

## **FIT für die Arbeitswelt**

### **Neuorientierung für stellensuchende Männer**

#### **Zielgruppe**

Stellensuchende 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**

Sie benötigen persönlich und bewerbungstechnisch Unterstützung sowie eine Abklärung Ihrer arbeitsmarktorientierten Leistungsfähigkeit. Bereitschaft am Sportmodul teilzunehmen.

Deutschkenntnisse mündlich und schriftlich Niveau B1 gemäss GER.

Pensum: 70–100%

#### **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**

ca. 60% Bildung und 40% Arbeit

- Arbeitsmarkt: Das Handwerk der Stellensuche
- Schlüsselkompetenzen: Persönlichkeitsbildende Aktivitäten und Auseinandersetzung mit theoretischen Grundsätzen und Prinzipien anhand von 10 Schlüsselkompetenzen
- Sport: Bewegung (Hallensport, Fitness, Bouldern, 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, 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 Teilnehmern auch vor (ab 8.00 Uhr) und nach der Kurszeit (bis 17.00 Uhr) zur Verfügung.

### **Gruppengrösse**

2 Gruppen à max. 12 Teilnehmer

### **Durchführungsort**

Stiftung Arbeitsgestaltung, Unterlachenstrasse 12, 6005 Luzern

### **Anbieterin**

Stiftung Arbeitsgestaltung

Telefon

041 360 18 19

E-Mail

[fitfuerdiearbeitswelt@stiftung-sag.ch](mailto:fitfuerdiearbeitswelt@stiftung-sag.ch)

Homepage

[www.stiftung-sag.ch](http://www.stiftung-sag.ch)

### **Anmeldung und Beratung**

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

30. April 2022 / km

Weitere Angebote finden Sie unter: [www.was-luzern.ch/wira](http://www.was-luzern.ch/wira)