

## Deutsch

### Sie möchten ihre Deutsch-Kenntnisse verbessern?

- Wir lernen, verschiedene Redemittel und Phrasen im Alltag und in unserem Umfeld anzuwenden.
- Die vier Fertigkeiten Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben werden trainiert.
- Lerntypen werden erkannt.
- Der Wortschatz wird erweitert, die Aussprache verbessert.
- Verschiedene Bereiche der Grammatik werden erlernt.
- „Niederschwelligkeit“ ist der Schlüssel zum Verstehen.
- Das Unterrichtsmaterial wird an heterogene Gruppen angepasst.
- Durch das Setzen von teilnehmer\_innenorientierten Zielen wird die Motivation gefördert.
- „Lernen lernen“ ist Unterrichtsziel und -gegenstand.
- Die Themen Mehrsprachigkeit und interkulturelles Lernen werden mit einbezogen.
- Ganzheitliches Lernen wird gefördert.

## EDV für Anfänger\_innen



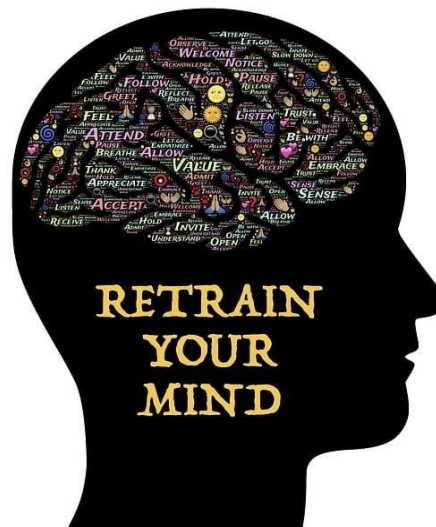
### Erlernen grundlegender digitaler Kompetenzen

Dieser Workshop eignet sich für Menschen, die keine Kenntnisse im Umgang mit dem Computer haben. Zentral ist das Erlernen grundlegender digitaler Fertigkeiten durch gezielte Übungen in den Bereichen Hardware, Betriebssystem und unterschiedlicher Anwendungsprogramme:

- PC-Grundlagen und Textverarbeitung (Word)
- Tastatur, Maus, Kurzbefehle und Sonderzeichen
- Formatieren von Zeichen und Absätzen (Lebenslauf, Bewerbungen, ...)
- Einfügen von Bildern und Grafiken
- Ausschneiden, Kopieren, Einfügen und Drucken von Texten
- Erstellen von PDF (Bewerbungsunterlagen, ...)
- Umgang mit dem Internet, E-Mails und Datensicherheit

## Persönlichkeitsentwicklung

Was machen meine Gedanken mit meiner Gesundheit?



Führungskräfte, Politiker und Sportler gönnen sich einen Mentaltrainer, damit sie ihre Ziele fokussiert umsetzen können. Wir schauen uns in diesem Workshop an, wie wir diese Methoden in unserem Alltag anwenden können, um ruhiger zu werden, besser schlafen zu können und eigene Ziele umzusetzen.

- Was ist Mentaltraining?
- Gedanken werden zu Schicksal
- Neue Gewohnheiten installieren
- Motivationstaktiken
- Atem- und Entspannungsübungen
- Techniken aus dem Mentaltraining
- Aktivierungsübungen

Mit finanzieller Unterstützung des

## Portraitfoto



### Sie brauchen ein Bewerbungsfoto?

Wir bieten Teilnehmer\_innen, die noch über kein oder kein aktuelles Foto für ihre Bewerbung verfügen, an, von einem professionellen Fotografen ein kostenloses Foto für den Lebenslauf oder die Bewerbungsmappe machen zu lassen. Das Foto wird digital übermittelt und kann direkt in die neu erstellten Bewerbungsunterlagen eingefügt werden.

Mit finanzieller Unterstützung des

## Soziales miteinander



**Austauschen, andere Menschen kennenlernen, Kontakte knüpfen,  
neues Lernen und gemeinsam Lachen.**

- Hilfe bei Bewerbungen und Jobrecherchen
- Digitale Kompetenzerweiterung (Grundlagen in der Bedienung eines Laptops oder auch Handy)
- Finanzielle Themen
- Alltagsbewältigung
- Zeitmanagement
- Fähigkeiten stärken

Mit finanzieller Unterstützung des

## ÖZIV Beratung



Der ÖZIV versteht sich als Interessenvertretung, die österreichweit Unterstützungsleistungen für Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen anbietet.

- Beratungen in schwierigen Lebenslagen
- Abklärung Ihrer Fragen zu Arbeitsrecht, Anspruch auf Förderungen, Pflegegeld
- Begleitung während des Problemlösungsprozess
- Unterstützung bei behördlichen Anträgen z. B. Behindertenpass, Feststellungsbescheid, Pflegegeld, Reha-Geld, Berufs- und Invaliditätspension)
- Unterstützung bei langen Krankenständen
- Kontaktaufnahme zu passenden sozialen Einrichtungen und Angeboten

**Ziel der Beratung ist, eine Verbesserung der Lebenssituation, um Ihre Chancen zum Einstieg in den Arbeitsmarkt zu erhöhen.**

Mit finanzieller Unterstützung des

## Recycling-Workshop



Der Recycling-Workshop ist ein kreativer und informativer Workshop, bei dem die Möglichkeit besteht, mit recycelten Materialien zu arbeiten und neue Gegenstände herzustellen. Durch das Basteln und kreative Gestalten von Objekten aus alten Materialien wie Papier, Plastikflaschen oder Kartons, wird das Bewusstsein für die Umwelt geschärft und die Bedeutung des Recyclings verdeutlicht.

**Die Teilnehmer haben die Chance, ihre eigenen Ideen und Kreativität zu nutzen, um einzigartige und nützliche Gegenstände zu schaffen.**

Mit finanzieller Unterstützung des



## Kompetenzerhebung



Durch verschiedene Methoden wie Selbstreflexion, Feedbackgespräch und Kompetenzchecks wird dabei ein ganzheitliches Bild der Kompetenzen sichtbar.

**Ziel ist es, die individuellen Kompetenzen optimal zu nutzen und gezielt weiterzuentwickeln.**

Mit finanzieller Unterstützung des



## Bewerbungstraining



**Die Teilnehmenden profitieren voneinander, indem sie von ihren Erfahrungen erzählen, sich austauschen und gemeinsam analysieren, um daraus zu lernen.**

### **Themen rund um die Bewerbung behandeln:**

- die Gestaltung des Lebenslaufs
- das Verfassen von Bewerbungsschreiben
- die Vorbereitung auf das Bewerbungsgespräch
- die verbale Kommunikation
- den Einsatz von Körpersprache

Mit finanzieller Unterstützung des