



Berufs- und Studienwahl

Ab in die Zukunft!

Lehre fertig, wie weiter?

Die BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren sind eine
Dienstleistung der Bildungs- und Kulturdirektion des Kantons Bern



Programm

1. Stellensuche
2. Aus- und Weiterbildung
3. Alternativen
4. Beruf und Familie
5. Angebote BIZ
6. Infothek





Wünsche und Ziele

Militär /
zivildienst

Beim Betrieb
bleiben

Endlich Geld
verdienen

2. Lehre

Betrieb
wechseln

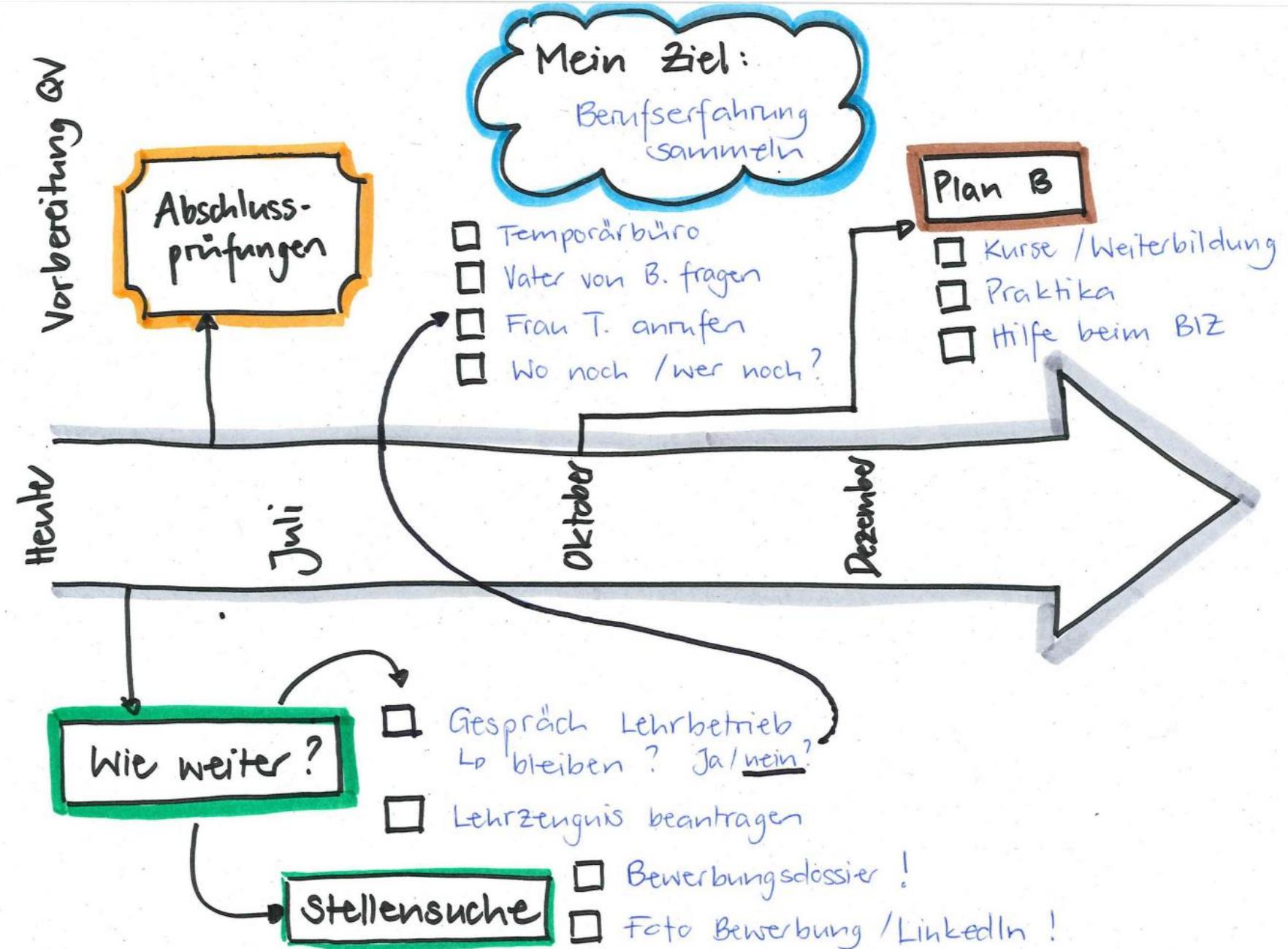
Berufs-
maturität

Sprach-
aufenthalt

Weiterbildung

Ausland /
Reisen

Plan / Ziel





Stellensuche



Stellensuche, Arbeitsmarkt

Stellensuche im Internet

Linksammlung

Stellensuchende finden hier ein Verlinkungen zu verschiedenen Suchmaschinen sowie Institutionen und Organisationen. Die schliessende Auswahl soll Ihnen die wichtigsten und nützlichsten Informationen zusammenstellen.

Stellensuche, Arbeitsmarkt

Wege der Stellensuche

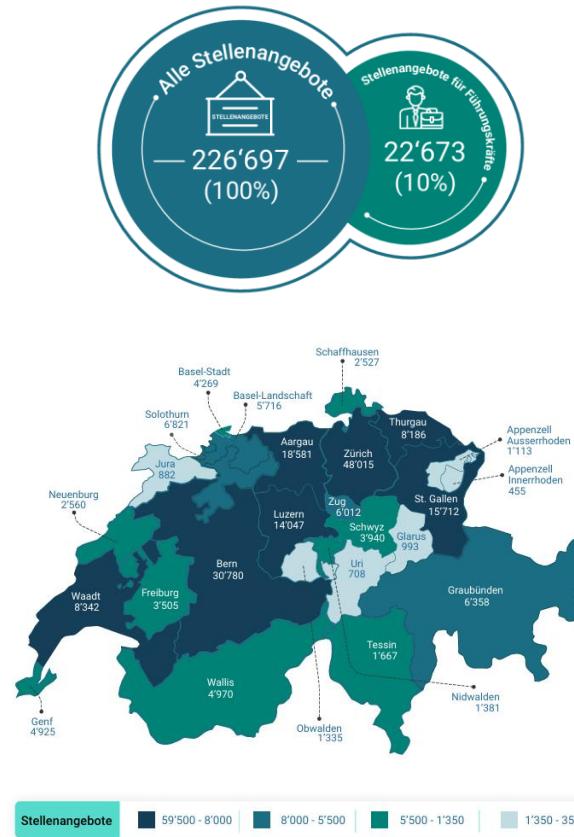
Dieses Merkblatt zeigt Ihnen mögliche Zugänge zu Stellenangeboten. Je nach Ausbildung, Praxiserfahrung und beruflicher Situation bietet es sich an, über Jobportale, Firmenwebsites, Printmedien, Stellenvermittlungen oder Social Media zu suchen und das persönliche wie berufliche Netzwerk zu aktivieren. Meist verspricht eine «crossmediale» Strategie, d.h. eine Kombination dieser Kanäle, den grössten Erfolg.

