

# Lernzentrum für Frauen\*



nwa

2023/24



Schön, dass Sie unser Programm für 2023/24 in der Hand haben. Zu Beginn wollen wir Ihnen in mehreren Sprachen das nowa Lernzentrum vorstellen. Danach finden Sie alle Angebote und aktuellen Kurse im nowa Lernzentrum.



Für wen sind unsere Angebote?

Unsere Angebote richten sich vor allem an Frauen\*.

**Warum?** Weil es unser Ziel im Verein ist, der Geschlechter Gleichstellung mit Fokus auf Frauen\* zuzuarbeiten. Es gibt bei uns aber auch Angebote, die offen für alle Geschlechter sind.

## DEUTSCH

Das nowa Lernzentrum bietet Kurse und Lernberatungen, in denen Fragen zu Computer, Smartphone und Co beantwortet werden. Einiges davon ist kostenlos und das meiste für Frauen\*. Wir haben eine Deutschübungsstunde und Einzeltermine, für Alle die sich beruflich verändern wollen oder sich entscheiden müssen und noch nicht wissen, wie. Dazu haben wir Computerplätze und einen Drucker, die Sie benutzen können und immer wieder Veranstaltungen oder Ausflüge. Alle aktuellen Termine finden Sie in dem Programmheft. Wenn nicht, noch ein Grund mehr bei uns am Jakominiplatz vorbeizukommen oder auf unsere Website [www.nowa.at](http://www.nowa.at) zu schauen.

Bis bald!

— das nowa Lernzentrum Team

### ÖFFNUNGSZEITEN & KONTAKT

Am Jakominiplatz 16 / 2.Stock

+43 316 482600

[lernzentrum@nowa.at](mailto:lernzentrum@nowa.at)

[nowa.at](https://www.facebook.com/nowa.at)

[verein\\_nowa](https://www.instagram.com/verein_nowa)

Montag 09:00 – 13:00

Dienstag 09:00 – 19:00

Mittwoch 09:00 – 13:00

Donnerstag 09:00 – 16:00

Freitag geschlossen



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



## ENGLISH

The nowa centre for learning offers IT courses, workshops, coaching and other events, some are for free and for women only. Our program also includes a German conversation group and individual coaching for women who are either evaluating their career, are confronted with a (learning) challenge or simply looking for a change. Additionally, you can use our computers, a printer and free WiFi. In this booklet you should find all current dates and times, if you have any questions just visit our website [www.nowa.at](http://www.nowa.at) or come directly to us on Jakominiplatz.

## ESPAÑOL

El centro de aprendizaje NOWA ofrece cursos y asesoramiento para consultar el manejo del ordenador, Smartphone y otros, algunos son gratis y la mayoría solo para mujeres. Tenemos fechas en grupo en las cuales se puede practicar el idioma alemán y horas particulares para todas las mujeres que quieran mejorar en la vida laboral. Por esto tenemos plazas de ordenadores y una impresora, los cuales pueden usar y también ofrecemos eventos y excursiones. Las fechas actuales, las encuentran en el cuaderno de programas, y si no, es una buena razón para venir al centro en Jakominiplatz o visitar nuestra página web [www.nowa.at](http://www.nowa.at).

## TÜRKÇE

nowa öğrenim merkezi kadınlara yönelik soruların yanıtlandığı kurslar ve eğitim ile ilgili tavsiyeler sunar. Bu kurslara örnek olarak bilgisayar, akıllı telefon ve bunun gibi konular verilebilir. Kursların bazıları ücretsizdir. Kariyerini değiştirmek isteyen, bu konuda karar vermekte zorlanan ve ne yapacağını bilmeyen kişiler için danışmanlık hizmetide sunulmaktadır. Bu konu ile alakalı olarak bireysel randevu alınabilir. Kurs programlarına Almanca öğrenme eğitimide dahildir ve ayrıca bilgisayar ve yazıcı kullanma alanları da bulunmaktadır. Arada bir etkinlikler ve gezilerde yapıyoruz. Program kitapçığında, verilecek olan kurslarla ilgili bilgileri güncellenmiş tarihlerle bulabilirsiniz. Dilerseniz Jakominiplatz'a uğrayarak bilgi alabilir yada [www.nowa.at](http://www.nowa.at) web sitemizi inceleyebilirsiniz.

