September ——— Februar

Lernzentrum für Frauen*

2021/22

NEUES ERREICHEN.

Alte Pfade verlassen.
Brücken bauen.
Neues erreichen.

INFORMATION UND ANMELDUNG

In der Broschüre finden Sie unser gesamtes Angebot. Die aktuelle Terminübersicht für jeweils zwei Monate liegt bei. Sollte sich in Ihrer Broschüre keine Terminübersicht befinden oder sind Sie an Kursen zu einem späteren Termin interessiert, rufen Sie uns bitte an oder schreiben Sie uns ein E-Mail. Wir stehen Ihnen gerne für weitere Informationen zur Verfügung. Informationen zu Angeboten und Terminen finden Sie darüber hinaus auch auf unserer Homepage: www.nowa.at

Sollten Sie unseren monatlichen Newsletter noch nicht erhalten, können Sie ihn unter lernzentrum@nowa.at bestellen. Mit dem Newsletter werden Sie regelmäßig über die aktuellen Lernangebote von nowa informiert.

COVID-19: Wir halten uns an die aktuellen Maßnahmen für die Erwachsenenbildung (Stand Sommer 2021, 3-G Regelung) und informieren Sie laufend über Änderungen.

Mit der Sozialcard ist bei allen unseren Angeboten eine Ermäßigung möglich, fragen Sie nach!

ÖFFNUNGSZEITEN & KONTAKT

+43 316 482600
lernzentrum@nowa.at
nowa.at

Montag	09:00 – 13:00
Dienstag	09:00 – 19:00
Mittwoch	09:00 – 13:00
Donnerstag	09:00 – 16:00
Freitag	geschlossen

Liebe Kund*innen, liebe Leser*innen,

Mein Name ist Valentina Pettinger und ich möchte mich gerne bei Ihnen vorstellen. Ich habe mit August die Geschäftsführung von nowa und die Leitung des nowa Lernzentrums für Frauen* übernommen. Gleich zu Beginn will ich Ihnen als Leser*in eine Frage stellen: Welches besonders tolle Erlebnis mit Lernen fällt Ihnen spontan ein?

In den letzten Wochen habe ich einige Gespräche mit Frauen* über persönliche Lernerfahrungen, tolle und auch furchtbare, geführt. Auch im nowa Team haben wir uns dem Thema Lernerfahrungen gewidmet und alle Mitarbeiterinnen* haben eines ihrer tollen Erlebnisse mit Lernen gezeichnet.

Hinter den Zeichnungen stecken Geschichten über Lernerlebnisse, die neue Türen und Freiheiten öffnen, wo eine richtig ins Tun gekommen ist und eine andere bereits Gelerntes in eine Struktur bringen konnte.
Auch mit unserem neuen Programm ist es Ihnen möglich neue Türen zu öffnen oder richtig ins Tun zu kommen. Sie können Sicherheit im Umgang mit Smartphone, Computer & Co gewinnen und dadurch neue Freiheiten genießen, Wikipedia Artikel schreiben oder ein individuelles Coaching buchen, das Ihren Fragestellungen zugeschnitten ist und Vieles mehr.