Stellensuche, Arbeitsmarkt

Stellensuche mit Social Media

Stellenbesetzungen kommen oft über Kontakte und Empfehlungen zustande. Neben dem persönlichen Netzwerk spielen dabei soziale Medien eine wichtige Rolle. Sie dienen sowohl der Kontakt- und Pflege und damit Ihrer aktiven Stellensuche («finden») als auch Ihrer Selbstvermarktung und damit der Personalrekrutierung von Firmen («aufinden werden»). Dieses Merkblatt gibt einen Überblick.

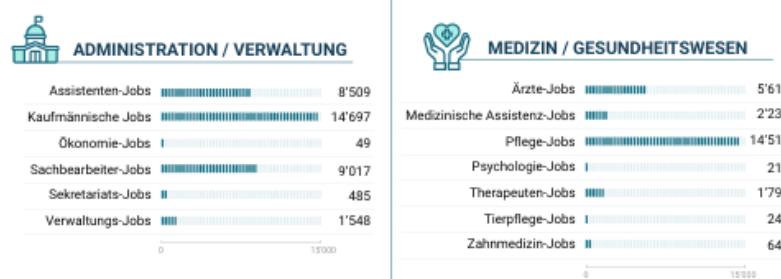
Arbeitsmarkt



Quelle: Schweizer Job-Radar 3. Quartal 2025

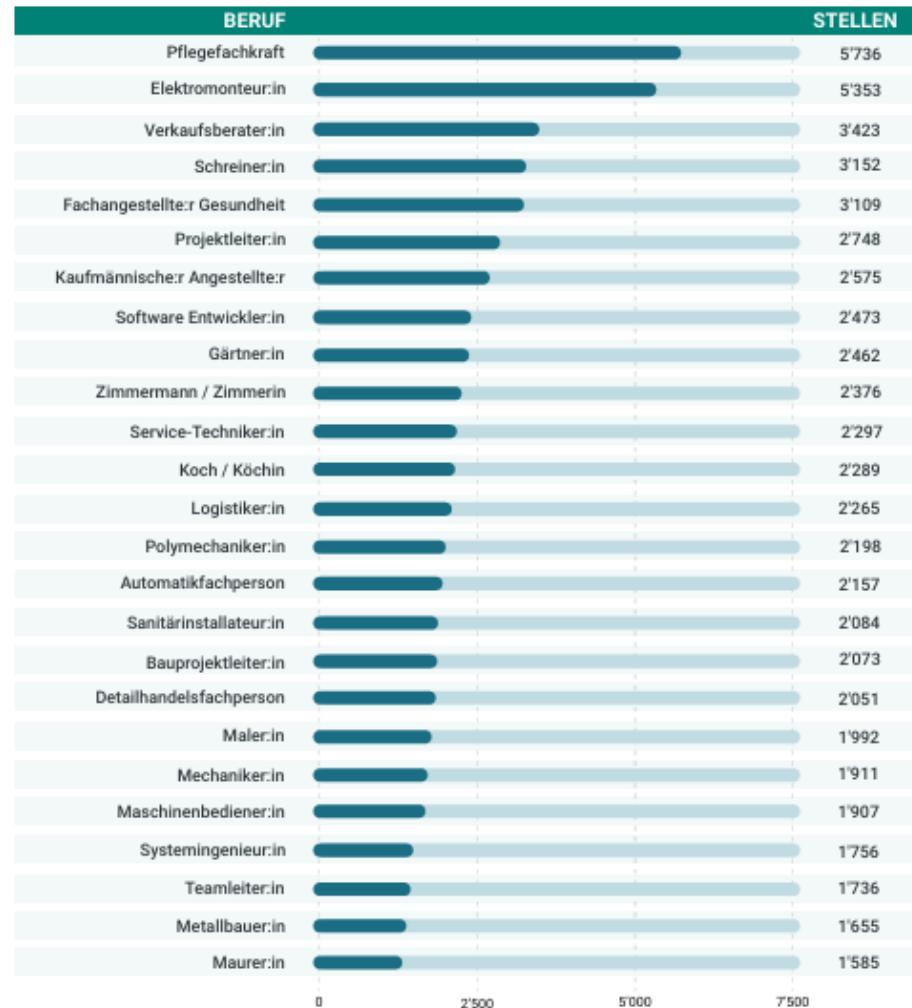
ANZAHL STELLENANZEIGEN PRO BERUFSGRUPPE

Mittels der oben erwähnten Ontologie kann qualitativ fundiert Gleiches mit Gleichem verglichen werden. Jobtitel wie „Verkaufsleiter“, „Leiterin der Verkaufsstellung“ oder „Head of Sales“ werden als Synonyme erkannt und zusammengefasst. Darauf aufbauend werden die so zusammengefassten Berufe zu Berufsgruppen wie „Verkaufs-Jobs“ gebündelt.



TOP 25 DER JOBS

In den untenstehenden 25 Berufen werden in der Schweiz aktuell die meisten Stellenanzeigen ausgeschrieben. Wie bei den Berufsgruppen sind auch hier die Zahlenwerte dank des Crawlings der Jobs direkt von den relevanten Websites und dank der ontologiebasierten Interpretation der Jobtitel sehr aussagekräftig.

