



Jugend
Bildung
Wirtschaft

Vorarlberger Volkswirtschaftliche Gesellschaft

2026/27



POWER SEMINARE FÜR LEHRLINGE



Weiter kommen mit mehr
Sozial- und Selbstkompetenz!

Die perfekte Unterstützung der Lehrlingsausbildung

Liebe/r Ausbilder/in, lieber Lehrling!

Power-Kurse sind eine sehr attraktive Möglichkeit, die Sozial- und Selbstkompetenz der Jugendlichen zu stärken. Wir regen an, dass die Lehrlinge eines Betriebes möglichst zu verschiedenen Terminen angemeldet werden. Das verhindert Gruppenbildungen und erweitert den Horizont durch vielfältigere Kontakte und Auseinandersetzungen.

Die Veranstaltung

- Die Seminare finden im WIFI Dornbirn oder im WIFI Hohenems statt.
- Gruppen mit max. 15 Teilnehmer/innen ermöglichen einen intensiven Austausch.
- Alkoholverbot während der Mittagspause.
- Der Spezialpreis von € 140,- pro Ganzttag (je nach Kursumfang) wird durch eine Lehrlingerermäßigung seitens der VVG und dem WIFI ermöglicht und schließt auch alle Unterlagen mit ein.

Im Anschluss

Es wertet den Lehrling und die Weiterbildungsveranstaltung auf, wenn der/die Ausbilder/in nachfragt:

- über das Gearbeitete
- über die Inhalte
- über den/die Referent/in
- Was war für dich wesentlich?
- Was hat dich zum Nachdenken gebracht?
- Anregung: Lassen Sie den Lehrling über die Veranstaltung berichten (In einem Meeting; gegenüber den anderen Lehrlingen...).

Anmeldungen

Die Seminare werden nach dem Zeitpunkt der Anmeldungen belegt.

Bei Überbuchungen werden wir nach Möglichkeit einen 2. Kurs zur gleichen Zeit ansetzen.

Anmeldeschluss

Anmeldeschluss bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn (Restplätze auf Anfrage). Bis zu diesem Zeitpunkt sind auch Stornierungen kostenfrei. Danach müssen wir aus organisatorischen Gründen die vollen Seminarkosten verrechnen. Unsere Rückmeldung an Sie erfolgt binnen 1 Woche nach Anmeldung.

Anmeldemöglichkeiten

Internet: Die beste Möglichkeit der Anmeldung ist nach wie vor das Internet. Unter www.vvg.at > **Power-Seminare** sind alle Themen und Termine gelistet.

Mail: Unternehmen mit einer großen Menge an Lehrlingen können eine Gesamtliste per Mail übermitteln: vvg@wkv.at

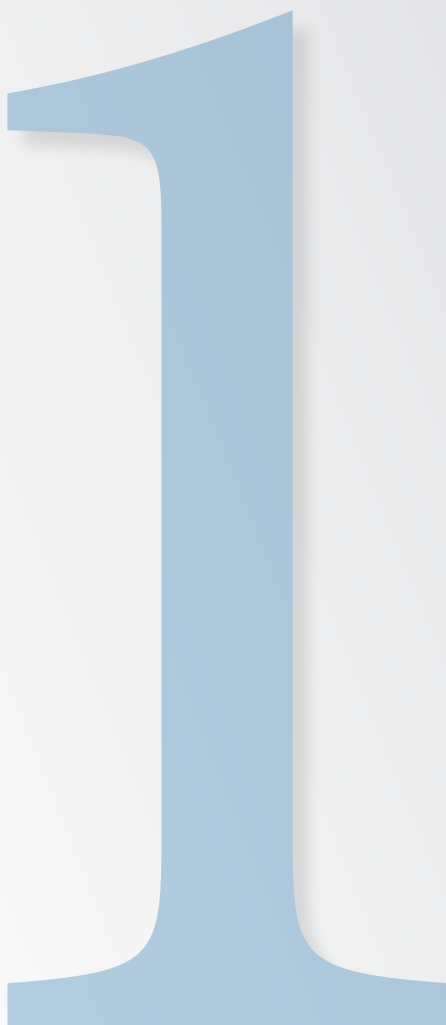
Ihre Ansprechpartnerin

Sabine Zerlauth

T 05572 / 3894 - 364

zerlauth.sabine@wkv.at

1. LEHRJAHR



1-1 | Ich und die anderen

- Meine Erwartungen und die des Unternehmens
- Positive Einstellung zu Arbeit und Leistung
- Korrektes Benehmen gegenüber anderen
- Kommunikation ist wechselseitig

Wie verhalten sich Lehrlinge, Vorgesetzte, Kunden? - Wie wirkt sich mein Verhalten auf die anderen aus?

