



EIN LEBEN VOLLER  
**Möglichkeiten**

## Fit in die Zukunft

FIZ – Ein Angebot für den erfolgreichen Start in Ihre Zukunft!

In FIZ machen Sie gemeinsam mit uns Ihre nächsten Schritte auf dem Weg in eine digitale Zukunft:

- Sie erlangen Kompetenzen für den Umgang mit digitalen Anwendungen
- Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihren privaten und beruflichen Alltag selbständig organisieren
- Ihre persönlichen Stärken und Interessen stehen zu jeder Zeit im Vordergrund.
- Einen Großteil der Inhalte können Sie selbst mitbestimmen.

### Was wir Ihnen bieten:

- Workshops (zum Beispiel zu IT-Themen, Upcycling, gesunder Ernährung, Kochen, Yoga und Qi Gong oder Geocaching)
- Ausflüge und Betriebsbesichtigungen
- Gemeinsamer Austausch und Ideenfindung für weitere Projekte

### Förderung

Die Teilnahme an FIZ ist für Sie kostenlos.

Sämtliche Fahrtkosten und Kosten für notwendige Materialien und Ausflüge werden von den bfz Nürnberg übernommen.

### Laufzeit und Starttermine

Die Maßnahme dauert fünf Monate und kann zu folgenden Startterminen begonnen werden:  
04.11.22, 02.12.22, 03.02.23, 03.03.23, 03.04.23, 05.05.23

### Unterrichtszeiten

Im ersten Monat der Teilnahme:  
Montag bis Freitag von 8.30 bis 12.30 Uhr

Im zweiten bis fünften Monat der Teilnahme: Montag bis Freitag von 8.30 bis 13.15 Uhr

### Ihr direkter Kontakt zur Beratung:

Annette Roesner  
Telefon: 0911 93197-157  
E-Mail: [annette.roesner@bfz.de](mailto:annette.roesner@bfz.de)

[www.bfz.de/nuernberg](http://www.bfz.de/nuernberg)

### Neugierig geworden?

Dann besuchen Sie uns im Internet unter [www.bfz.de/nuernberg/fiz-fit-in-die-zukunft](http://www.bfz.de/nuernberg/fiz-fit-in-die-zukunft)

Hier geht es direkt  
zu unserem Video über FIZ:

