

# Weiterbildung für Frauen

## Einzel-Coaching rund um den Beruf

Ein Coaching unterstützt Sie, im Zusammenhang mit allen beruflichen Entscheidungen Lösungen zu finden. Im vertraulichen Gespräch können Sie z.B.:

- Ihre Stärken erkennen
- Über den passenden Job nachdenken
- Sich auf ein Bewerbungsgespräch oder Auswahlverfahren vorbereiten
- Den Wiedereinstieg planen
- Belastende Situationen am Arbeitsplatz besprechen

**Kostenfrei**  
gefördert vom Land Stmk.



### Termine im Frühjahr 2026

Donnerstag, 19. März  
Donnerstag, 30. April  
Donnerstag, 11. Juni

### Mögliche Uhrzeiten

10:00 – 11:00 | 11:30 – 12:30  
13:30 – 14:30 | 15:00 – 16:00

### Bitte um Anmeldung

**Anmeldung: Bettina Ploberger, 0650 482 600-6, [bettina.ploberger@nowa.at](mailto:bettina.ploberger@nowa.at)**  
**Ort:** Kulturheim Wundschuh, Kalvarienbergstr. 14, 8142 Wundschuh

Im Auftrag des Landes Steiermark bietet **nova** in Kooperation mit der Gemeinde Wundschuh **kostenfreie Kurse, Workshops und Beruf coaching** an.

Die Möglichkeit, sich nahe am Wohnort weiterbilden zu können, ist **wichtig für einen passenden Job und einen sicheren Arbeitsplatz**. Auch was gelernt wird und wie die Weiterbildung abläuft, spielt eine Rolle. Deshalb gibt es bei uns

- Kurse und Workshops, bei denen in einer kleinen Gruppe im eigenen Tempo gelernt werden kann um z.B. den Computer, Handy und Internet im Griff zu haben oder die Persönlichkeit durch klare Kommunikation und Widerstandskraft zu stärken.
- Im Einzel-Coaching können persönliche Themen rund um den Beruf besprochen werden wie z.B. Grenzen zu setzen, Klartext zu reden, belastende Situationen am Arbeitsplatz zu lösen oder eigene Fähigkeiten zu erkennen und sich erfolgreich zu bewerben.

Alle unsere Bildungsangebote sind für Frauen gemacht, kostenfrei und vertraulich.

### Teilnehmen können

**alle Frauen im erwerbsfähigen Alter** aus den steirischen Regionen Graz-Umgebung, Hartberg-Fürstenfeld und Leoben (ausgenommen: am AMS gemeldet und Pensionistinnen).



„Das Coaching hat mir die Kraft gegeben, dranzubleiben und mich schließlich beruflich neu zu orientieren.“

### Kontakt und Informationen Verein nova

**Bettina Ploberger**

0316 482 600-16

bettina.ploberger@nova.at

**Eva Bloder**

0316 482 600-18

eva.bloder@nova.at

**nova** ist ein überparteilicher, gemeinnütziger Regionalverein. Mitglieder sind die Stadt Graz und Gemeinden aus Graz Umgebung. Wir fördern Chancengleichheit von Frauen in der Bildung, auf dem Arbeitsmarkt und der Regionalentwicklung.