## BKS

Centar za učenje Nowa nudi kurseve i savjete za učenje u kojima se daje odgovore na pitanja o računarima ili pametnim telefonima i slično, od kojih su neki besplatni, a većina za žene. Imamo sat njemačkih konsultacija i individualne termine za sve koji žele promijeniti karijeru ili koji moraju donijeti odluku, a još ne znaju kako. Osim toga, imamo kompjuterske stanice i štampač koji možete koristiti, a uvijek postoje događaji ili izleti. Sve aktualne datume možete pronaći u programskoj knjižici, ako ne nadete, razlog više da svratite na Jakominiplatz ili da pogledate našu web stranicu [www.nowa.at](http://www.nowa.at).

## عربي

يقدم مركز التعلم NOWA دورات ونصائح تعليمية يتم فيها الرد على أسئلة حول الكمبيوتر والهواتف الذكية وما شابه ذلك ، بعضها مجاني ومعظمها للنساء. لدينا درس تدريبي في اللغة الألمانية ومواعيد فردية لكل من يريد تغيير مهنته أو من عليه اتخاذ القرار لذلك ولم يعرف بعد كيف. بالإضافة إلى ذلك ، لدينا أجهزة كمبيوتر وطابعة يمكنك استخدامها وهناك دائماً نشاطات جماعية أو رحلات. يمكن العثور على جميع المواعيد الحالية في كتيب البرنامج ، إذا لم يكن الأمر كذلك ، فهذا دافع آخر للمرور على Jakominiplatz أو لإلقاء نظرة على موقعنا الإلكتروني [www.nowa.at](http://www.nowa.at).



# Terminkalender Februar & März 2024

<b>Deutschsprechstunde</b>	Mittwoch, 14.02. Mittwoch, 28.02. Mittwoch, 13.03. Mittwoch, 27.03.	09:00 – 11:30	S. 9
<b>TypIn Frauen*schreiben*Wiki</b>	Donnerstag, 22.02. Donnerstag, 21.03.	17:30 – 19:00	S. 20
<b>Smartphone und Tablet Fortsetzungskurs</b>	Dienstag, 23.01., 30.01., 06.02. & 13.02.	09:00 – 12:00	S. 25
<b>Digi-Helpcenter</b>	Mittwoch, 07.02. Mittwoch, 21.02. Mittwoch, 06.03. Mittwoch, 20.03.	09:00 – 11:00	S. 9
<b>10 Finger System lernen und üben</b>	Dienstag, 13.02.	14:00 – 16:00	S. 22
<b>Frauensalon: Digitale Mündigkeit</b>	Dienstag, 13.02.	17:30 – 19:00	S. 20
<b>Smartphone und Tablet Grundlagenkurs</b>	Dienstag, 27.02., 05.03., 12.03. & 19.03.	09:00 – 12:00	S. 25

**Komm mit!  
Leichter Leben Raum** Dienstag, 27.02. 10:00 – 12:00 S. 18

**Computer und Internet  
Grundlagenkurs** Donnerstag, 07.03.,  
14.03., 21.03. & 28.03. 09:00 – 12:00 S. 26

**Kreatives Schreiben zum  
internationalen Frauentag** Dienstag, 12.03. 17:00 – 19:00

**Stream online Vortrag: Care-  
Krise als Kapitalismus-Krise  
mit Nancy Fraser** Donnerstag, 28.03. 18:30 – 20:00

**(simultanübersetzt)**

Die Informationen zu den Kursen und unseren regelmäßigen Angeboten (Lerntreff, Coaching, etc.) finden Sie auf den folgenden Seiten im Programmheft.

Für Fragen und Anmeldungen erreichen Sie uns telefonisch unter 0316 / 48 26 00 oder per E-Mail unter [lernzentrum@nowa.at](mailto:lernzentrum@nowa.at)

nowa  
Jakominiplatz 16 / 2. Stock  
www.nowa.at

## DAS TEAM

Argjira Bakalli, BSc



Eva Bloder, BA



Heidi Gaube,  
MA, MBA



Mag.\* Nina Hoffer



Eva Janusch



Eva Koller



Valentina Pettinger,  
MA



Bettina Ploberger-  
Leiprecht, MBA



Filiz Ugras



Mit dem nowa Team können Sie in den Räumlichkeiten am Jakominiplatz lernen, in einer Gruppe oder alleine. Zudem gibt es auf unserer Website zusätzliche Lernmöglichkeiten, sowie unsere aktuellen Termine.

