

# SPRUNGBRETT-WORKSHOPS FÜR SCHÜLER:INNEN

## GEMEINSAM RICHTUNG ZUKUNFT

Der Verein sprungbrett für Mädchen\* und junge Frauen\* möchte für Ihre Schüler:innen ein **Sprungbrett in die Zukunft** sein. Wir bieten Workshops zu den Themen Berufs- und Studienorientierung, Sexualpädagogik, Empowerment und Self-Performance an – kostenlos. Das Angebot richtet sich an junge Frauen und TIN\*-Personen (trans\*, inter\*, nicht-binär), vorzugsweise aus einem Klassenverband (das Alter variiert je nach Workshop), findet im sprungbrett selbst oder direkt an Ihrer Schule statt.



SCHULSTUFE 8, 9 6-12 MÄDCHEN\*

WO? IM SPRUNGBRETT | 6 UE

### youngFIT - Check it out: METALL und ELEKTRO

Der Workshop ermöglicht das Ausprobieren von Handwerk/Technik in der Werkstatt. Die jungen Frauen\* bekommen Einblicke in aktuelle Trends am Arbeitsmarkt und Tipps, wie die Lehrstellensuche gut gelingt.

SCHULSTUFE 8, 9 6-12 MÄDCHEN\*

WO? IM SPRUNGBRETT | 6 UE

### youngFIT - Self-Performance Workshop

Wir machen Ihre Schüler:innen fit für ihr nächstes Vorstellungsgespräch! Sie erhalten nützliche Tools, wie sie ein Bewerbungsvideo erstellen und von ihren eigenen Fähigkeiten überzeugen können.

SCHULSTUFE 8, 9 6-12 MÄDCHEN\*

WO? VOR ORT IN IHRER SCHULE | 3 UE

### youngFIT - Technik-Mini-Workshops an Ihrer Schule

Wir kommen an Ihre Schule und unterstützen Ihre Schüler:innen bei der Berufsorientierung! Mit im Gepäck:

- Mini-Hands-on-Stationen zu Metall, Elektro und IT
- Einblicke in aktuelle Trends am Arbeitsmarkt und in FIT-Lehrberufe

FREIE PLÄTZE AB JÄNNER 2025

SCHULSTUFE 10-13 UNBEGRENZTE TN\*

WO? VOR ORT IN IHRER SCHULE | 1-3 UE

### FIT - Studienorientierungs-Workshops

Student:innen aus Naturwissenschaft und Technik erzählen von ihren Studien- und Arbeitserfahrungen, geben Infos über das breite Studienangebot, über die richtige Studienwahl sowie die FIT-Infotage. Bei mehrstündigen Workshops beschäftigen wir uns mit künstlicher Intelligenz, fragen uns, wie genau sie funktioniert und untersuchen ihren „gender bias“.

SCHULSTUFE 7, 8, 9 MAX. 12 MÄDCHEN\*

WO? IM SPRUNGBRETT | 3 UE

### Sexualität - Du und dein Körper

Wir beschäftigen uns mit den Themen Körper, Veränderungen in der Pubertät, Menstruation, Verhütung und mit unterschiedlichen Identitäts- und Beziehungskonzepten.

FREIE PLÄTZE AB JÄNNER 2025

SCHULSTUFE 7, 8, 9 MAX. 12 MÄDCHEN\*

WO? IM SPRUNGBRETT | 3 UE

### Selbstbehauptung – Nein sagen erwünscht!

Wir möchten Ihre Schüler:innen ermutigen, ihre eigenen Grenzen wahrzunehmen und zu sich selbst zu stehen. Was heißt Selbstbehauptung und wann darf man „Nein“ sagen?

FREIE PLÄTZE AB JÄNNER 2025

## ANMELDUNG AB SOFORT:

[sprungbrett.or.at/schulworkshops](https://sprungbrett.or.at/schulworkshops)  
oder unter: [schule@sprungbrett.or.at](mailto:schule@sprungbrett.or.at)

Für einen FIT-Studienorientierungs-Workshop:  
[fitwien@sprungbrett.or.at](mailto:fitwien@sprungbrett.or.at)



### YOUNGFIT

ist ein Programm für junge Frauen und TIN\*-Personen zwischen 15-21 Jahren, die sich für einen Lehrberuf in Handwerk & Technik interessieren.

[youngfit@sprungbrett.or.at](mailto:youngfit@sprungbrett.or.at)  
0677/63820332

SCHULSTUFE 7, 8 MAX. 12 MÄDCHEN\*

WO? IM SPRUNGBRETT | 3 UE

### Berufsorientierung Schritt für Schritt

Hier steht die Auseinandersetzung mit der persönlichen Zukunft Ihrer Schüler:innen im Zentrum! Was sind die eigenen Stärken? Welche unterschiedlichen Berufsbilder gibt es? Wie können die nächsten Schritte aussehen?

FREIE PLÄTZE AB JÄNNER 2025

### FIT – FEM\* IN TECH SPRUNGBRETT

ist DAS Studienorientierungsprogramm für Oberstufenschüler:innen. Wir beantworten alle Fragen rund ums Studieren und motivieren junge Frauen und TIN\*-Personen, MINT-Studienrichtungen anzugehen (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften, Technik).

[fitwien.at](https://fitwien.at)  
[fitwien@sprungbrett.or.at](mailto:fitwien@sprungbrett.or.at)

## GUT ZU WISSEN:

- sprungbrett ist barrierefrei.
- Die angegebene Workshopdauer ist inklusive Pausen.
- Individuelle Vereinbarungen und Themensetzungen sind möglich.

### DIE BERATUNGSSTELLE

bietet Beratung für Mädchen, junge Frauen und TIN\*-Personen zwischen 11-21 Jahren an, zu allen Themen, die sie im Zuge des Erwachsenwerdens beschäftigen.

[schule@sprungbrett.or.at](mailto:schule@sprungbrett.or.at)  
0670/4001119

### FÖRDERGEBER:INNEN

sprungbrett wird aus Mitteln des Arbeitsmarktservice Wien, der MA 57 – Frauenservice Wien, des Bundeskanzleramtes Sektion III (Frauen und Gleichstellung) sowie Sektion VI (Familie und Jugend), des Sozialministeriumservice, des Wiener Arbeitnehmer\*innen Förderungsfonds – waff und der Arbeiterkammer Wien finanziert.

DSGVO: Sie erhalten unsere Zusendungen, da Sie in der Vergangenheit Interesse an den Angeboten von sprungbrett bekundet haben. Sollten Sie diese nicht mehr erhalten wollen, ersuchen wir Sie um ein kurzes E-Mail an: [sprungbrett@sprungbrett.or.at](mailto:sprungbrett@sprungbrett.or.at)  
Stand: Juli 2024



Sozialministeriumservice Bundeskanzleramt



SPRUNGBRETT. OR. AT

BEI FRAGEN WENDEN SIE SICH JEDERZEIT AN UNS!  
WIR UNTERSTÜTZEN SIE GERNE!

Verein sprungbrett  
Beratung · Bildung · Forschung für Mädchen\* und junge Frauen\*  
Hütteldorfer Straße 81b/1/4, 1150 Wien  
01 789 45 45  
[sprungbrett@sprungbrett.or.at](mailto:sprungbrett@sprungbrett.or.at)  
ZVR-Nr. 396967361 | DVR: 0677990  
Foto: Astrid Knie  
Herstellung: druck.at, Druck- und HandelsgmbH, 2544 Leobersdorf.