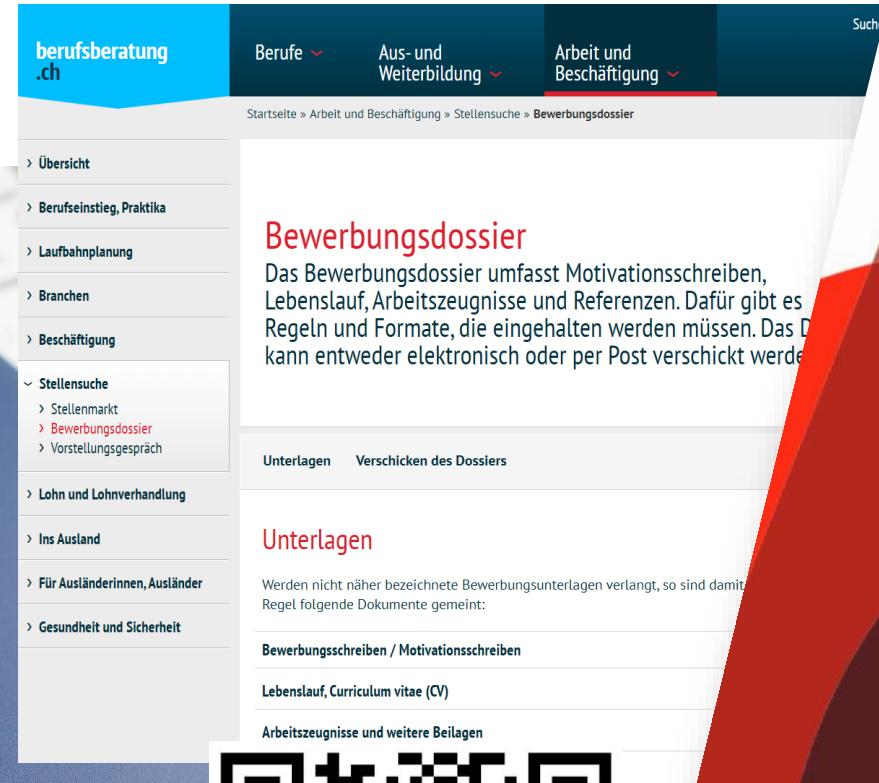


Möglichkeiten der Stellensuche

- Printmedien vs. digitale Inserate
- auf Stelleninserate
- mit Spontanbewerbungen
- persönliches Netzwerk
- Personalvermittler/in / Recruiting / Headhunter



Bewerbung



The screenshot shows the website's navigation bar with 'berufsberatung.ch' on the left and 'Berufe', 'Aus- und Weiterbildung', and 'Arbeit und Beschäftigung' on the right. Below the navigation is a breadcrumb trail: Startseite > Arbeit und Beschäftigung > Stellensuche > Bewerbungsdossier. The main content area is titled 'Bewerbungsdossier' and contains text about what it includes (Motivationsschreiben, Lebenslauf, Arbeitszeugnisse, Referenzen) and how it can be sent. Below this are sections for 'Unterlagen' and 'Verschicken des Dossiers'.



www.biz-links-be.ch
→ Bewerbung Erwachsene



Bewerbungsdossier

Elemente und Kriterien

- Lebenslauf
- Arbeitszeugnisse
- Bildungsnachweise
- andere Bestätigungen
- Bewerbungsbrief / Motivationsschreiben
- Deckblatt / über mich / Kompetenzprofil



Lebenslauf Form

- Tabellarisch
- Kompakt (max. 3 Seiten)
- Chronologisch absteigend
- Fokus auf die neue Stelle und den Betrieb
- Lückenlos



Clara Müller • Marketing Studentin
Eine Menge Fantasie 1, 8010 Graz • clara.mueller@gmx.at • 0666 94 01 123

CLARA Müller
Marketing Studentin

BERUFSERFERUNG

07/2015 – 09/2011 Marketing Praktikantin
Eventagentur XY
• Betreuung der Social Media Kanäle
• Erstellung und Versendung von Newslettern
• Content Management der Website

05/2013 – 07/2014 Nebenjob als Verkäuferin
H&M Graz
• Aktives Verkaufen
• Beratung von Kunden
• Verantwortung für einen Sortimentsbereich

AUSBILDUNG UND PROJEKTE

10/2014 – Laufend Fachhochschule PFY, Graz
International Marketing, BA
• Erasmus Semester in Mexiko

10/2015 – 01/2016 Marktforschungsprojekt
FH PFY Graz
Analyse des Kauf- und Informationsverhaltens der Firma SteirerSplash

09/2009 – 06/2014 Bundeshandelsakademie
Matura mit ausgezeichnet
• Rechnungswesen & Finanzen
• Tourismus, Projektmanagement
• Deutsch, Englisch

09/2013 – 04/2014 Maturaprojekt
BHAK Graz
Konzeption und Durchführung des Sommersemesters

PERSÖNLICHE DATEN

Geburtsdatum: 07.08.1995
Geburtsort: Graz
Staatsbürgerschaft: Österreich

SPRACHEN

Deutsch (Muttersprache)
Englisch (C2)
Italienisch (A2*)
Spanisch (A2*)

*Common European Framework of Reference for Languages (CEFR)

BERUFSERFERUNG

Februar 2016 - April 2019 | Musterposition

- **Kundenmanagement:** Betreuung des Kundenstamms, Budget- und Ressourcenplanung, Vorbereitung von Kundenmeetings und Präsentationen
- **Projektmanagement:** Entwicklung und Umsetzung von Projekten im ATL/BTL-Bereich (Print/Plakat/Pos und Promotionen), enge Zusammenarbeit mit den agenturinternen Abteilungen (Produktion, Art Buying, Buchhaltung), Realisation inklusive Produktionskoordination, -überwachung und Qualitätskontrolle

Januar 2014 – September 2015 | Musterposition

- **Kundenmanagement:** Entwicklung und Betreuung des Kundenstamms, Budget- und Ressourcenplanung
- **Projektmanagement:** Entwicklung und Umsetzung von Projekten für die Marcom- und PR-Abteilungen
- **Teammanagement:** Leitung der PR-Abteilung
- **Media Events:** Entwicklung und Umsetzung von Konzepten für Medienevents, Präsentation der neuen Kollektionen
- **MarCom:** Trendanalysen im Lifestyle Bereich

Februar 2012 – Juni 2012 | Musterposition

- Mitarbeiter bei der Verbesserung der Sichtbarkeit der Website von Gruppen in Suchmaschinen anhand von verschiedenen Tools (Stichwortoptimierung, Backlinks, etc.)
- Akquisition von neuen Geschäftspartnern

VORNAME NACHNAME
Geschäftsleiter mit umfassender Online-Erfahrung

BERUFSERFERUNGEN

Februar 2016 - April 2019 | Musterposition

- **Kundenmanagement:** Betreuung des Kundenstamms, Budget- und Ressourcenplanung, Vorbereitung von Kundenmeetings und Präsentationen
- **Projektmanagement:** Entwicklung und Umsetzung von Projekten im ATL/BTL-Bereich (Print/Plakat/Pos und Promotionen), enge Zusammenarbeit mit den agenturinternen Abteilungen (Produktion, Art Buying, Buchhaltung), Realisation inklusive Produktionskoordination, -überwachung und Qualitätskontrolle

