränderungssituation befinden, sind Sie bei uns richtig!

Interessiert an einer Teilnahme?

1. Lassen Sie sich von Ihrer/Ihrem AMS-Berater/in zum FBZ des Vereins zb zubuchen.
2. Rufen Sie uns an. Sie erhalten bei uns einen Termin für die Infoveranstaltung und einen Erstberatungstermin.
3. In der Erstberatung klären wir, ob unser Angebot für Sie passend ist, wie Ihr Programm aussehen kann und wann Sie einsteigen können.

FAQ Häufig gestellte Fragen

„Verpflichtet mich ein Erstgespräch schon zu einer Teilnahme?“

Nein, natürlich nicht! Wir entscheiden am Ende des Gesprächs gemeinsam, ob Sie im Programm einsteigen oder ob etwas anderes hilfreicher sein könnte.

„Muss ich für die Teilnahme bezahlen?“

Nein. Die Kosten trägt das AMS Niederösterreich.

„Wann kann ich beginnen?“

Den Einstiegstermin vereinbaren Sie beim Erstgespräch bei uns. Einstiege sind im Prinzip laufend möglich, in Zeiten großen Andrangs kann es vereinzelt zu Wartezeiten kommen.

„Wann finden die Workshops (WS) statt?“

WS finden Mo-Fr im Zeitraum von 08:30 - 12:30 und von 13:00-17:00 statt. Ein einzelner WS ist nach 4 Stunden abgeschlossen. Sie wählen Ihre WS aus unserem WS-Plan.

„Was ist, wenn ich erst später feststelle, dass das FBZ doch nicht das Richtige für mich ist?“

Ein früherer Ausstieg ist kein Problem, solange Sie vorher mit uns darüber sprechen.

Feedback von früheren Teilnehmerinnen

Siehe <http://www.zb-beratung.at/nc/angebot/frauenberufszentrum/uebersicht.html#c335>