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	21.10.2026	WIFI Dornbirn	91001	1-1
Do	22.10.2026	WIFI Dornbirn	91002	1-1
Mo	09.11.2026	WIFI Hohenems	91003	1-1
Do	17.12.2026	WIFI Dornbirn	91004	1-1
Di	19.01.2027	WIFI Dornbirn	91101	1-1

Frühjahr 2027

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	03.02.2027	WIFI Dornbirn	91108	1-1
Di	09.03.2027	WIFI Dornbirn	91109	1-1
Mo	19.04.2027	WIFI Hohenems	91110	1-1
Do	13.05.2027	WIFI Dornbirn	91111	1-1

1-2 | Visitenkarte & Firmennutzen

- Deine Persönlichkeit und deine Stellung im Unternehmen
- Zwischen Selbst- und Fremdeinschätzung
- Mein Bewusstsein für mich und mein Unternehmen
- Wer bezahlt mich?

Rhetorik- und Auftrittstechniken gibt es im Seminar 2-2 und sind hier höchstens ein Randthema.

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Di	17.11.2026	WIFI Dornbirn	91005	1-2
Do	14.01.2027	WIFI Dornbirn	91102	1-2

1-3 | Wertschätzender Umgang

- Erfolgsfaktor Benehmen
- Grüßen, Vorstellen, Konversation
- E-Mail und Smartphone
- Die Wirkung von Outfit

Der erste Eindruck ist der Wichtigste.
Top oder Flop? Und wie geht es weiter...?
Respekt und wertschätzender Umgang ist eine Investition. In diesem Seminar geht es um Emotionen, wie etwas wirkt.

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Di	20.10.2026	WIFI Dornbirn	91006	1-3
Mi	18.11.2026	WIFI Dornbirn	91007	1-3
Do	17.12.2026	WIFI Dornbirn	91008	1-3

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Do	25.02.2027	WIFI Dornbirn	91112	1-2
Mi	31.03.2027	WIFI Dornbirn	91113	1-2
Mo	26.04.2027	WIFI Dornbirn	91114	1-2
Di	11.05.2027	WIFI Dornbirn	91115	1-2

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Do	25.02.2027	WIFI Dornbirn	91116	1-3
Mo	15.03.2027	WIFI Dornbirn	91117	1-3
Di	27.04.2027	WIFI Dornbirn	91118	1-3
Mi	12.05.2027	WIFI Dornbirn	91119	1-3

2. LEHRJAHR

2-1 | Jobidentifikation und Firmenverantwortung

- Identifikation mit dem Unternehmen fördern
- Mein Beitrag zum Betriebsklima
- Verantwortungen im Betrieb
- Kostenbewusstes Denken

Wir führen ein Unternehmen, sind für alle Bereiche verantwortlich. Motivation und Selbstbewusstsein werden gestärkt.

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	28.10.2026	WIFI Dornbirn	91009	2-1
Di	24.11.2026	WIFI Dornbirn	91010	2-1
Mo	14.12.2026	WIFI Dornbirn	91011	2-1

Frühjahr 2027

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Di	23.02.2027	WIFI Dornbirn	91120	2-1
Mi	10.03.2027	WIFI Dornbirn	91121	2-1
Do	15.04.2027	WIFI Dornbirn	91122	2-1
Mo	10.05.2027	WIFI Dornbirn	91123	2-1

2-2 | Präsentation und Auftritt

- Grundlagen der Rhetorik
- Gespräch und Vortrag
- Selbstbewusster Auftritt
- Aktiv zuhören, Gedanken ordnen

Über die Kunst, gut und richtig zu sprechen, klar und zielgerichtet.
Dieses Seminar legt den Focus auf das Präsentieren vor Gruppen.

