



Frauen- & Männergruppe auf Stellensuche — erstes Semester 2019

In der « Frauen- & Männergruppe auf Stellensuche » unterstützen wir Sie dabei, Ihre Stärken sowie beruflichen und sozialen Kompetenzen zu erkennen und bei Ihrer Stellensuche optimal zur Geltung zu bringen.

In 10 Kursabenden à jeweils 3 Stunden (18.30 – 21.30 Uhr) erhalten Sie wichtige Informationen zu folgenden Themen:

- 1) 17.01.2019 **Standortbestimmung und Zukunftsplanung**
Wo stehe ich heute? Wo möchte ich hin?
- 2) 31.01.2019 **Selbstmarketing und Schlüsselkompetenzen**
Wo liegen meine Stärken und Fähigkeiten? Wie und wo kann ich diese einsetzen?
- 3) 14.02.2019 **Strategien der Stellensuche**
Wie gehe ich vor bei der Stellensuche? Welches ist die beste Strategie für mich persönlich, eine Stelle zu finden?
- 4) 28.02.2019 **Methoden der Stellensuche**
Wie und wo suche ich nach Arbeit? Wie lese und interpretiere ich Stellenannoncen?
- 5) 14.03.2019 **Schweizer Arbeitsmarkt**
Wie funktioniert der Arbeitsmarkt in der Schweiz? Was muss ich wissen, wenn ich in der Schweiz arbeiten will?
- 6) 28.03.2019 **Umgang mit Frustration**
Was sind meine Schwächen? Wie gehe ich damit um? Wie gehe ich mit Absagen um?
- 7) 25.04.2019 **Erwartungen Arbeitgeber und Lebenskosten in der Schweiz**
Wie verhalte ich mich richtig am Arbeitsplatz? Was erwartet ein Arbeitgeber von mir? Was sind die Lebenskosten in der Schweiz?
- 8) 09.05.2019 **Bewerbung**
Wie bewerbe ich mich richtig? Was macht eine gute Bewerbung aus?
- 9) 23.05.2019 **Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch**
Wie bereite ich mich auf ein Vorstellungsgespräch vor? Mit welchen Fragen muss ich rechnen? Wie funktioniert ein Vorstellungsgespräch?
- 10) 13.06.2019 **Vorstellungsgespräch (mit Rollenspiel)**
Wie verhalte ich mich in einem Vorstellungsgespräch? Wie antworte ich auf schwierige Fragen?