



Neustart
jetzt

smart
lernen

digitale
Kompe-
tenz

WEITER-
BILDUNG

INA Next Step
Zukunftssicher durch digitale Kompetenz

ein Projekt der
Frau und Beruf GmbH

GEP Center:
Chamonixstraße 3-6
82467 Garmisch-Partenkirchen

IQ Murnau:
James-Loeb-Straße 11
82418 Murnau

www.frau-und-beruf.net/ina

INA

ESF-GEFÖRDERTE WEITERBILDUNG

INTEGRATION IN ARBEIT

Anpassungsqualifizierung für Arbeitsuchende 13.04.2026 - 13.08.2026 Teilzeit, in Präsenz und online



gefördert von



Europäischer Sozialfonds Plus
in Bayern

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



In Zusammenarbeit mit



Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit Bad Tölz / Wolfratshausen



FRAU & BERUF GmbH

INA

Next Step

Wichtige Details
zur
Weiterbildung

Wann? 13.04.2026 – 13.08.2026
Mo. – Fr. 8.45 bis 12.45 Uhr
und ab dem 15.06. Mo. bis Do.

Wo? IQ - James-Loeb-Straße 11 - Murnau
Oder
Online: ca. 1 bis 2 Tage pro Woche online

WER? ALLE (M / W / D) sind willkommen!
Arbeitslose und Langzeitarbeitslose
Kleine Gruppe (8 -10 Teilnehmer:innen)

Kontakt: Marina Clavet
Tel: 0151 41 37 56 62
E-Mail: marina.clavet@frau-und-beruf.net

Natalia Motychak
Tel: 0152 568 127 22
E-Mail: natalya.motychak@frau-und-beruf.net



Frau & Beruf GmbH - INA Digital Murnau



Next Step

Inhalt der Qualifikations- maßnahme

Modul 1: Bewerbungsmanagement

- **Kompetenzen** aufbauen,
- Berufliche Neuorientierung entwickeln
- **Aktive Unterstützung** bei der Jobsuche
- Training von **Vorstellungsgesprächen & Coaching**

Modul 2: Qualifizierung EDV

- **Vertiefung MS-Office** (Word, Excel, Power Point),
- Einsatz von **KI** und **digitalen Tools** im Beruf
- **Zertifikat Digitalführerschein**

Modul 3: Berufliche Balance und persönliche Weiterentwicklung

- **Selbst-** und **Veränderungsmanagement**
- **Resilienz** und konstruktiver Umgang mit Stress
- **Selbstwirksamkeit** und **Kommunikation**

BONUS:

- ☒ **Betriebsbesuche, 2 Wo. Betriebspraktikum**
- ☒ **Alle Teilnehmenden bekommen ein Leihnotebook.**



Frau & Beruf GmbH - INA Digital Murnau



Next Step

Ziele des Qualifikations- maßnahmen

Unser Angebot für Sie:

1. Sie **erwerben aktuelles Wissen von Kompetenzen** für die **Arbeitswelt** von heute und morgen
2. Sie bringen Ihre **EDV-Kenntnisse** (und andere wichtige digitale Tools) auf **den aktuellen Stand**
3. Sie lernen bei **Betriebsbesuchen** und einem **Praktikum Arbeitgeber** kennen
4. Sie entwickeln **neue berufliche Perspektiven**
5. Sie bekommen **Unterstützung während des gesamten Bewerbungsprozesses**



Frau & Beruf GmbH - INA Digital Murnau