## VEREIN NOWA

nowa wurde 1995 gegründet und setzt sich für Gleichstellung mit Fokus auf Frauen\* ein. Wir sind in der Erwachsenenbildung tätig und arbeiten drei Zielen zu:



Gesellschaftliche Gleichstellung  
vorantreiben



Selbstwirksamkeit  
stärken



Digitale Teilhabe  
ermöglichen

Es leitet uns die Vision, dass alle Menschen unabhängig von Gender und anderen Merkmalen (Alter, Herkunft ...) in allen gesellschaftlichen Lebensbereichen teilhaben.

Wichtig ist uns, Bildung an dem Alltag der Menschen auszurichten und Dinge gleich ausprobieren zu können. Wir schätzen die Verschiedenheit von Menschen und versuchen in unseren Weiterbildungen und Projekten ein gutes gemeinsames Tun zu stärken.

## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

### LERNTREFF

Ein:e Freund:in hat Ihnen etwas am Smartphone gezeigt, das Sie auch interessiert? Sie sind daran Format oder Text Ihrer Bewerbung oder Projektarbeit zu bearbeiten? Im nowa Lerntreff können Sie Fragen stellen und mit Unterstützung einer Lernbegleiterin zu Ihren Themen lernen.

Gerne können Sie Ihre eigenen Geräte, wie Laptop oder Smartphone mitbringen oder unsere benutzen!

**2 Stunden,  
jede Woche Montag von 9 – 11 und Donnerstag von 14 – 16.**

kostenfrei

### LERNTREFF - JOB UND WEITERBILDUNG

Es gibt Dinge, die wir immer etwas komplizierter machen, weil uns Keine gezeigt hat, wie es einfacher geht. Egal, ob Word, Excel, online Formulare oder KIs, hier können Sie einfach ohne Anmeldung vorbeikommen und Ihre Fragen stellen. Oder Sie loggen sich von zu Hause oder aus dem Büro online ein.

**1 Stunde,  
jede Woche Donnerstag 16:30 – 17:30.**

kostenfrei



### DEUTSCHSPRECHSTUNDE

Sie haben selten Gelegenheit Deutsch zu sprechen? Zweimal im Monat, jeweils am Mittwoch, 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. Einfach kommen und mitreden!

**2,5 Stunden,  
jeden zweiten Mittwoch von 9 – 11:30.**

kostenfrei

### DIGI-HELPCENTER

Ob beruflich oder privat, unser Alltag wird immer „digitaler“. Im Digi-Helpcenter geben wir Ihnen Tipps rund das Smartphone und den Computer wie zum Beispiel zu Bus, Bahn und google maps für das Leben in Graz und vieles Mehr. Sie können auch mit konkreten Fragen zu einem Programm kommen und wir versuchen gemeinsam das Problem zu lösen, z.B.: Sprache umstellen oder online-Formulare ausfüllen. Das Angebot richtet sich an migrantische Frauen\*. Auf Anfrage bieten wir das Digi-Helpcenter auf türkisch oder englisch an.

**2 Stunden,  
jeden zweiten Mittwoch von 9 – 11.**

kostenfrei

## BERATUNG & BEGLEITUNG

### LERNBEGLEITUNG

Sie haben sich vorgenommen etwas Neues zu lernen und fragen sich, wie Sie alles unter einen Hut bekommen? Oder es ist schon länger her, dass Sie für eine Prüfung gelernt und eine Präsentation gehalten haben? Wir erstellen mit Ihnen Ihren persönlichen Lernplan oder unterstützen Sie bei den ersten Schritten und einer guten Planung.

kostenfrei

**Termine individuell vereinbar:**

**Anmeldung telefonisch, per Mail oder vor Ort.**

### 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 welche ein.

kostenfrei



**Termine individuell vereinbar:**

**Anmeldung telefonisch, per Mail oder vor Ort.**

## NOTIZEN AN MICH

**Was war das Letzte, das ich gelernt habe?**

**Was kann ich gut, das echt außergewöhnlich oder etwas „eigen“ ist?**

**Was ist das Nächste, das ich lernen will?**

**Wenn ich eine Fähigkeit allen Menschen für die Zukunft mitgeben würde, was wäre das?**

### COACHING – COMPUTER

Sie möchten ein neues Programm lernen und benötigen dazu eine rasche Einschulung? Dann ist ein Fachcoaching mit einer nowa-Expertin genau das Richtige. Ob Office Programme, Bildbearbeitung oder Internet, wir nehmen uns Zeit und suchen Lösungen für Ihre Anliegen.