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Do	29.10.2026	WIFI Dornbirn	91012	2-2
Mo	02.11.2026	WIFI Dornbirn	91013	2-2
Di	01.12.2026	WIFI Hohenems	91014	2-2
Mo	11.01.2027	WIFI Dornbirn	91103	2-2

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	22.02.2027	WIFI Dornbirn	91124	2-2
Mi	10.03.2027	WIFI Dornbirn	91125	2-2
Do	18.03.2027	WIFI Hohenems	91126	2-2
Di	27.04.2027	WIFI Dornbirn	91127	2-2

2-3 | Motiviert sein - geht das?

Meine persönlichen Potenziale entdecken und daraus Fähigkeiten entwickeln. Wer bin ich wirklich – mit meinen Werten und Bedürfnissen und all meinen Stärken und Schwächen? Echte und richtige Selbstannahme und gesundes Selbstvertrauen.

- Meine persönlichen Potenziale
- Was trauen mir andere zu (Ausbilder, Ausgelernte, Vorgesetzte)?
- Wenn alles einfach gechillter wäre, wäre es...
- Meine mega Freude, wenn ich gesehen, gehört und verstanden werde

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	09.11.2026	WIFI Dornbirn	91015	2-3
Di	10.11.2026	WIFI Dornbirn	91016	2-3

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Do	11.02.2027	WIFI Dornbirn	91128	2-3
Mo	15.03.2027	WIFI Dornbirn	91129	2-3
Mi	21.04.2027	WIFI Dornbirn	91130	2-3

3. LEHRJAHR

3-1 | Mach mal halblang!

- Streitkultur
- Positive Auseinandersetzung mit der Meinung anderer
- Konstruktiver Umgang mit Konflikten
- Wie kann ich Situationen entspannen?

Eine Reise in unser Inneres steht am Beginn. Was ist mit meinem „irgendwie unguten Gefühl“?
Soll ich darauf hören?

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Do	26.11.2026	WIFI Dornbirn	91017	3-1
Mi	02.12.2026	WIFI Dornbirn	91018	3-1

Frühjahr 2027

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	15.03.2027	WIFI Dornbirn	91132	3-1
Di	27.04.2027	WIFI Dornbirn	91133	3-1

3-2 | Ich und meine Zukunft

- Meine Träume vom Leben
- Meine Visionen nach dem Lehrabschluss
- Meine Ziele für die nächsten Jahre
- Wie realisiere ich meinen Weg?

Eine Rede zu meiner Pensionierung -
Was soll über mich gesagt werden?
Worauf möchte ich zurückblicken?

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	09.11.2026	WIFI Dornbirn	91019	3-2
Di	15.12.2026	WIFI Dornbirn	91020	3-2

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	10.03.2027	WIFI Dornbirn	91134	3-2
Do	15.04.2027	WIFI Dornbirn	91135	3-2

3-3 | Stark im Stress

- Was ich über Stress und Emotionen wissen muss
- Energie- und Zeiträuber entlarven
- Was gibt Energie – Was nimmt mir Energie?
- Alltagstaugliches Energie Power Konzept: Achtsamkeit und Entspannung

Lehrlinge sind ständig mit neuen Herausforderungen und Entwicklungsaufgaben konfrontiert. Leistungsdruck, Überforderung und Frust sind mögliche Folgen. Die Lehrlinge bekommen praxistaugliche, einfache Übungen an die Hand, um sich in herausfordernden Zeiten selbst zu stärken.

1 Tag, 08:00-16:30 Uhr, 8 Stunden, € 140,-

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Di	27.10.2026	WIFI Dornbirn	91021	3-3
Mi	16.12.2026	WIFI Dornbirn	91022	3-3
Mo	25.01.2027	WIFI Dornbirn	91104	3-3

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	17.03.2027	WIFI Dornbirn	91136	3-3
Do	22.04.2027	WIFI Dornbirn	91137	3-3

4-1 | Spass am Lernen! Gedächtnis & Konzentration

- Grundlagen des Funktionierens unseres Gehirns
- Das „Drei-Speicher-Modell“ der Informationsverarbeitung
- Denkblockaden lösen
- Dem Gedächtnis auf die Sprünge helfen

Wir zeigen, wie man sein Gedächtnis erweitern und die Merkfähigkeit steigern kann. Menschen beherrschen verblüffende Möglichkeiten, um ihr Gehirn besser und intensiver zu nutzen.