Viel Spaß beim Schmökern

Valentina Pettinger
Leitung Lernzentrum

Terminkalender – Jänner & Februar 2022

Willkommenslerntreff	Donnerstag, 13.01.	14:00 – 16:00	S. 5
Deutschsprechstunde	Dienstag, 18.01.	09:00 – 11:30	S. 6
Fotobuch gestalten	Mittwoch, 19.01.	09:00 – 12:00	S. 16
Fotos und Kontakte des Smartphones sichern	Donnerstag, 20.01.	09:00 – 12:00	
Wissenswertes: Was kann ich für eine lebenswerte Zukunft tun?	Dienstag, 25.01.	17:00 – 19:00	S. 14
Computer und Internet Grundlagenkurs	Mittwoch, 26.01., 02.02., 09.02. & 16.02.	09:00 – 12:00	S. 18
Smartphone und Tablet Grundlagenkurs	Donnerstag, 27.01., 03.02., 10.02. & 17.02.	09:00 – 12:00	S. 17
Deutschsprechstunde	Dienstag, 01.02. Dienstag, 15.02.	09:00 – 11:30	S. 6
TypIn Frauen*schreiben*Wiki	Dienstag, 01.02.	17:00 – 19:00	S. 10
Wissenswertes: Windows 11	Dienstag, 08.02.	10:00 – 12:00	
Programm zum Safer Internet Day: Persönliche Daten im Netz	Dienstag, 08.02.	16:00 – 19:00	S. 15
Alexa – spiel mir klassische Musik	Dienstag, 15.02.	16:00 – 19:00	S. 15
Wissenswertes online: Covid & digitale Neuheiten	Dienstag, 22.02.	17:00 – 19:00	S. 13

DAS TEAM

Mag.ª
Monika Anclin

Argjira Bakalli, BSc

Eva Bloder, BA

Elif Demir

Heidi Gaube,
MA, MBA

Nina Hoffer

Eva Janusch

Eva Koller

Valentina Pettinger,
MA

Bettina Ploberger-
Leiprecht, MBA HRM

Karin Puchas

Filiz Ugras

Lernen Sie mit uns in den Räumlichkeiten am Jakominiplatz, in einer Gruppe oder alleine. Zudem gibt es auf unserer Website zusätzliche Lernmöglichkeiten, sowie unsere aktuellen Termine. Siehe **www.nowa.at** und dann auf den Button „selbstlernen“ klicken.

selbst
lernen

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

LERNTREFF

kostenfrei

Ihre Nachbarin* hat Ihnen etwas am Smartphone gezeigt, das Sie interessiert? Sie sind am Perfektionieren von Layout oder Text Ihrer Bewerbung oder Projektarbeit? Im nowa Lerntreff können Sie Ihre Fragen stellen und mit Unterstützung einer Lernbegleiterin* zu Ihren Themen lernen.
Gerne können Sie Ihre eigenen Geräte, wie Laptop oder Smartphone mitbringen!

2 Stunden. Jede Woche Montag von 09:00 - 11:00 und Donnerstag von 14:00 - 16:00.

ONLINE LERNTREFF

kostenfrei

onLINE

Treffen Sie eine Lernbegleiterin* und andere Teilnehmerinnen* online – also digital statt analog! Mit dem Computer oder Smartphone und der Videokonferenz-Software zoom können Sie Unterstützung bei Ihren Fragen bekommen und von den anderen Teilnehmerinnen* lernen.
Wir unterstützen Sie natürlich gerne vorab bei der Installation und Einrichtung der Software zoom.

1 Stunde. Jede Woche Donnerstag von 16:30 - 17:30.

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

DEUTSCHSPRECHSTUNDE

Sie haben selten Gelegenheit Deutsch zu sprechen? Zweimal im Monat, jeweils am Dienstag, unterhalten wir uns über ein alltägliches Thema. Sie lernen neue Vokabeln und Redewendungen kennen und erhalten wichtige Informationen zum Leben in Österreich. Zudem lernen Sie andere Frauen* kennen und können gegenseitig Tipps austauschen. Anmelden, kommen und mitreden! Dieses Angebot wird durch eine Förderung der Stadt Graz, Abteilung Bildung und Integration ermöglicht.

kostenfrei

2,5 Stunden. Jeden zweiten Dienstag von 09:00 - 11:30.

LERNRAUM

Im Lernzentrum von nowa stehen Ihnen PCs mit Internetzugang und freies WLAN kostenlos zur Verfügung. Recherchieren Sie über Aus- und Weiterbildungsangebote, rufen Sie Ihre E-Mails ab, üben Sie mit Word oder Excel, lernen Sie Sprachen, erstellen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen oder üben Sie für Ihr nächstes online Bewerbungsgespräch. Drucken Sie wichtige Unterlagen aus oder scannen Sie diese ein.

kostenfrei

Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort.