Januar 2014 – September 2015 | Musterposition

- **Kundenmanagement:** Entwicklung und Betreuung des Kundenstamms, Budget- und Ressourcenplanung
- **Projektmanagement:** Entwicklung und Umsetzung von Projekten für die Marcom- und PR-Abteilungen
- **Teammanagement:** Leitung der PR-Abteilung
- **Media Events:** Entwicklung und Umsetzung von Konzepten für Medienevents, Präsentation der neuen Kollektionen
- **MarCom:** Trendanalysen im Lifestyle Bereich

Februar 2012 – Juni 2012 | Musterposition

- Mitarbeiter bei der Verbesserung der Sichtbarkeit der Website von Gruppen in Suchmaschinen anhand von verschiedenen Tools (Stichwortoptimierung, Backlinks, etc.)
- Akquisition von neuen Geschäftspartnern

AUSBILDUNG

2009 – 2011 **Master in Etwas**
European Business & Organization and Human Resource Management
Universität Bern, Abschlussnote: 5.5
Diplomarbeit in Marketing: « Lorem ipsum » (Note: 5.25)

2004 – 2008 **Bachelor in Etwas**
European Business & Organization and Human Resource Management
Universität Bern, Abschlussnote: 5.5
Bachelorarbeit in etwas (Note: 5.25)

1999 – 2003 **Matura in Etwas**
Gymnasium in Bern

Lebenslauf

Inhalt

- Foto → freundliche Erscheinung, passend zum Beruf
- Personalien → Kontaktdaten, Geburtsdatum, Heimatort / Nationalität, Zivilstand, Profile (z.B. LinkedIn)
- Über mich → Freiwillig → stellenrelevante Kompetenzen
- Arbeitserfahrung → Funktion, Arbeitgeber, Ort mit Dauer (06.2024)
- Aus- und Weiterbildung → Ausbildungsabschluss, Schule, Ort
- Sprachen → Einstufung Niveau (z.B. A1-C2)
- IT-Kenntnisse → Einstufung der Kenntnisse, Programme
- Ehrenamtliche Tätigkeiten → freiwillig → wichtig für die Stelle?
- Hobbys → freiwillig → wichtig für die Stelle?
- Referenzen → «Auf Anfrage» (oder Funktion / Telefonnummer)

Bewerben mit KI (z.B. ChatGPT)

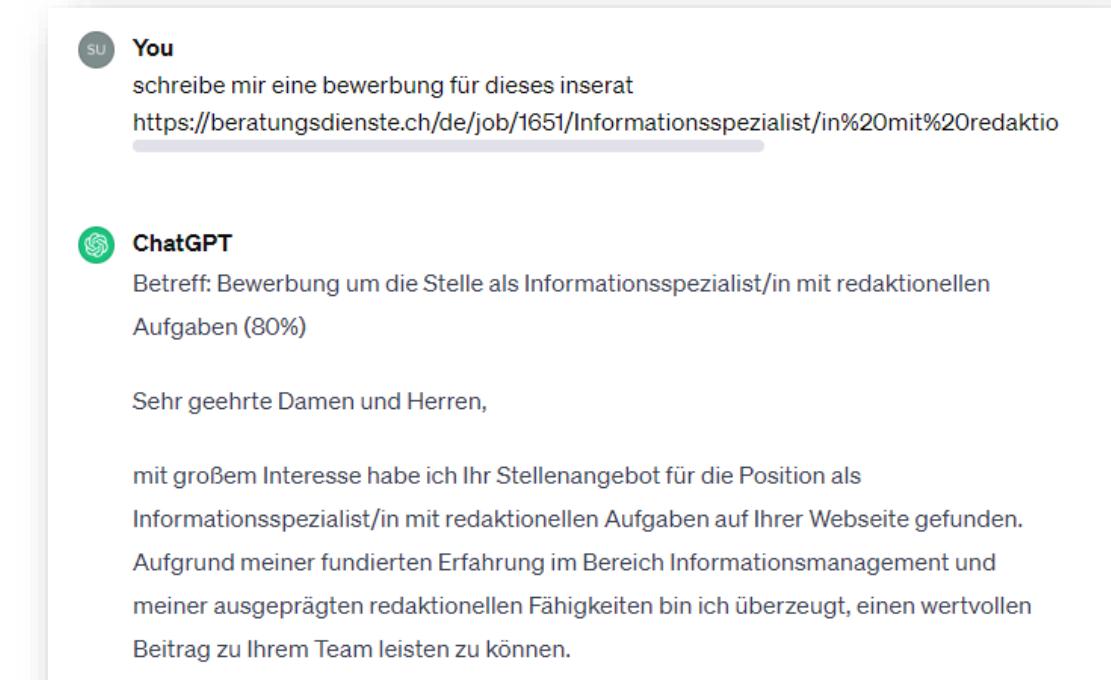
Pro

Unterstützung

- Gliedern
- Zusammenfassen
- Formulieren (z.B. Grammatik, Stil)
- Schlüsselwörter

- Zeigt Können im Umgang mit KI

- Selbstversuche



The image shows a screenshot of a ChatGPT conversation. The user (You) asks to write a job application for a position as an information specialist with editorial tasks. The AI (ChatGPT) responds with a template cover letter:

You
schreibe mir eine bewerbung für dieses inserat
[https://beratungsdienste.ch/de/job/1651/Informationsspezialist/in%20mit%20redaktionellen%20Aufgaben%20\(80%\)](https://beratungsdienste.ch/de/job/1651/Informationsspezialist/in%20mit%20redaktionellen%20Aufgaben%20(80%))

ChatGPT
Betreff: Bewerbung um die Stelle als Informationsspezialist/in mit redaktionellen Aufgaben (80%)

Sehr geehrte Damen und Herren,

mit großem Interesse habe ich Ihr Stellenangebot für die Position als Informationsspezialist/in mit redaktionellen Aufgaben auf Ihrer Webseite gefunden. Aufgrund meiner fundierten Erfahrung im Bereich Informationsmanagement und meiner ausgeprägten redaktionellen Fähigkeiten bin ich überzeugt, einen wertvollen Beitrag zu Ihrem Team leisten zu können.

Bewerben mit KI (z.B. ChatGPT)

Contra

Der Brief ist überflüssig, wenn das Persönliche fehlt
(Motivation, individuelle Formulierungen, Beispiele)

Darum wichtig

- gezielte Prompts: Fragen, Anweisungen geben
- an persönliche Situation anpassen
- Datenschutz
- Ergebnis hinterfragen (Halluzinationen!)