EUR  
30 – 90

**1 Stunde. Termine individuell vereinbar:  
Anmeldung telefonisch, per Mail oder vor Ort.**

### COACHING – NOWA KOMMT NACH HAUSE

Haben Sie Fragen zu Ihrem Computer und wünschen sich, dass Ihre Fragen bei Ihnen zu Hause geklärt werden? Etwa lässt sich Ihr Drucker nicht verbinden oder Sie haben eine Frage zu Ihrem WLAN-Router?

Preis:  
auf  
Anfrage

**1 Stunde. Termine individuell vereinbar: Anmeldung  
telefonisch oder per Mail. Förderung vom Senior:innenbüro  
für Grazer Senior:innen.**



### ERSTE HILFE FORMATIERUNG\*

Du musst nächste Woche deine Arbeit abgeben und egal was du versuchst, es wird nicht so wie du willst? Bei nowa haben wir EDV Trainerinnen, die mit dir schnell und unkompliziert deine Texte in die gewünschte Form bringen und dir zeigen, wie es geht.

Preis:  
auf  
Anfrage

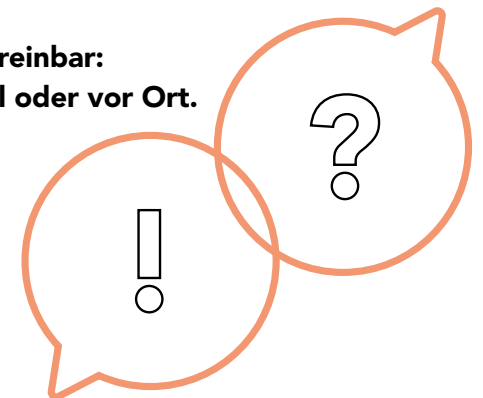
**\*Dieses Angebot richtet sich besonders an Studentinnen und Schülerinnen. Erstes Coaching ist kostenlos.**

### 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:in oder Fortgeschrittene:r, in einem Fachcoaching wird Ihnen gezielt weitergeholfen.

EUR  
30 – 90

**1 Stunde. Termine individuell vereinbar:  
Anmeldung telefonisch, per Mail oder vor Ort.**





# JETZT WIRD ES PERSÖNLICH

## DAS SELBSTBILD

Stufen Sie sich nach den vorgegebenen Merkmalen ein. Überlegen Sie, ob eine Eigenschaft bei Ihnen eher stärker oder schwächer ausgeprägt ist. Kreuzen Sie in dem folgenden Selbsteinschätzungsbogen die einzelnen Punkte an.

EIGENSCHAFT	schwach <> stark						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
ICH							
kann gut organisieren							
bin belastbar							
bin wissbegierig							
arbeite gewissenhaft							
bin selbstständig							
lerne gerne							

## DAS FREMDBILD

Manchmal haben wir blinde Flecken...

Vielleicht haben Sie Lust, eine andere Person (z.B. Freund:in, Lebenspartner:in oder Arbeitskolleg:in) diese Tabelle für Sie ausfüllen zu lassen, um mehr über sich zu erfahren.

EIGENSCHAFT	schwach <> stark						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
SIE							
kann gut organisieren							
ist belastbar							
ist wissbegierig							
arbeitet gewissenhaft							
ist selbstständig							
lernt gerne							



### COACHING – BERUFLICHE VERÄNDERUNG

Sie stehen vor einer beruflichen Veränderung oder sind am Überlegen, wie Sie nach der Karenz weitermachen wollen? Sie sind sich unschlüssig, ob Ihre beruflichen Aufgaben mit Ihrem Alltag vereinbar sind?

EUR  
30 – 90

**1 Stunde. Erstes Coaching ist kostenlos.**  
**Terminvereinbarung telefonisch, per Mail oder vor Ort.**

---

### KOMMUNIKATION UND PERSÖNLICHKEIT

Eine klare Kommunikation ist weit mehr als das gesprochene Wort. Sie reicht von Sprache, über Ausdruck bis hin zu Emotionen. In diesem Workshop schauen wir uns an, wie Ihre Persönlichkeit Ihren Kommunikationsstil beeinflusst.

EUR  
26

**2 Stunden.**  
**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

---

### GUT PRÄSENTIERT!

Viele von uns präsentieren nicht jeden Tag und sind davor oft nervös. In diesem Workshop geben wir Tipps für den sicheren Auftritt und üben uns darin zu präsentieren.

