

Welche Spuren sind denkbar?

Wie wollen wir dieses Ziel erreichen?

Worum geht es beim Spurenwechsel?

## Organisatorisches

**DAUER**  
13 Wochen mit je drei Vormittagen. Montag, Mittwoch, Freitag, jeweils von 8.30 Uhr bis 11.30 Uhr (an schulfreien Tagen ist kein Kurs!)

**ANWESENHEIT**  
während des gesamten Kurses ist Voraussetzung!

**KOSTEN FÜR DEN GESAMTEN KURS**  
pro Teilnehmerin:  
€ 182,00

**ZUR ANMELDUNG**  
ist erforderlich:  
Besuch des Info-Abends, schriftliche Anmeldung, eventuell Rücksprache mit der Projektleiterin.

**PROJEKTLEITERIN**  
Ursula Kraemer, M.A.,  
Trainerin und Coach,  
Mutter von drei Kindern

**AUSKÜNFTE**  
**VERANSTALTERIN**  
Frauenreferat  
der Vorarlberger  
Landesregierung  
Römerstraße 15  
6900 Bregenz  
T 05574/511-24136



Herausgeberin und für den Inhalt verantwortlich: Frauenreferat der Vorarlberger Landesregierung, Grafik: Bertolini L&DT, Druck: Bucher, Hohenems, gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

## Motivierungs- und Orientierungskurs für Frauen



Für wen ist der Kurs Spurenwechsel?





## Für wen ist der Kurs Spurenwechsel?

Der Kurs SPURENWECHSEL wendet sich an Frauen,

- die sich und ihre Situation verändern wollen,
- die neugierig sind und neue Lebensbereiche kennen lernen wollen,
- die ihre Karenzzeit nützen wollen,
- die mit den in der Familienarbeit erworbenen Fähigkeiten etwas Neues anfangen wollen und/oder den Wunsch mitbringen, neue Möglichkeiten für sich zu entdecken.



## Worum geht es beim Spurenwechsel?

- Ich will mich verändern und bin bereit, in diese Veränderung Zeit und Arbeit zu investieren ...
- Ich will nicht berufstätig sein – was kann und möchte ich sonst tun ...
- Ich will berufstätig sein – welche Berufsmöglichkeiten kann und möchte ich aufgreifen ...
- Ich will meine Erfahrungen, meine Kreativität und mein Wissen auch außerhalb der Familie einsetzen ...
- Ich bin neugierig und informationshungrig ...
- Ich will meine Talente erkennen ...
- Ich will meine in der Familie erworbenen Fähigkeiten anderweitig einsetzen ...



## Welche Spuren sind denkbar?

- außerhäusliche Erwerbstätigkeit
- Aus- und Weiterbildung
- soziale Tätigkeit
- kreative Tätigkeit
- politische Tätigkeit
- ...



## Wie wollen wir dieses Ziel erreichen?

Frauen mit ihren Wünschen, Bedürfnissen und Erfahrungen stehen im Mittelpunkt. Es werden verschiedene konkrete Möglichkeiten zur weiteren Lebensgestaltung

- durch Erfahrungsaustausch
- durch Wissensvermittlung
- durch Selbsterfahrung aufgezeigt.