BERATUNG & BEGLEITUNG

LERNBEGLEITUNG

Lernen ja, aber wie und was? Wir erstellen mit Ihnen Ihren persönlichen Lernplan oder unterstützen Sie bei den ersten Schritten mit einem für Sie neuen Thema, wie zum Beispiel online Bewerbungen. Angst vor Prüfungen und schlechte Lernerfahrungen halten Frauen* manchmal davon ab, sich gezielt weiterzubilden. Wir begleiten bei der Auseinandersetzung mit dem eigenen Lernverhalten und den passenden Lernmethoden.

kostenfrei

Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort.

COACHING – SMARTPHONE UND TABLET

Sie haben ein neues Smartphone und brauchen Unterstützung bei der Einrichtung und den ersten Schritten? Sie benutzen schon länger mobile Geräte, haben aber konkrete Fragen bei einzelnen Apps? Egal ob Einsteiger*innen oder Fortgeschrittene, in einem Fachcoaching wird Ihnen gezielt weitergeholfen.

EUR 30 - 80

1 Stunde. Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort.

BERATUNG & BEGLEITUNG

COACHING – NOWA KOMMT NACH HAUSE

Sie haben Fragen zu ihren Computer? Ihr Drucker lässt sich nicht verbinden oder Ihr Computer hat ein Problem und Sie wünschen sich, dass Ihre Fragen bei Ihnen zu Hause geklärt werden? Kein Problem - nowa kommt mit einem Coaching zu Ihnen nach Hause. Dieses Angebot ist auch besonders für Senior*innen mit Mobilitätseinschränkungen geeignet.

auf Anfrage

1 Stunde. Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort. Förderung für Grazer Senior*innen möglich.

COACHING – COMPUTER

Sie möchten ein neues Programm lernen und benötigen dazu eine rasche Einschulung? Sie haben Fragen bei einer Anwendung und wollen konkrete Antworten? Dann ist ein Fachcoaching mit einer nowa - Expertin* genau das Richtige. Ob Office Programme, Bildbearbeitung oder Internet, wir haben maßgeschneiderte Lösungen für Ihre Anliegen.

EUR 30 - 80

1 Stunde. Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort.

COACHING – ONLINE MEETING

Die Vorteile von Videokonferenzen haben sich gezeigt. Gewinnen Sie Sicherheit und testen mit uns vorab, wie Sie Ihr Bewerbungsgespräch souverän meistern oder ein Meeting leiten.

EUR 30 - 80

1 Stunde. Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort.

COACHING – HOMEOFFICE INDIVIDUELL

Von zu Hause aus erwerbstätig zu sein, ist vor allem für Frauen* eine Herausforderung. Wir geben Tipps zu Technik und Strukturen, für das Wohlergehen im Homeoffice.

EUR 30 - 80

1 Stunde. Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort.

COACHING – BERUFLICHE VERÄNDERUNG

Sie stehen vor einer beruflichen Veränderung und wünschen sich Raum für Ihre Gedanken und Tipps für einen gelassenen Umgang mit Herausforderungen? Wir begleiten Sie für mehr Klarheit bei Entscheidungen.

EUR 30 - 80

1 Stunde. Bitte um Terminvereinbarung per Telefon, E-Mail oder vor Ort.

FRAUEN* GLEICHGESTELLT

FRAUEN*SALON

Es gibt unzählige beeindruckende Frauen*. Manche davon können Sie im nowa Frauen*salon kennenlernen. Hier geben unterschiedliche Wissenschaftlerinnen*, Künstlerinnen* und Unternehmerinnen* Einblicke in ihre Arbeit. Im Anschluss tauschen wir uns dann in einer gemütlichen Runde darüber aus und diskutieren Einflüsse auf unser eigenes, individuelles aber auch auf das gesellschaftliche Leben.