Vorstellungsgespräch



www.biz-links-be.ch

Vorstellungsgespräch

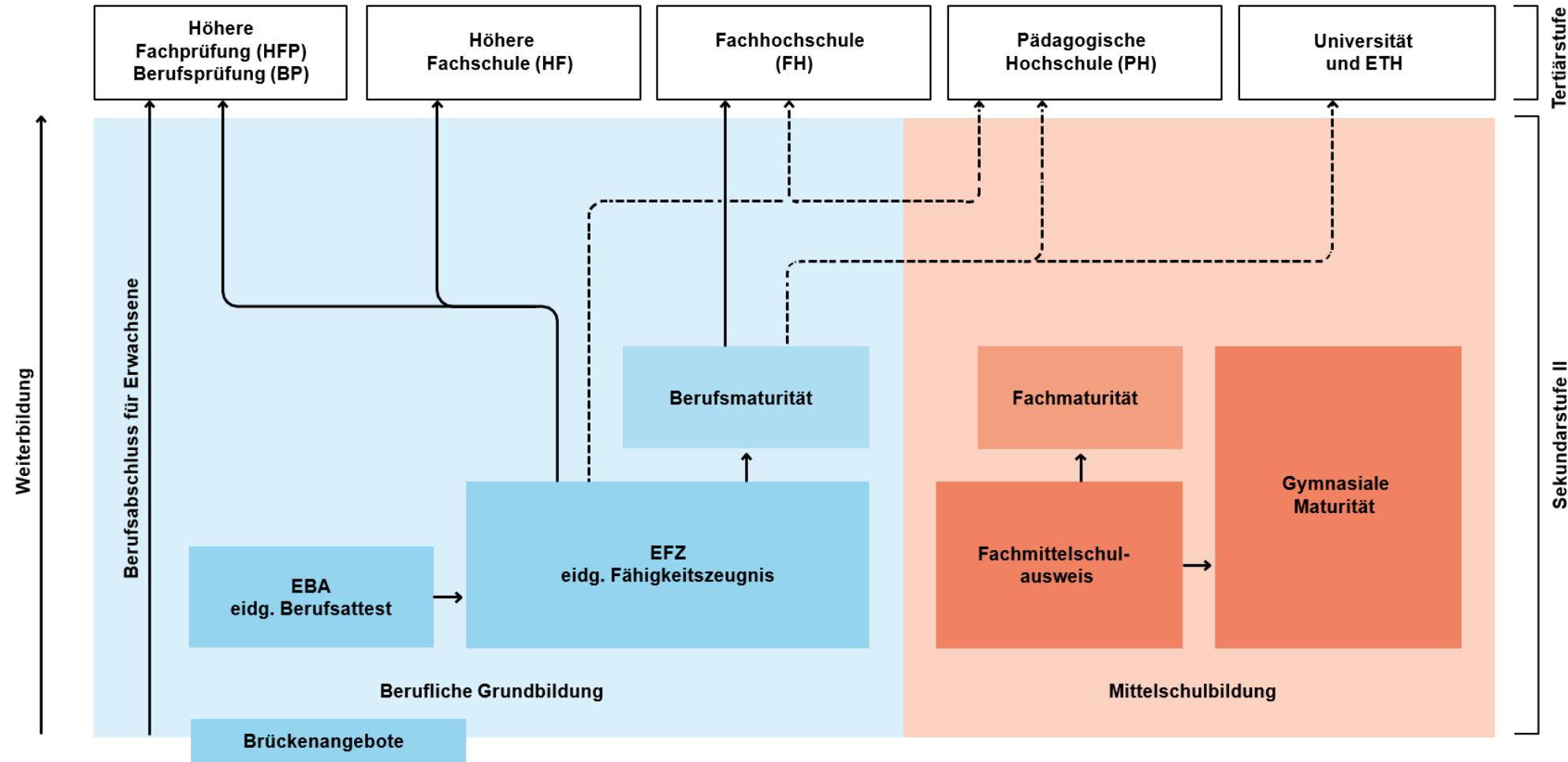
- Nicht nur vor Ort, sondern auch online
- Seien Sie ehrlich und authentisch
- Stärken mit Bezug zur Stelle
- Fragen mit Inhalten und Anforderungen des Jobs
- Schwächen → Wie gehen Sie mit Schwächen konstruktiv um?

z.B.: Ich schiebe mir überall etwas auf, erledige dann die Aufgaben nicht immer zeitgereicht. Nun habe ich mir auch Deadlines gesetzt und das funktioniert gut.

→ So zeigen Sie Ihre Problemlösekompetenz → Sie zeigen Ehrlichkeit, indem Sie Ihre Schwäche aufzeigen und daran arbeiten. Somit bleiben Sie authentisch.

Aus- und Weiterbildungen

Schweizer Bildungssystem





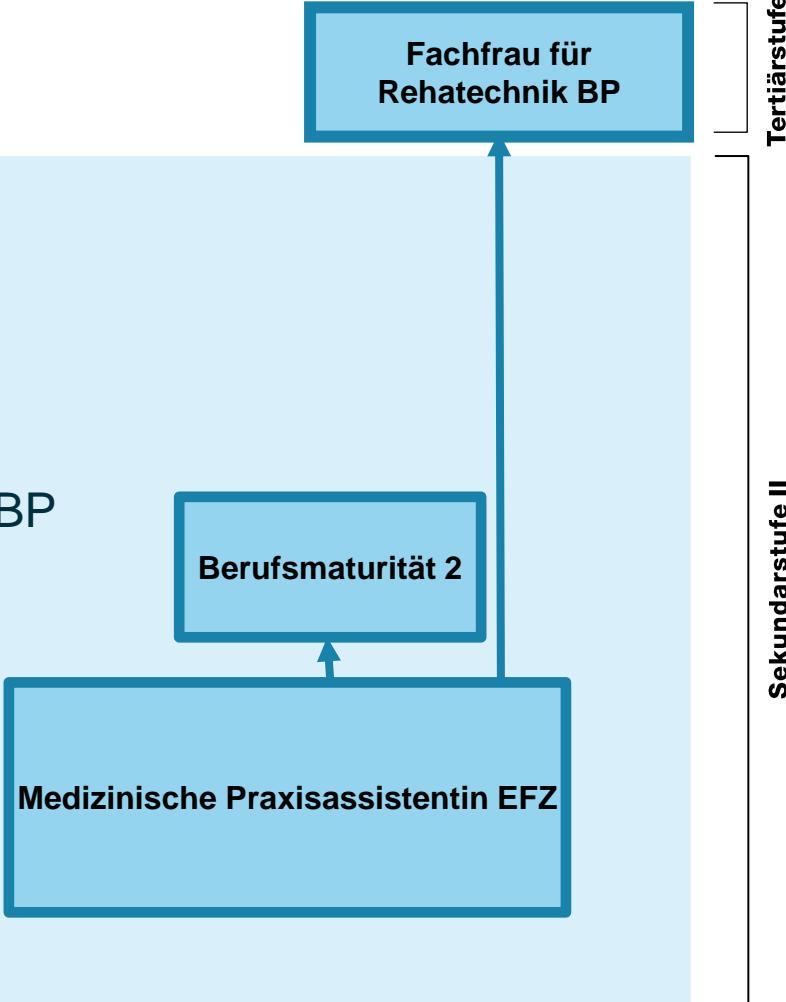
Ich schätze es, Lösungen zu finden
und Menschen in ihrem Alltag zu
unterstützen.
Pascale Wenger