**1 Tag, 08:00 - 16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

4-2 | Lernen mal anders!

In diesem Seminar wird die Freude am Lernen wiederbelebt, indem frühere Lernerfahrungen reflektiert und effektive Lernstrategien vermittelt werden.

- Die Sinnhaftigkeit des Lernens
- Jeder lernt so, wie er das Lernen gelernt hat
- Die Vergessenskurve
- Zeitmanagement beim Lernen
- Aus Fehlern lernen

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

NEU!

Herbst 2026/67

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	23.11.2026	WIFI Dornbirn	91023	4-1
Di	24.11.2026	WIFI Dornbirn	91024	4-1

Frühjahr 2027

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	28.04.2027	WIFI Dornbirn	91138	4-1
Do	29.04.2027	WIFI Dornbirn	91139	4-1

Herbst 2026/27

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Di	15.12.2026	WIFI Dornbirn	91025	4-2

Frühjahr 2027

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	15.03.2027	WIFI Dornbirn	91140	4-2
Do	20.04.2027	WIFI Dornbirn	91141	4-2

4-3 | Mentale Stärke – dein Erfolg beginnt im Kopf

- Gedanken ordnen – Anker setzen
- Konzentration und Ausdauer fördern
- Umgang mit Stress- und Wettbewerbssituationen
- Wie kann ich mich mental stärken?

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer/innen, was es heißt, mental stark zu sein und wie sie es schaffen, auch in stressigen Situationen einen kühlen Kopf zu bewahren.

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Do	29.10.2026	WIFI Dornbirn	91026	4-3
Di	01.12.2026	WIFI Dornbirn	91027	4-3

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	24.02.2027	WIFI Dornbirn	91142	4-3
Mo	01.03.2027	WIFI Dornbirn	91143	4-3
Di	11.05.2027	WIFI Dornbirn	91144	4-3

4-4 | Selbstbewusstsein gewinnen durch das Meistern neuer Herausforderungen

Die Teilnehmer/innen werden dazu angeregt, ihre Komfortzone zu identifizieren und durch Risikobereitschaft, verbesserte Kommunikation und Teamarbeit sowie gesteigertes Selbstvertrauen persönlich und beruflich zu wachsen.

- Erkennen der eigenen Grenzen und wie deren Überwindung zum persönlichen Wachstum beitragen kann
- Lernen, mutige Entscheidungen zu treffen und mit Unsicherheiten umzugehen
- Verbesserung der Fähigkeit, effektiv zu kommunizieren und im Team zu arbeiten

**1 Tag, 08:00-16:30 Uhr,
8 Stunden, € 140,-**

Herbst 2026/27				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	19.10.2026	WIFI Dornbirn	91028	4-4
Di	24.11.2026	WIFI Dornbirn	91029	4-4

Frühjahr 2027				
Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Do	11.03.2027	WIFI Dornbirn	91145	4-4
Mi	28.04.2027	WIFI Dornbirn	91146	4-4

5-1 | Tipps für die erfolgreiche Lehrabschlussprüfung

- Hilfestellung zur Prüfungsvorbereitung
- Wissenswertes zur Lehrabschlussprüfung
- Umgang mit den Prüfer/innen
- Stelle deine Fragen!

Insbesondere wird eine erfahrene/r Prüfer/in zugegen sein, über Abläufe erzählen und Rede und Antwort stehen.

1 Abend, 18:00 - 19:30 Uhr, 1,5 Stunden
€ 40,- inklusive Unterlagen

Wenn die Lehrabschlussprüfung näher rückt, treten auch einmal Ungewissheiten oder Fragen auf.

Wir helfen den Jugendlichen, ihre Gedanken auf diesen wichtigen Termin zu bündeln.

Herbst 2026/27

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mi	20.01.2027	WIFI Dornbirn	91106	5-1

Frühjahr 2027

Tag	Datum	Ort	K.Nr.	Kurs
Mo	10.05.2027	WIFI Dornbirn	91107	5-1

Kontakt VVG:

Ihre Ansprechpartnerin:

Sabine Zerlauth

T 05572 / 3894 - 364
 zerlauth.sabine@wkv.at



Ihre Investition in POWERSEMINARE wird gefördert.



LEHRE.FÖRDERN

WIFI-Campus
 6850 Dornbirn
 Bahnhofstraße 24

www.vvg.at