kostenfrei

2 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

TYPIN*FRAUEN*SCHREIBEN*WIKI

Alles gerecht in der Wikipedia? Noch nicht, aber wir arbeiten daran, und haben schon einige Artikel zum Beispiel den von Ada Lovelace verbessert. Zu unseren monatlichen Schreibabenden kann jede vorbeikommen. Etwa um ein paar Geschichten von uns zu hören, wie wir Frauen* Biographien in der Wikipedia verbessern, neue gemeinsam schreiben oder um zu recherchieren und Tipps fürs Schreiben zu bekommen.

kostenfrei

2 Stunden. 1-mal im Monat. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

NEUES ENTDECKEN

KOMM MIT! WIR ENTDECKEN GRAZ

Wir besuchen Unternehmen, öffentliche Orte und Persönlichkeiten in Graz und lernen neue Orte und Lebensgeschichten kennen. Die nächsten Entdeckungen führen uns einmal entlang der QR-Codes durch Graz. Ein anders Mal werden wir einen Handwerksbetrieb besuchen. Details können Sie drei Wochen vor dem Termin erfragen.
Dieses Angebot ist offen für ALLE Frauen*, die gerne gemeinsam Graz entdecken möchten. Treffpunkt: nowa Lernzentrum.

EUR 10

Ca. 3 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

KOMM MIT! AUSFLUG IN DIE STEIERMARK

Wir machen einen Ausflug in die Steiermark. Gemeinsam besuchen wir einen Ort in der Südsteiermark und sehen hinter die Kulisse der südsteirischen Toskana. Details können Sie drei Wochen vor dem Termin erfragen.

Dieses Angebot ist offen für ALLE Frauen*, die gerne gemeinsam die Steiermark entdecken möchten. Treffpunkt: Hauptbahnhof Graz

noch offen

Ca. 5 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

NEUES ENTDECKEN

WAS UNS STARK MACHT

Gerade in herausfordernden Zeiten sind belastende Situationen im Alltag noch stärker spürbar.
In diesem Workshop lernen Sie die 7 Schlüssel der inneren Stärke kennen. Sie tauschen sich in einer kleinen Gruppe darüber aus, was Sie im Leben glücklich macht. Zudem probieren wir für Ihren Alltag zu Hause etwa Atemübungen oder Meditation aus, die uns gelassener machen.

EUR 36

3 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

SPAZIERGANG ZUR STÄRKUNG DER PERSÖNLICHKEIT

Wir werden uns bei einem Spaziergang im wunderschönen Garten des Schlosses Eggenberg mit den sieben Säulen der Resilienz, unserer inneren Widerstandskraft beschäftigen. Dazu werden wir an verschiedenen Stationen haltmachen und praktische Denkanstöße erhalten, die wir in unserem Alltag gut nutzen können.

EUR 12

2 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

COMPUTER, SMARTPHONE & TABLET

WISSENSWERTES: COVID & DIGITALE NEUHEITEN

COVID hat unseren Umgang mit Smartphones, Computer und unseren Daten verändert. Haben Sie sich bereits in Lokalen oder bei Reisen mit QR-Codes registriert oder Ihren COVID Selbsttest online erledigt? Oder mittels Ihrer Handysignatur Ihren grünen Pass aktiviert? In dem Kurs hören Sie, was es Neues gibt, wie Sie dennoch Ihre Daten schützen können und wie Sie neue Funktionen so nutzen können, wie es für Sie passend ist.

EUR 24

2 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

WISSENSWERTES: KULTURELLE REISE UM DIE WELT

Es gibt viele Möglichkeiten von zu Hause Neues zu sehen und kulturelle Highlights zu besuchen, von Museen bis hin zu entlegenen Orten. Besuchen Sie mit uns die Metropolitan Opera in New York, besteigen Sie mit uns den Mount Everest und schauen Sie was sich im Frida Kahlo Museum in Mexico City gerade tut. Machen Sie mit uns eine kulturelle Reise um die Welt.

EUR 24

2 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

WISSENSWERTES: SMARTE WELT

EUR 24

Es gibt eine Vielzahl von Technologien, die Menschen assistieren und das Leben vereinfachen können. Viele Firmen bieten unterschiedliche Produkte und Anwendungen, von Sprachsteuerungen bis zu automatischem Lichteinschalten, an. Hören Sie im Rahmen des Workshops über die verschiedenen Angebote, probieren Sie manches gleich selbst aus und stellen Ihre Fragen dazu.

2 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

WISSENSWERTES: NACHHALTIGKEIT ONLINE

EUR 24

Nachhaltigkeit ist einer der Ansatzpunkte um den Klimawandel zu verlangsamen. Es gibt viele engagierte Menschen, die sich für einen ressourcenschonenden Umgang einsetzen und deren Ideen und Plattformen Sie in Ihrem Alltag nutzen können. Hören Sie in diesem Workshop, wie Sie Gebrauchtes online verschenken oder verkaufen können, Früchte zum Sammeln in Graz finden oder Lebensmittel retten können.

2 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

SPRACHASSISTENZSYSTEME

EUR 36

„Ok, Google! Wie wird das Wetter morgen?“
„Alexa – spiel klassische Musik!“
Mit einfachen Kommandos kann man von persönlicher Sprachassistenz im Alltag unterstützt werden.
Wir werden in diesem Workshop Einsatzmöglichkeiten von Sprachassistenzsystemen vorstellen, den möglichen Nutzen für Sie erarbeiten und Tipps zum sicheren Umgang geben.

3 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

PERSÖNLICHE DATEN IM NETZ

EUR 36

Beim Wandern die eigenen Schritte zählen und die Route mitverfolgen gibt ein schönes Erfolgsgefühl. Das Messen von eigenen Körperdaten mit Smartwatches und Co ist daher sehr beliebt. Wie der große Hacker-Angriff auf einen Smartwatch-Hersteller zeigte, ist es aber auch riskant.
Informieren Sie sich im Workshop über den kompetenten Umgang mit Ihren persönlichen Daten.

3 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

COMPUTER, SMARTPHONE & TABLET

FOTOBUCH GESTALTEN

Gestalten Sie Ihr Fotobuch mit einer kostenlosen Software, ganz individuell oder mit einer fertigen Vorlage. Das Fotobuch eignet sich auch als Kochbuch oder als Katalog. Bringen Sie zum Workshop Ihre eigenen Fotos auf einem mobilen Datenträger mit.

EUR 36

3 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

LERNPROGRAMME SELBST GESTALTEN

Lernen Sie kostenlose online Tools kennen, die Sie für ein abwechslungsreiches Lernen einsetzen können. Sammeln und organisieren Sie Wissen oder überprüfen Sie es mit einem Quiz oder einer Learning App. Nach diesem Workshop wissen Sie mehr über Padlet und wie Sie ein Quiz oder Rätsel erstellen.

EUR 36

3 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

WAHRHEIT ODER LÜGE: BETRUG IM INTERNET

Der Zugang zum Internet und eine kompetente Nutzung erleichtern den Alltag und bestimmen zunehmend die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Aber woher wissen Sie was Wahrheit oder Lüge ist? Wie können Sie Fake News erkennen? Wie schützen Sie sich vor Betrug im Internet? Diese und weitere Fragen werden im Kurs geklärt.

EUR 36

3 Stunden. Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.

VIERTEILIGE KURSE – SMARTPHONE UND COMPUTER

SMARTPHONE UND TABLET GRUNDLAGEN

In diesem Kurs erlernen Sie die Bedienung von Smartphones und Tablets von Grund auf. nowa stellt Geräte bei Bedarf zur Verfügung.

EUR 36 - 72

- Grundlagen der Bedienung, WLAN
- Fotografieren und Fotos verwalten
- Apps kennenlernen, installieren und löschen
- Internet und E-Mail
- Gefahren und versteckte Kosten meiden

4 Tage zu 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender. Für Grazer Senior*innen EUR 36 durch eine Förderung des Senior*innenbüros.

SMARTPHONE UND TABLET FORTSETZUNG

Ein Smartphone kann viel mehr als nur Telefonanrufe und SMS durchstellen und mit einem Tablet hat man einen vollwertigen Computer im Handgepäck.

EUR 36 - 72

- Möglichkeiten des Internet: E-Mail, Google, …
- Klärung von Fachbegriffen: WLAN, Gigabyte, …
- Soziale Medien: WhatsApp, YouTube, …
- Videochat und -konferenzen

4 Tage zu 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender. Für Grazer Senior*innen EUR 36 durch eine Förderung des Senior*innenbüros.

VIERTEILIGE KURSE – SMARTPHONE UND COMPUTER

COMPUTER UND INTERNET GRUNDLAGEN

In diesem Kurs lernen Sie Schritt für Schritt die Bedienung Ihres Computers oder Laptops. Ausreichend Zeit zum Ausprobieren und Üben ist uns dabei besonders wichtig!

EUR 36 - 72

- Startmenü und Einstellungen von Windows 10
- Maus- und Tastaturübungen
- Internetgrundlagen, Datenschutz und Sicherheit
- Kennenlernen von ausgewählten Programmen / Apps

4 Tage zu 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.
Für Grazer Senior*innen EUR 36 durch eine Förderung des Senior*innenbüros.

COMPUTER UND INTERNET FORTSETZUNG

In diesem Kurs lernen Sie die Möglichkeiten des Computers weiter auszuschöpfen. Bauen Sie Ihr Wissen aus und gewinnen Sie Sicherheit im Umgang mit dem PC.

EUR 36 - 72

- Browser Einstellungen und Lesezeichen / Favoriten
- Interessante Ressourcen im Internet
- Einstellungen in Windows 10
- Ordner erstellen, Dateien speichern und wiederfinden
- Sicherheit, Registrierung und Passwörter

4 Tage zu 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.
Für Grazer Senior*innen EUR 36 durch eine Förderung des Senior*innenbüros.

TRAIN THE TRAINER – GENDER, DIVERSITÄT UND METHODIK

GENDERKOMPETENZ MODULE 1-4

- M 1: Begriffe rund um Gleichstellung
- M 2: Gleichstellungsorientierte Methodik und Didaktik
- M 3: Diversität und Intersektionalität
- M 4: Kompetenzen für diversitätsorientiertes Agieren

EUR 150

onLINE

Jedes Modul dauert 6 Stunden.
Termine im beiliegenden Terminkalender.
Alle Module sind wba-zertifiziert und entsprechen den AMS-Kriterien.

METHODENVIELFALT

Fachkompetenz und didaktische Überlegungen sind wichtige Grundlagen im Unterricht bzw. Training. Jedoch sind Sie heute immer mehr gefordert, auch Ihre Medienkompetenz zu erweitern, um zeitgemäß zu arbeiten.
In diesem Workshop wollen wir uns praxisnah damit beschäftigen, wie Sie Ihren Unterricht bzw. Ihr Training – unabhängig ob Mathematik, Sprachen oder Berufsorientierung – mit digitalen Tools erweitern können.

EUR 150

6 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.
Dieser Kurs ist wba-zertifiziert.

Jakominiplatz 16
8010 Graz
+43 316 482600
lernzentrum@nowa.at
nowa.at

FÖRDERGEBER*INNEN

GRAZ FRAUEN & GLEICHSTELLUNG
GRAZ SOZIALAMT
GRAZ BILDUNG & INTEGRATION
WEIBLICH. POLITISCH. STEIRISCH.
Das Land Steiermark – Bildung und Gesellschaft
Das Land Steiermark – Soziales, Arbeit und Integration
österreichische gesellschaft für politische bildung

nowa.at
ÖCERT

IMPRESSUM

Verein nowa
Jakominiplatz 16
8010 Graz
+43 316 482600
office@nowa.at

ZVR: 356136676

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf unserer Homepage.