EUR  
26

**2 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.**

### KÖRPER.SPRACHE

Es gibt 6.000 Sprachen aber nur EINE, die alle Menschen verwenden: Die Körpersprache. Im Workshop schauen wir uns an, wie sich unsere Gedanken in der Körperhaltung ausdrücken und wie wir auf Andere wirken. Wenn beides zusammenpasst, sind wir authentisch und für Andere überzeugend.

EUR  
39

**3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.**

---

### RESILIENZ

Was macht uns stark? Dieser Frage ist die Wissenschaft schon lange auf der Spur. Und hat dabei die Resilienz, unsere innere Widerstandskraft, entdeckt. Was es damit auf sich hat und wie wir diese sinnvoll nutzen können, probieren wir mit praktischen Übungen aus.

EUR  
19 – 39

**3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.**  
**Förderung vom Senior:innenbüro für Grazer Senior:innen.**



### RESILIENZSPAZIERGANG

Resilienz ist die innere Widerstandskraft. Auf diesem Spaziergang geben wir Ihnen ein paar Gedanken und Übungen dazu mit. Wozu? Um sich zwischendurch Zeit für sich zu nehmen und den Alltag zu reflektieren.

kostenfrei

**2 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

### KOMM MIT! WIR ENTDECKEN GRAZ

Wir besuchen Unternehmen, öffentliche Orte und Persönlichkeiten in Graz und lernen neue Plätze und Lebensgeschichten kennen. Wir erkunden historische Orte oder begeben uns auf Spurensuche nach Skulpturen, Gebäuden und mehr, die von Frauen\* beeinflusst oder gestaltet wurden.

EUR  
0 – 10

**Ca. 3 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

### DIE GUTE STUNDE

Wir hätten uns nicht gedacht, dass auch online so eine gute Stimmung aufkommen kann. Mit Kulturveranstaltungen ist Digitales und Lernen schön zu verknüpfen. Wir streamen Lesungen, Konzerte, etc. aus Deutschland und laden Sie alle herzlich ein!

kostenfrei

**2 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

### ONLINE FLOHMARKT WILLHABEN

Willhaben ist eine der meist genutzten Internetseiten in Österreich. Über willhaben können Sie Gebrauchtes kaufen und verkaufen oder Dinge in Ihrer Nähe finden, die andere verschenken. Wir zeigen Ihnen in dem Kurs wie Sie Fotos hochladen, eine Anzeige erstellen, sich registrieren, Seltenes suchen können.

EUR  
39

**3 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

## FRAUEN\*SALON

Es gibt unzählige beeindruckende Frauen\*. Manche davon können Sie im nowa Frauensalon kennenlernen. Wir bekommen Einblicke in die Arbeit und den Alltag spannender Frauen. Im Anschluss tauschen wir uns in einer gemütlichen Runde darüber aus und diskutieren über die Themen des Abends.

kostenfrei

**2 Stunden.**

**Termine 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 hinzufügen oder um gemeinsam zu recherchieren und Tipps zum Schreiben zu bekommen.

kostenfrei

**1,5 Stunden, 1-mal im Monat.**

**Termine finden Sie im beiliegenden Terminkalender.**

## FILMABEND SURPRISE

Wir lieben Filme und Popcorn fast noch mehr. Lassen Sie sich überraschen, wir haben für Sie wieder tolle Filme ausgesucht. Für Getränke und Knabbereien ist gesorgt. Wir freuen uns auf Sie, egal ob Sie schon einmal bei uns waren oder zum ersten Mal kommen.

kostenfrei

**Ca. 3 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

## KIs NUTZEN?

Erfahren Sie, was Künstliche Intelligenz mit (Un-)Gleichstellung zu tun hat. Außerdem zeigen wir Ihnen was KI kann und probieren gemeinsam ein paar Anwendungen aus. KIs können uns zum Beispiel unterstützen Texte zu erstellen oder zu übersetzen und Grafiken zu erzeugen.

kostenfrei

**2 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**



*Diese Grafik wurde von der KI DALL-E erstellt*

### 10-FINGER SYSTEM LERNEN UND ÜBEN

Sie vertippen sich oft oder verwenden nur einzelne Finger zum Tippen? Wir zeigen Ihnen das 10-Finger System, machen erste gemeinsame Übungen in der Gruppe und planen einen Folgetermin zum weiteren Festigen.

EUR  
26

**2 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

---

### TASTENKOMBIS UND TIPPS

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen Tipps zu Tastenkombis mit Windows und wie sie sich manche Arbeiten am Computer vereinfachen können. Neben schnellen Kopier- und Einfügeoptionen zeigen wir Ihnen wie sie zum Beispiel schnell die Anzeige vergrößern können oder ihre Excel Tabelle neben der Email mit den Daten anzeigen können und vieles mehr.

