

# CAREER CENTER

## SEMINAR- & WORKSHOPPROGRAMM WINTERSEMESTER 2017/2018



HOCHSCHULE MAINZ  
UNIVERSITY OF  
APPLIED SCIENCES

### KUKIS (KURZ-UND-KNAPP-INPUTS)

Thomas Gers & Manfred Hund  
Jeden Montag vom 14:00 – 14:45

- Die Anzeigenanalyse 9. Okt. / A 0.24
- Das Anschreiben 16. Okt. / A 0.24
- Der Lebenslauf 23. Okt. / A 0.24
- Die Dokumente 30. Okt. / A 0.24
- Das Telefon-Interview 6. Nov. / A 0.24
- Das Job Interview 13. Nov. / A 0.24
- Das Assessment Center 20. Nov. / A 1.21
- Die Bewerbungsmappe 27. Nov. / A 1.21
- Die Initiativbewerbung 4. Dez. / A 1.21
- Erster Arbeitstag 11. Dez. / A 0.24

### MENTALSTRATEGIEN (RAUM A3.01)

Ein Seminar zur Stressbewältigung  
im Studium

- Stress im Studium 17. Okt. / 11-14 Uhr
- Stress und seine Auswirkungen 20. Okt. / 13-17 Uhr
- Stress entsteht im Kopf 25. Okt. / 10-17 Uhr
- Sich vor Stress schützen 7. Nov. / 13-17 Uhr
- Zeit-/Lernmanagement 15. Nov. / 13-16 Uhr
- Prüfungsangst bewältigen 24. Nov. / 9-13 Uhr
- Resümee und Ausblick 28. Nov. / 11-14 Uhr

In Kooperation mit der Techniker Krankenkasse

### TIPP

- **Training: Initiativbewerbung** 7. Dez. / 10-16 Uhr  
Jenja Alsfeld  
Agentur für Arbeit Mainz  
Untere Zahlbacher Straße 27  
55131 Mainz  
Sitzungssaal 4.50

### PROJEKT BLEIB!

Beratungs- und Workshopangebot  
für ausländische Studierende, z.B.:

- Arbeitsmarkt & Stellensuche 1. Dez. / 10-16 Uhr
- Schriftliche Bewerbung 7. Dez. / 10-16 Uhr
- Vorstellungsgespräch 14. Dez. / 10-16 Uhr

In Kooperation mit der Agentur für Arbeit

### WORKSHOPS (RAUM A3.01)

- **Die erfolgreiche Bewerbung** 28. Okt. / 9-15 Uhr  
Thomas Gers
- **Assessment Center Training** 3./4. Nov. / 9-16 Uhr  
Dr. Dieter Court
- **Interview-Training** 11. Nov. / 9-15 Uhr  
Thomas Gers
- **Gestaltung von Bewerbungen** 1. Dez. / 13-16 Uhr  
Franziska Rufflair
- **Körpersprache im Interview** 2. Dez. / 9-15 Uhr  
Thomas Gers

### WEBINARE

- **Erfolgreich online bewerben**  
14. Nov. / 16.00-17.00 Uhr  
30. Nov. / 17.30-18.30 Uhr
- **Einstiegsgehälter für Absolventen**  
14. Nov. / 17.30-18.30 Uhr  
11. Dez. / 16.00-17.00 Uhr  
16. Jan. / 16.30-17.30 Uhr

in Kooperation mit Stepstone

Zugangscode unter:

[seminare.careercenter@hs-mainz.de](mailto:seminare.careercenter@hs-mainz.de)

### BEWERBUNGSMAPPEN-CHECK

Thomas Gers und Manfred Hund  
Jeden Montag im Anschluss an die KUKIS

Bitte melden Sie sich für jede Veranstaltung an unter:

[seminare.careercenter@hs-mainz.de](mailto:seminare.careercenter@hs-mainz.de)