Passende Lösungen finden



Medizinische/r Praxiskoordinator/in BP

- 19 Abschluss berufliche Grundbildung als Medizinische Praxisassistentin EFZ
- 19 Medizinische Praxisassistentin: Praxisgemeinschaft Feld in Strengelbach AG
- 20 Teilzeitstelle psychiatrische Tagesklinik für Erwachsene: PDAG Aargau, Aarau
- 20 Berufsmaturität Ausrichtung Gesundheit und Soziales: Minerva, Aarau
- 22 Fachfrau für Rehatechnik: Gloor Rehabilitation & Co AG, Eptingen
- 25 Eidg. Fachausweis als Fachfrau für Rehatechnik BP



Weiterbildungen nach Berufsfeldern suchen

BIZlinks > Berufe, Studiengänge und ...

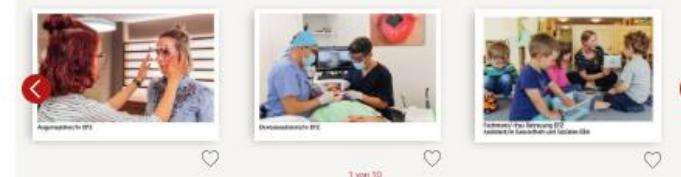
Berufe, Studiengänge und Weiterbildungen entdecken!



BIZlinks > Berufe, Studiengänge und ... > Gesundheit, Bildung, Soz...

Gesundheit, Bildung, Soziales

Berufliche Grundbildung



Weiterbildung



Studium



Weiterbildungen nach Branchen suchen

Recherchieren auf www.berufsberatung.ch



The screenshot shows the website [berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch). The top navigation bar includes links for "berufsberatung.ch", "Berufe", "Aus- und Weiterbildung", and "Arbeitsmärkte". The "Aus- und Weiterbildung" menu is expanded, showing "Übersicht", "Schweizerisches Bildungssystem", and "Bildungsschemata nach Branchen". The "Bildungsschemata nach Branchen" section is highlighted with a red arrow. Below this, a large diagram titled "Übersicht: Wege nach der beruflichen Grundbildung" (Overview: Paths after vocational basic training) is displayed. The diagram is divided into several colored sections: blue for "FACHAUSBILDUNGEN UND FACHPRÜFUNGEN (HFP)", green for "NACHDIPLOMAUSBILDUNGEN: ND, HF, CAS, DAS, MAS", red for "HOHERE FACHSCHULEN HF", yellow for "FACHHOCHSCHULEN FH", and grey for "FACHHOCHSCHULEN UNI". The diagram illustrates various vocational paths, including apprenticeships, higher vocational schools, and university degrees, along with their respective requirements and entry requirements. A legend at the bottom defines abbreviations like "HFP", "EFZ", "EBA", "BPA", "BP", "EGB", "HFB", "HFS", "FH", "Uni", and "Gymnasium".



Weiterbildungen Höhere Berufsbildung und Quereinstieg



Bildung
Höhere Berufsbildung
Wege zu höheren Berufsabschlüssen

Bildungs- und Kulturdirektion
Mittelschul- und Berufsbildungsamt (MBA)

2025/2026



HF-Bildungsgang	Website
- dipl. Wirtschaftsinformatiker/-in HF	htm.ch
- dipl. Betriebswirtschafter/-in HF	bfb-bielbienne.ch
- dipl. Betriebswirtschafter/-in HF	wst.ch
- dipl. Betriebswirtschafter/-in HF	hso.ch

HF-Bildungsgang	Website
- dipl. Förster/-in HF	bzwlyss.ch
- dipl. Agro-Techniker/-in HF	inforama.ch

Gesundheit

Ort	Schule	HF-Bildungsgang	Website
Bern	Berner Bildungszentrum Pflege	- dipl. Pflegefachfrau/-mann HF - NDS HF Anästhesiopflege - NDS HF Intensivpflege - NDS HF Notfallpflege	bzppflege.ch
	medi – Zentrum für medizinische Bildung	- dipl. Aktivierungsfachfrau/-mann HF - dipl. biomedizinische/- Analytiker/-in HF - dipl. Dentalhygieniker/-in HF - dipl. Fachfrau/-mann Operationstechnik HF - dipl. Radiologiefachfrau/-mann HF - dipl. Rettungssanitäter/-in HF - Ambulancier/-ère dipl. ES	medi.ch
St-Imier	Centre de formation professionnelle Berne francophone ES/MP3 ceff	ceff.ch	ceff.ch

Soziales und Erwachsenenbildung

Ort	Schule	HF-Bildungsgang	Website
Bern	BFF Bern, Abteilung Höhere Fachschulen	- dipl. Kindheitspädagogin/-pädagoge HF - dipl. Sozialpädagogin/-pädagoge HF	bffbern.ch

Künste, Gestaltung und Design

Ort	Schule	HF-Bildungsgang	Website
Bern	Schule für Gestaltung Bern und Biel Höhere Fachschulen	- dipl. Kommunikationsdesigner/-in HF Schwerpunkte: Fotografie, Interaction Design, Visuelle Gestaltung - dipl. Produktdesigner/-in HF	sfgb-b.ch



Laufbahn, Aus- und Weiterbildung

Quereinstieg

Sie möchten on-the-job in eine andere Tätigkeit wechseln oder direkt in einen neuen Beruf eingetragen werden? Die hier vorgestellten Angebote kombinieren Arbeitsplätze mit einer praktischen Einarbeitung und/oder theoretischen Schulung. Sie erhalten dabei einen regulären Lohn oder ein Praktikumsgehalt. Einige Programme führen sogar zu einem Zertifikat oder eidgenössischen Abschluss. Die Auflistung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