EUR  
26

**2 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

### ONLINE KAUFEN UND ZAHLEN

Es gibt online günstige Angebote für diverse Produkte und Dienstleistungen. Oder Sie nutzen das Internet für Preisvergleiche. In dem Kurs zeigen wir Ihnen verschiedene Arten online zu bezahlen von Zahlung auf Rechnung, direkten Überweisungen und anderen Wegen. Außerdem gibt es Zeit für Ihre Fragen zum Thema.

EUR  
39

**3 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**



## COMPUTER, SMARTPHONE & TABLET

### FOTOS SMART SORTIERT

Auf unseren Smartphones befinden sich meist unzählige Fotos. Um den Überblick zu behalten, eignen sich Ordner. Auch für das Übertragen oder Sichern, ist das vorab Sortieren praktisch und erspart Nerven und Zeit.

EUR  
26

**2 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**

### DATENSICHERUNG

Lernen Sie die Grundlagen um Fotos oder andere Dateien gezielt zu speichern. Wir erklären Ihnen unter anderem was eine Cloud ist und gehen auf Vor- und Nachteile von verschiedenen Backup-Möglichkeiten ein.

EUR  
39

**3 Stunden.**

**Termine im beiliegenden Terminkalender.**



## VIERTHEILIGE KURSE – SMARTPHONE UND TABLET

### SMARTPHONE UND TABLET GRUNDLAGEN - VIERTHEILIG

In diesem Kurs erlernen Sie die Bedienung von handelsüblichen Smartphones und Tablets von Grund auf.

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

EUR  
40 – 80

**4-teilig, jeweils 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.**  
**Für Grazer Senior:innen EUR 40 durch eine Förderung des Senior:innenbüros. nowa stellt bei Bedarf Geräte zur Verfügung.**

### SMARTPHONE UND TABLET FORTSETZUNG - VIERTHEILIG

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

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

EUR  
40 – 80

**4-teilig, jeweils 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.**  
**Für Grazer Senior:innen EUR 40 durch eine Förderung des Senior:innenbüros.**

## VIERTHEILIGE KURSE – COMPUTER UND INTERNET

### COMPUTER UND INTERNET GRUNDLAGEN – VIERTHEILIG

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  
40 – 80

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

**4-teilig, jeweils 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.**  
**Für Grazer Senior:innen EUR 40 durch eine Förderung des Senior:innenbüros.**

### COMPUTER UND INTERNET FORTSETZUNG – VIERTHEILIG

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  
40 – 80

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

**4-teilig, jeweils 3 Stunden. Termine im beiliegenden Terminkalender.**  
**Für Grazer Senior:innen EUR 40 durch eine Förderung des Senior:innenbüros.**

## GENDER, DIVERSITÄT UND METHODIK

### GENDERKOMPETENZ MODULE 1-4

- Modul 1: Was ist Gleichstellung?
- Modul 2: Wie kann ich Gender Gleichstellung zuarbeiten?
- Modul 3: Was hat Diversität und Intersektionalität mit mir zu tun?
- Modul 4: Welche Kompetenzen braucht es für diversitätsorientiertes Agieren?

EUR  
165

**Jedes Modul dauert 7 Stunden.**  
**Termine im beiliegenden Terminkalender**  
**Alle Module sind wba-zertifiziert und entsprechen den AMS-Kriterien.**



### BEGLEITUNG GENDER EQUALITY

Wir begleiten Organisationen, die sich mit dem Thema Gender beschäftigen und ihren Mitarbeiter:innen gendergerechte Strukturen und Aktivitäten anbieten wollen. Je nach Ihrem Bedarf arbeiten wir etwa in Gesprächen und Workshops mit dem Team Handlungsempfehlungen aus oder beraten Führungskräfte bei der Entwicklung und Implementierung von gleichstellungsorientierten Maßnahmen. Kontaktieren Sie uns für einen unverbindlichen Austausch oder wenn Sie mehr wissen wollen.

Preis:  
auf  
Anfrage





Jakominiplatz 16 / 2. Stock  
 8010 Graz  
 +43 316 482600  
 lernzentrum@nowa.at  
 👍 nowa.at

## FÖRDERGEBER:INNEN



## IMPRESSUM

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

ZVR: 356136676

Die Allgemeinen  
 Geschäftsbedingungen  
 finden Sie auf unserer  
 Homepage.

**nowa.at**