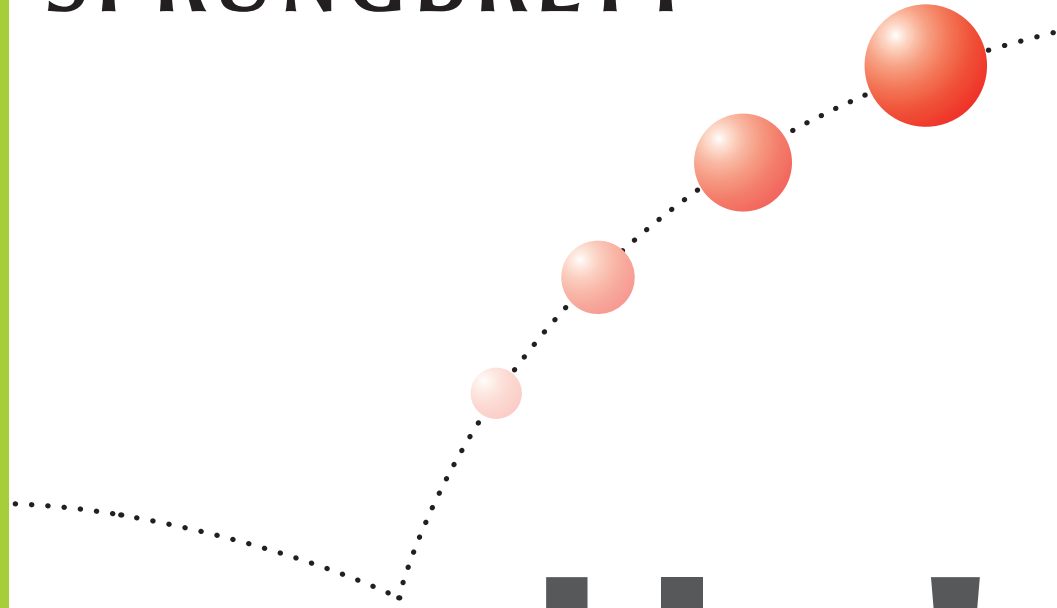


# SPRUNGBRETT

Durchstarten  
auf dem  
Arbeitsmarkt

Berufs- und  
Karriereplanung



... **und los!**

ZARABINA

*Die berufliche Orientierung und die Entwicklung eines realistischen Aktionsplans für die berufliche Zukunft gewinnen immer mehr an Bedeutung, können den Einzelnen aber auch überfordern. Wichtig ist das Wissen über die eigenen Kompetenzen, die eigenen Wünsche und deren Realisierbarkeit auf dem Arbeitsmarkt.*

*Unter diesen Bedingungen, eine individuelle Lebens- und Arbeitsperspektive zu entwickeln, ist nicht leicht und wirft viele Fragen auf:*

- *Wie lässt sich der Blick für Möglichkeiten und Chancen schärfen?*
- *Wo liegen meine Stärken und wie bringe ich sie am besten zur Geltung?*
- *Wie sieht der für mich „maßgeschneiderte“ Aktionsplan aus und was sind die nächsten Schritte?*

*Sprungbrett liefert Bausteine für eine nachhaltige Berufs- und Karriereplanung. Es ermutigt die TeilnehmerInnen, sich mit den persönlichen Kompetenzen, Werten und Zielen auseinanderzusetzen.*

## Themenschwerpunkte

### gezielte Informationen

- über Berufsbilder, berufliche Anforderungen und Beschäftigungsalternativen
- zum Arbeitsmarkt und der gezielten Recherche
- zu Weiterbildungsmöglichkeiten aus erfolgreicher Recherche

### praktische Hilfestellungen

- Erfahrungen aktivieren und Ressourcen entdecken
- Leistungen und Kompetenzen bilanzieren und überzeugend präsentieren
- persönlichen und beruflichen Entwicklungsbedarf bestimmen
- Entwicklung eines individuellen Aktionsplans
- Abgleich von beruflichen Anforderungsprofilen mit dem eigenen Stärkenprofil
- Bewerbungen vorbereiten – passgenau, überzeugend und „gut verpackt“

## Arbeitsweise

- **ZARABINA nimmt sich Zeit für eine sorgfältige Begleitung aller TeilnehmerInnen.** Die **ZARABINA** Beraterinnen sind einem gemeinsamen Beratungs- und Qualitätsverständnis verpflichtet, aber „Patentrezepte“ werden Sie bei uns nicht finden. Wir setzen auf maßgeschneiderte Beratungsstrategien – realistisch in der Sache und kreativ im Vorgehen.

- **Intensive Arbeit in kleinen Gruppen** und persönliche Rückmeldungen an alle TeilnehmerInnen sind dabei selbstverständlich.
- **Die Arbeit im Sprungbrett basiert auf einem systematischen Vorgehen**, das „Aha-Erlebnisse“ garantiert, Themen schnell auf den Punkt und Neues ins Rollen bringt.

**ZARABINA** arbeitet mit einem professionellen Kompetenzmanagement nach den Standards der Gesellschaft CH-Q und dem Kompetenzmanagementsystem KODE® und KODE®X.



**... und los!**

# SPRUNGBRETT

## wendet sich an Frauen und Männer

- aller Altersgruppen,
- die sich beruflich orientieren möchten,
- die einen realistischen und auf sie individuell zugeschnittenen Aktionsplan erstellen möchten,
- die sich nachhaltig auf dem Arbeitsmarkt integrieren wollen.

Sprungbrett ist ein 4-wöchiger Kurs (Termine bitte erfragen), die Teilnahme ist kostenlos.

## Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Haben Sie weitere Fragen oder möchten Sie ein persönliches Informationsgespräch vereinbaren? Wir beraten Sie gerne.

## Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

### **ZARABINA asbl.**

37-39, rue Felix de Blochausen  
L-1243 Luxemburg

Tel.: 26 55 12 13 1

Fax: 26 55 12 14

E-Mail: [info@zarabina.lu](mailto:info@zarabina.lu)

[www.zarabina.lu](http://www.zarabina.lu)



Das Projekt SPRUNGBRETT von ZARABINA wird durch das Ministerium für Arbeit, Beschäftigung sowie Sozial- und Solidarwirtschaft und durch das Ministerium für Bildung, Kinder und Jugend unterstützt.