1. Einstiegswegs: Suchen nach, Praktika, Teilzeit, reguläre oder verkürzte Lehre u.a.	2
2-4. Vorgehen, Lohn, weitere Informationen	4
5. Mögliche Quereinstiege nach Berufsfeldern (Auswahl)	5
5.1 Sicherheit: Berufssicherheit, Justizvollzug, Polizei, Securitas, Zoll und Grenzschutz u.a.	5
5.2 Verkehr, Logistik, Tourismus, Hotellerie, Cabin Crew, Zugverkehrsführung, Reiseberatung u.v.a.	6
5.3 Wirtschaft, Handwerk, Technik, Informatik: Kunden- & Personalberatung, Immobilien, Montage u.a.	7
5.4 Gesundheit: Aktivierung, Dentalhygiene, Operationstechnik, Pflege, Radiologie u.a.	8
5.5 Soziales, Bildung, Theologie: Arbeitssoziologie, Sozialarbeit, Sprachkurse u.a.	8

1. Einstiegswegs

Es gibt viele Möglichkeiten eines Quereinstiegs. Bezahlte «on-the-job» Ein- oder Umsiedlungen in einen Beruf oder eine neue Funktion, mit oder ohne formale Ausbildung. (gelingen am ehesten so:

- Wenn bereits ein Bezug zum Zielerfolg besteht, durch Aufgaben-, Produkte, Branche, Hobby oder Netzwerk; z.B. Camionserfesplenger/-in EFZ > Mitarbeiter/-in Autoversicherung
- Wo grosser Bedarf an Arbeits- resp. Fachkräften herrscht; z.B. Gastronomie, Unterricht
- In Weiterbildungsbereichen ohne typische Erstausbildungen; z.B. Sicherheit, Verkehr
- Eher in unreglementierten Berufen (vgl. Liste des SBFI), z.B. Bau, Tourismus
- Wo saisonale Unterschiede bestehen; z.B. Schreiner/-in im Winter, Matrosen/-in im Sommer
- Wenn breites Wissen gefragt ist; z.B. Hauswartung, Berufsbildung

Vielleicht reicht eine einzige Bewerbung für einen erfolgreichen Quereinstieg. Vielleicht ist aber auch eine mehrjährige Ausbildung nötig. Nachfolgend finden Sie verschiedene Wege:

Wo finde ich Informationen zu Weiterbildungen?

Recherchieren auf www.berufsberatung.ch

Wege an die Universität

	Passerelle	Gymnasiale Maturität für Erwachsene
Dauer	2 Semester mit Berufsmaturität oder Fachmaturität	7 Semester Mit Berufsmaturität Einstieg ins 4. Semester möglich
Mögliche Berufstätigkeit	ca. 25 %	ca. 40 %
Anbieter	<ul style="list-style-type: none">– Berner Maturitätsschulen für Erwachsene (BME)– Feusi (privat)– Wirtschafts- und Kaderschule WKS Bern (privat)	<ul style="list-style-type: none">– Berner Maturitätsschulen für Erwachsene (BME)

Weiterbildungsmöglichkeiten – FH vs. Uni

Typisch Fachhochschule	Typisch Universität
Zugang mit Berufsmatur	Zugang mit gymnasialer Matur oder Berufsmatur mit Passerelle
Angewandte Forschung	Grundlagenforschung
Ausbildung zu konkreten Berufen	Meist keine spezifische Berufsausbildung / Berufsbefähigung
Monofachstudiengänge (häufig mit verschiedenen Vertiefungsrichtungen)	Häufig Neben- oder Zusatzfächer möglich
Studium in fixen, überschaubaren Gruppen	Studium in wechselnden, z.T. grossen Gruppen
Bachelor als Regelabschluss	Master als Regelabschluss
Studiengänge oft als Teilzeitstudium möglich	Studium als Vollzeitstudium konzipiert

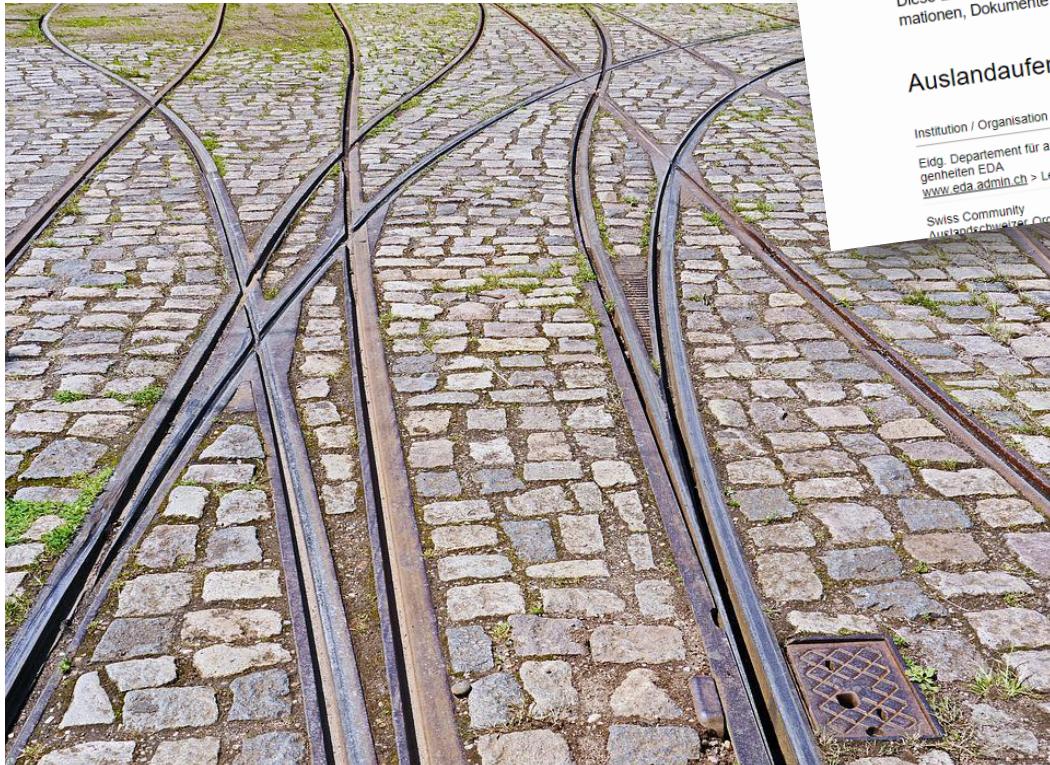


Wo finde ich Informationen zu Studiengängen? Recherchieren auf www.berufsberatung.ch

