

# Anfragen und Terminvereinbarungen bei:

Informationen und Anfragen unter  
BildungsnetzwerkBildungsberatung

SteiermarkTel. 0316 / 821373

Email: bildungsinformation@eb-stmk.at

Im Netz: <http://bildungsberatung-stmk.at>

Persönliche Termine bei

**Mag.<sup>a</sup> Manuela Gössmann**

Süd-/Weststeiermark und Graz Umgebung

Tel. 0664 / 83 47 159



## Bildungsberatung Österreich Netzwerk Steiermark

Erwachsenenbildung



Bildungs- und  
Berufsberatung  
für die zweite  
Lebenshälfte



0800 | 215 430



Up-Date beruflicher Kenntnisse /  
Burn-Out-Vermeidung / Bildung für Freizeit  
und Gesundheit / Wissen über digitale Medien  
und Geräte / Pensionsvorbereitung /  
ehrenamtliche Tätigkeiten

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

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

**BMB**  
Bundesministerium  
für Bildung



EUROPÄISCHE UNION  
Europäischer Sozialfonds



Das Land  
Steiermark

→ Bildung und Gesellschaft



BILDUNGS  
NETZWERK  
STEIERMARK

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

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?)
- Berufsausstieg 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:



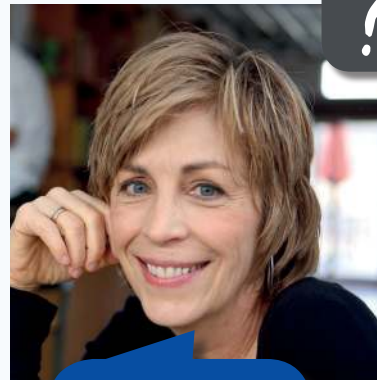
- Einzelberatung: Neue Visionen für die spät- und nachberufliche Phase finden
- Gruppenberatung: Abwechslungsreiche Gruppenmethoden, bei denen Ihre Interessen im Mittelpunkt stehen
- Themenspezifische Veranstaltungen: Vorträge, Workshops, Diskussionsrunden und mehr

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.



*Kenntnisse auffrischen*

*Vieles ist möglich, aber was ist genau Meins?*



*Die Zeit bis zur Pension gut gestalten!*



*Mitten im Leben neu orientieren!*



### "Wir informieren Sie zu den Themen..."

- Up-Date beruflicher Kenntnisse
- Burn-Out-Vermeidung
- Sprachkurse und Bildungsreisen
- Genuss-Schulungen, Weinverkostung, Brot backen ...
- Gesundheitswissen, Rückentraining, Kräuterapotheke ...
- Wissen über digitale Medien und Geräte (Tablet-Kurs, Handy-Workshop, gratis Lernquellen im Internet)
- Pensionsvorbereitung, Rechtliches und reiflich Überlegtes
- Sinnvolles Tun, ehrenamtliche Tätigkeiten, Vereinsarbeit, Talente-Tauschbörsen

