

# LERNEN in jeder Lebensphase ein Gewinn:

Will ich wirklich  
so weitermachen  
bis zur Pension?

?

Soll das schon  
alles  
gewesen sein?

Wissen  
auffrischen

?

Kann ich mich  
mitten im Leben  
noch einmal  
neu orientieren?

?

*Wenn Sie sich solche oder ähnliche Fragen  
auch öfters stellen, dann ist das ein  
guter Zeitpunkt für eine Beratung.  
Vereinbaren Sie noch heute einen Termin  
mit unseren BeraterInnen!*

Die Beratung ist gefördert  
und daher für Sie kostenlos!



Gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums  
für Bildung und Frauen, des Europäischen Sozialfonds  
und des Landes Steiermark.



**Bildungsberatung Steiermark**  
Bildungsnetzwerk Steiermark  
Niesenberggasse 59  
8020 Graz  
[www.bildungsberatung-stmk.at](http://www.bildungsberatung-stmk.at)

# BILDUNGS BERATUNG 50plus



**Wissen über Tablet und Smartphone  
| Sprachen | Kunst | Bewegung | EDV  
| Kochen | Gedächtnistraining  
| Auffrischen beruflicher Kenntnisse  
| Ehrenamt | Vorträge ...**

Anfragen und Terminvereinbarungen bei  
**Mag.<sup>a</sup> Manuela Gössmann – Süd-/Weststeiermark  
und Graz Umgebung**  
Tel. 0664 83 47 159  
**Ing.<sup>in</sup> Andrea Hartleben – Oberes Murtal**  
Tel. 0664 83 46 175  
**Mag.<sup>a</sup> Susanne Zierer – Südost- und Oststeiermark**  
Tel. 0664 83 47 156



[www.bildungsberatung-stmk.at](http://www.bildungsberatung-stmk.at)

# Spezielle THEMEN in der Bildungsberatung 50plus

Das Älterwerden ist mit Freuden, jedoch auch mit Ängsten und Belastungen verbunden. Das Lernen und die Lust, Neues zu entdecken, hört nicht auf, sondern stellt ein wichtiges "Anti-Aging"-Programm für Körper und Geist dar.

## Mögliche Themenfelder in der Beratung:

- Beruflich nochmals durchstarten (wann, wenn nicht jetzt?)
- Berufsausstiegsmöglichkeiten flexibel planen
- Angebote und Ideen für neues Engagement finden – beruflich oder ehrenamtlich
- Kennenlernen der Vielfalt von Sport-, Bildungs-, Kultur- und Freizeitangeboten

## Verschiedene Beratungsformen werden angeboten:

- Einzelberatung: Neue Visionen für die spät- und nachberufliche Phase finden.
- Gruppenberatung: Abwechslungsreiche Gruppenmethoden, bei denen Ihre Interessen im Mittelpunkt stehen.
- Themenspezifische Veranstaltungen: Vorträge, Workshops, Diskussionsrunden und mehr.

# SPEZIELL LOHNENDE LERNBEREICHE 50PLUS ...

Das Lernen begleitet uns selbstverständlich ein Leben lang. Doch die Interessen, Themen und Perspektiven verändern sich. So gibt es auch in dieser Lebensphase neu erwachende Interessen, spannende Abenteuer und lang gehegte Projekte zu entdecken. Die „späte Freiheit“ kann aktiv gestaltet werden.

Auffrischen  
beruflicher  
Kenntnisse

Garten,  
Pflanzen, Umwelt,  
Tiere, Bewegung,  
Sport, Gesundheit,  
Ernährung

Geistiges  
Training,  
Sprachen,  
Persönlichkeits-  
bildung

Ehrenamt,  
soziale Projekte  
initiiieren

EDV, Internet,  
soziale Medien,  
Tablet &  
Smartphone

# ... und wie man solche Lern-Angebote FINDET.

In der Beratung können Sie mit uns gemeinsam herausfinden, welche Lernbereiche für Sie in dieser Lebensphase von speziellem Interesse und förderlich sind.

Dazu erhalten Sie aktuelle Informationen über

- Kurse und Workshops, Weiterbildungen sowie berufsspezifische Kursangebote
- verschiedene Möglichkeiten für Gedächtnistraining
- Tablet-, Computer- und Handy-Kurse
- Informationen zu Vereinen und Initiativen
- Lernen und Bildungsmöglichkeiten im Internet

... und vieles mehr, ganz in Ihrer Nähe.

Fragen Sie Ihre regionale Bildungsberaterin:



Anfragen und Terminvereinbarungen bei  
Mag.<sup>a</sup> Manuela Gössmann  
Süd-/Weststeiermark und Graz Umgebung  
Tel. 0664 / 83 47 159

Ing.<sup>in</sup> Andrea Hartleben – Oberes Murtal  
Tel. 0664 / 83 46 175

Mag.<sup>a</sup> Susanne Zierer – Südost- und Oststeiermark  
Tel. 0664 / 83 47 156