

FIT für die Arbeitswelt

Neuorientierung für Stellensuchende

Zielgruppe

Stellensuchende **Frauen und Männer** mit oder ohne Lehrabschluss zwischen 18 und 63 Jahren, die ihre Qualifikationen und Möglichkeiten klar definieren wollen und allenfalls eine berufliche Neuorientierung anstreben.

Voraussetzungen

Bereitschaft am Sportmodul teilzunehmen.

Deutschkenntnisse mündlich und schriftlich mind. Niveau B1 gemäss GER.

Pensum: mind. 50%

Ziele

Nach dem Einsatz

- können Sie Ihre beruflichen Möglichkeiten realistischer einschätzen
- bewerben Sie sich zielgerichtet
- haben Sie Ihren Handlungsbedarf bezüglich dem beruflichen Funktionsfeld oder Ihrer Persönlichkeitsentwicklung definiert
- haben Sie Themen, die Ihre berufliche Entwicklung hemmen oder momentan verunmöglichen (z. B. Sorgen, familiäre Situation, Schulden, Sucht, usw.) erkannt und nach Lösungen gesucht
- haben Sie Ihre physische und psychische Verfassung reflektiert und mit den Anforderungen am Arbeitsplatz verglichen
- haben Sie Strategien für einen aktiven Lebensstil entwickelt, um die Fitness, die Gesundheit oder die Lebensqualität zu erhalten bzw. zu fördern
- erweitern Sie praktisch Ihre Kenntnisse der Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT)

Inhalt

- Arbeitsmarkt: Das Handwerk der Stellensuche vom Finden der passenden Stellenangebote bis zur elektronischen Bewerbung
- Schlüsselkompetenzen: Persönlichkeitsbildende Aktivitäten und Auseinandersetzung mit theoretischen Grundsätzen und Prinzipien anhand von 10 Schlüsselkompetenzen
- Sport: Bewegung (Hallensport, Fitness, Outdoor) und Gesundheitswissen
- Projekte: Praktisches Wissen und Erfahrungen im Umgang mit den Anforderungen im Bewerbungsprozess und dem sich stetig entwickelnden Arbeitsmarkt mit bedeutsamen Techniken, Arbeitsinstrumenten und Materialien fördern
- Einzelcoaching: Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Kurs und der aktuellen Situation in einem geschützten Rahmen auswerten und für die Stellensuche nutzbar machen
- Anwendung von Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT): Training am Laptop (die Laptops werden während der Kursdauer zur Verfügung gestellt); nützliche Tools für Stellensuche und blended learning kennenlernen; eigenen E-Mail-Account erstellen, Job-Room etc.

Ergebnisse

- Vollständiges und aktuelles Bewerbungsdossier (Datenträger mit aktuellen Unterlagen)
- Detaillierter Aktionsplan mit Stellungnahme der Kursleitung
- Teilnahmebestätigung

Dauer

3 Monate

Arbeitszeiten

Mo–Fr, 9.00–12.00 und 13.00–16.00 Uhr

Die Kursleitung und die Infrastruktur stehen den Teilnehmenden auch vor (ab 8.00 Uhr) und nach der Kurszeit (bis 17.00 Uhr) zur Verfügung.

Gruppengrösse

2 Gruppen à ca. 12 Teilnehmer

Durchführungsort

Stiftung Arbeitsgestaltung, Unterlachenstrasse 12, 6005 Luzern

Anbieterin

Stiftung Arbeitsgestaltung

Telefon

041 360 18 19

E-Mail

fitfuerdiearbeitswelt@stiftung-sag.ch

Homepage

www.stiftung-sag.ch

Anmeldung und Beratung

Besprechen Sie dieses Angebot mit Ihrer RAV Beraterin oder Ihrem RAV Berater.

11.2023 / VeVa

Weitere Angebote finden Sie unter: www.was-luzern.ch