



Berufliche Alternativen / Perspektiven **Gesundheit erhalten und fördern** **und Kompetenzen stärken**

Kurszeitraum: 07.03.2022 bis 01.04.2022

Inhaltliche Angebote

→ Potentialfindung

- Überblick über den aktuellen Arbeitsmarkt
- Stärken- und Schwächenanalyse
- Entwicklung eigener Handlungskompetenzen
- Stärkung der Eigeninitiative und Motivation
- Steigerung der beruflichen Flexibilität
- Feststellung, Verringerung oder Beseitigung von Vermittlungshemmnissen

→ Bewerbungscoaching

- Reflexion und Aufarbeitung bisheriger Bewerbungsaktivitäten
- Erörterung individueller Chancen auf dem Arbeitsmarkt
- Erarbeiten realistischer beruflicher Perspektiven
- Entwicklung und Aktualisierung von Selbstvermarktungsstrategien
- Aufzeigen von Stellensuchstrategien
- Training eines individuell adäquaten Bewerberverhaltens
- Befähigung zur eigenständigen Nutzung der JOBBÖRSE

→ Gesundheitsprävention

- Erhaltung und Förderung der Gesundheit zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit und Stärkung der persönlichen und sozialen Kompetenzen

Unterrichtszeiten

Der Kurs findet **in Teilzeit** montags bis freitags von 08.00 bis 12.15 Uhr statt.

Informationen:

Sprache & Bildung Hessen und Thüringen GmbH

✉ **Alter Blobach 49 ▪ 99974 Mühlhausen**

☎ **03601 449117** ▪ 📠 **03601 874126**

📧 **muehlhausen@sprache-und-bildung.de**

💻 **www.sprache-und-bildung.de**

