

45 plus



ZARABINA

Ein Arbeitsplatzverlust stellt für jede Person eine schwer zu bewältigende Herausforderung dar. Wenn in dieser Situation noch das Alterstigma mit-schwingt, kann es noch schwieriger sein die Folgen zu meistern: Die Person ist nicht nur arbeitslos, sie muss sich nun auch dem Etikett „schwieriger zu vermitteln“ stellen.

In unserer auf Leistungen orientierten Gesellschaft, können ältere Personen auf der Arbeitssuche über mehr Stolpersteine stoßen als Jüngere. Zudem sind die Aufstiegsmöglichkeiten in den Unternehmen ab einem gewissen Alter eingeschränkt.

Es ist wichtig zu betonen, dass diese Vorurteile und Stereotypen die Selbstwahrnehmung negativ beeinflussen und somit zu einem verzerrten Bild von Kompetenzen führen.

Es ist jedoch notwendig zu erkennen dass Leistungen nicht durch das Alter begrenzt sind. Erfahrene Arbeitskräfte besitzen oft ein wertvolles, nur

schwer ersetzbares, Know-How das den Unternehmen zugutekommt.

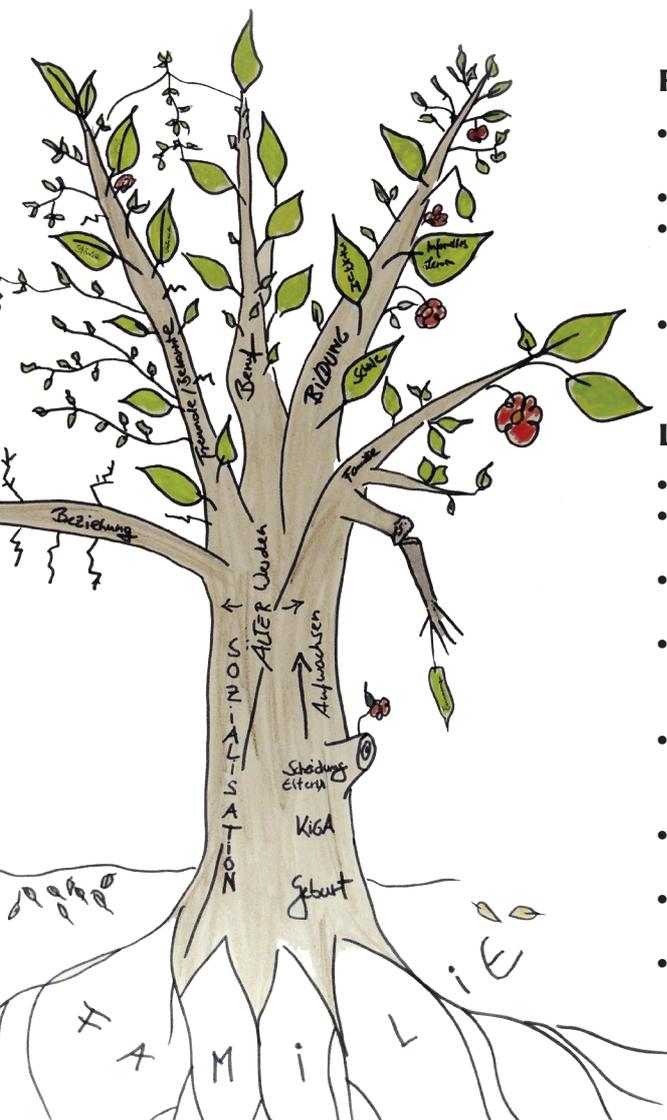
Um einer positiven Veränderung beizutragen bietet das Seminar „45plus“ von ZARABINA Personen auf Arbeitssuche die Möglichkeit, sich beruflich neu zu orientieren und Ihre Zukunft sowohl professionell als auch persönlich, neu zu denken.

Das Seminar „45plus“ vereinfacht die Suche nach neuen Möglichkeiten und berücksichtigt dabei die individuelle Lebensgeschichte. Die TeilnehmerInnen ziehen ebenfalls Nutzen aus aktuellen Arbeitsmarktinformationen, professionellen Erwartungen, Weiterbildungsmöglichkeiten und erhalten eine konkrete Unterstützung in Ihren Vorhaben.

IHRE CHANCEN

- Wir bieten Ihnen Raum, sich mit Ihrer derzeitigen Lebenssituation auseinanderzusetzen.
- Wir unterstützen Sie, Veränderungen und schwierige Situationen zu meistern.
- Wir regen Sie an, Ihre Erfahrungen und Stärken sichtbar zu machen.
- Wir ermutigen Sie, neue Sichtweisen zu wagen, andere Herangehensweisen auszuprobieren.
- Wir entwickeln und trainieren mit Ihnen individuell abgestimmte 45plus-Bewerbungsstrategien.





Für Männer und Frauen

- die erwerbslos sind oder denen Erwerbslosigkeit droht,
- die 45 Jahre und älter sind,
- die sich neu orientieren und aktiv mit ihrer beruflichen Zukunft auseinandersetzen möchten und
- die offen und neugierig für ungewöhnliche Wege sind.

Lernformen

- Kurzvorträge und Impulsreferate
- Erfahrungsaustausch und Gruppenarbeit
- kreative Projekte und biografisches Lernen
- Kompetenzmanagement – Fähigkeiten sichtbar machen und nachhaltig nutzen
- praktische Übungen zu Bewerbungen und zur persönlichen Selbstpräsentation
- schriftliche Arbeits- und Informationsmaterialien
- ExpertInnengespräche zu ausgewählten Themen
- Online Lernplattform ZARABINA-e-Learning

Coaching

- Vor, während und nach dem Projekt steht ZARABINA mit individueller Beratung zur Verfügung. Wir vertiefen mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ihre Lernerfahrungen und geben Unterstützung bei allen Entwicklungsschritten.

Bin ich richtig in diesem Kurs?

- In einem persönlichen Gespräch klären wir gemeinsam mit Ihnen, ob 45plus das passende Angebot für Sie ist.
- An einem Kennenlernetag kurz vor Kursbeginn machen wir Sie mit den Methoden und Arbeitsweisen 45plus vertraut.

Wo wird der Kurs durchgeführt?

- In den Räumen von ZARABINA asbl in Luxemburg-Stadt, 37-39, rue Felix de Blochausen, L-1243 Luxemburg

Zu welchen Zeiten?

- Die Erfahrungswerkstatt ist ein 5-wöchiger Vollzeitkurs.
- Drei Präsenztage (9.00 bis 15.00 Uhr) pro Woche.
- An den weiteren Wochentagen arbeiten Sie selbstständig oder in einer kleinen Gruppe.
- Bitte erfragen Sie telefonisch die aktuellen Termine.

Was kostet die Teilnahme

- Die Teilnahme ist für Sie kostenfrei. Alle Lernmittel werden Ihnen kostenlos zur Verfügung gestellt.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

ZARABINA asbl

27, rue Emile Mayrisch
L-4240 Esch-sur-Alzette
Tel.: 26 55 12 13 1
info@zarabina.lu
www.zarabina.lu



Das Projekt 45plus von ZARABINA wird durch das Ministerium für Arbeit, Beschäftigung sowie Sozial- und Solidarwirtschaft unterstützt.



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère du Travail, de l'Emploi et
de l'Économie sociale et solidaire

