



## Oltech Fokus

- Standort:** Oltech GmbH, Aarburgerstrasse 138, 4600 Olten  
Tel. 062 287 33 33 / Fax 062 287 33 34
- Anmeldung:** Frontoffice: Tel. 062 287 33 43  
E-Mail: info@oltech.ch
- Teilnehmenden-Profil:**
- Verständigung und Austausch zu vertrauten und persönlichen Themen ist auf Deutsch möglich
  - Ausbildung bis Niveau Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis
  - Befinden sich in einer persönlich und/oder gesundheitlich schwierigen Lebenssituation
- Ziele:** Die Teilnehmenden ...
- ... kennen ihre Stärken in der Arbeit und haben ihr Selbstvertrauen gesteigert
  - ... bewerben sich um realistische und passende Stellen
  - ... kennen den Umgang mit dem Computer für die Stellensuche und haben ein überzeugendes Bewerbungsdossier erstellt
- Inhalte:**
- Arbeit in einer der folgenden Abteilungen: Metall, Montage, Kabelkonfektion, Gastronomie, Reinigung, Recycling oder Oeko-Projekt
  - Anleitung und Rückmeldung bei der Arbeit und am Computer
  - Leistungsmessungen und weitere Tests
  - Festlegung von konkreten und persönlichen Zielen für die Integration
  - Zugang zu Computer, Drucker und Internet
  - Stärkung von Kompetenzen wie Auftritt und Umgang mit Konflikten bei der Arbeit
  - Übungen zum Umgang mit Stress und Blockaden
  - Schulungen und Coachings in der Gruppe und mit einem persönlichen Coach
- Unterstützung Stellensuche:**
- Anwenden von passenden Bewerbungsstrategien, Umsetzen von Bewerbungstipps
  - Üben von Vorstellungsgesprächen
  - Zusammenstellung eines Bewerbungsdossiers mit Lebenslauf und Motivationsschreiben
  - Verbesserung der Computerkenntnisse mit direktem Bezug zur Stellensuche