The screenshot shows the website's navigation bar with 'berufsberatung.ch' on the left, followed by 'Berufe', 'Aus- und Weiterbildung' (which is underlined in red), 'Arbeit und Beschäftigung', and search/login options on the right. A red box highlights the 'Aus- und Weiterbildung' menu item. The main content area is divided into two columns. The left column lists various study-related topics: 'Übersicht', 'Schweizer Bildungssystem', 'Ausbildung, Weiterbildung suchen', 'Lehre und Lehrstellen', 'Maturitäten, Allgemeinbildende Schulen Sek. II', 'Hochschulen' (which is also highlighted with a red box), 'Höhere Berufsbildung', 'Weiterbildung', 'Grundkompetenzen', 'Berufsabschluss für Erwachsene', 'Fremdsprachen, Sprachaufenthalte', 'Sich ausbilden im Ausland', 'Zwischenlösungen', 'Vorbereitungskurse, Passerelle, Zwischenlösungen nach der Maturität', 'Ausbildung und Weiterbildung finanzieren', and 'Ausbildung mit Behinderung'. The right column lists study fields: 'Suche Studiengang', 'Studieninteressen', 'Studiengebiete und Studienrichtungen: Überblick' (which is also highlighted with a red box), '3 Hochschultypen: FH, PH, UH', 'Studieren, Abschlüsse', 'Zulassung, Anmeldung, Studienbeginn', 'Überblick', 'Theologie, Religionswissenschaft', 'Rechts- und Wirtschaftswissenschaften', 'Medizin, Gesundheit, Sport', 'Sozialwissenschaften', 'Sprache, Literatur, Kommunikation, Information', 'Historische und Kulturwissenschaften', 'Kunst, Musik, Design', 'Mathematik, Informatik', 'Natur- und Umweltwissenschaften', 'Technische Wissenschaften', and 'Unterricht, Pädagogische Berufe'.



Alternativen



Kanton Bern
Canton de Berne

BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren
OP Centres d'orientation professionnelle

Laufbahn
Arbeiten im Ausland

Diese Liste gibt einen Überblick über die wichtigsten Institutionen und Plattformen, Dokumente und weiterführende Links zum Thema «Arbeiten im Ausland».

Auslandaufenthalt und Länderinformationen

Institution / Organisation	Beschreibung
Eidg. Departement für auswärtige Angelegenheiten EDA www.eda.admin.ch > Leben im Ausland	
Swiss Community Authortschweizer Organisation ASO	

studium
Zivildienst

Der Zivildienst ist ein ziviler Beitrag des Bundes zur Förderung des sozialen Zusammenhalts, zur gewaltfreien Konfliktlösung, zur nachhaltigen Entwicklung sowie zur Erhaltung des kulturellen Erbes. Zivildienstpflichtige Personen (Zivis) leisten Einsätze zum Beispiel in der Sozialpsychiatrie, in Pflegeheimen, Naturpark- und Umweltschutzprojekten oder anderen gemeinnützigen privaten oder

Zwischenlösungen
Sprachaufenthalte
Internetadressen und Vermittlungsstellen

Überlegen Sie sich, Ihre Fremdsprachenkenntnisse im In- oder Ausland aufzufrischen oder zu erweitern? Nachfolgend finden Sie nützliche Internetadressen, Suchtipps sowie eine Auswahl an Vermittlungsstellen, um geeignete Angebote (Sprachkurse, Au-Pair, Praktika, Arbeitseinsätze, Austauschprogramme) zu finden. Sprachaufenthalte und Arbeitseinsätze während beziehungsweise

Alternativen

Ab ins Ausland – aber wie?

- Sprachaufenthalte
- Austauschprogramme
- Arbeits- und Sozialeinsätze
- Arbeiten im Ausland
- Reisen



Alternativen

Mal etwas ganz anders tun – aber was?

- Jobben (Temporärarbeit im Beruf oder etwas ganz anderes)
- Praktikum in einem anderen Bereich
(z.B. Soziales, Gesundheit, Landwirtschaft)
- Militär oder Zivildienst



Anmeldung beim RAV

Wenn alle Stricke reissen!

- Wann?
- Wo und wie?
- Was muss man tun?
- Chance



www.berufsberatung.ch → Arbeit und Beschäftigung → Erwerbslos
RAV Kanton Bern
arbeit.swiss

Beruf und Familie

- Lebensplanung ist angesagt!
- Teilzeitarbeit für Frauen und Männer



- 20 Jahre Familienfrau/-mann – und dafür kein Geld im Alter?
- Dank reicher Partnerin / reichem Partner bleibe ich zu Hause!

Beruf und Familie – Lebensplanung!

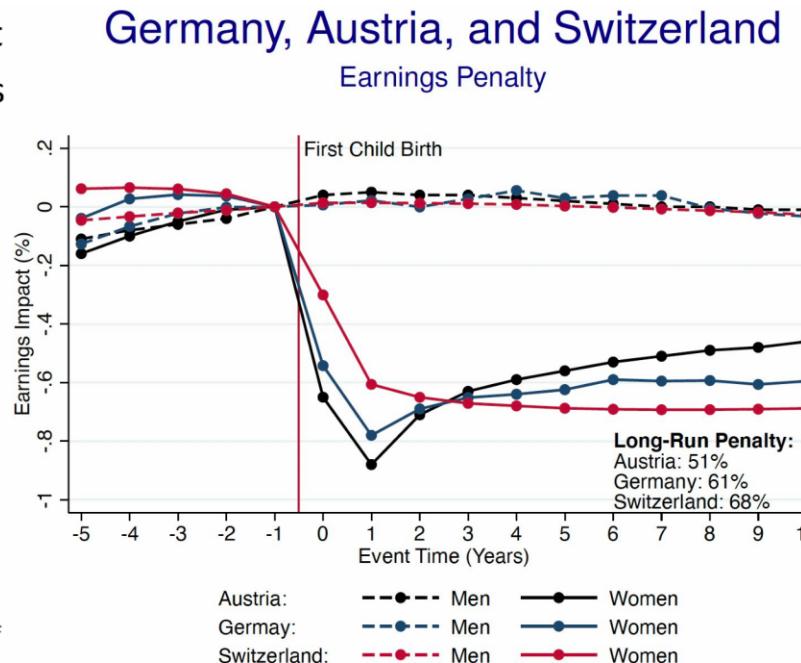
- Insbesondere in deutschsprachigen Ländern ist der Effekt der Geburt des ersten Kindes auf das Einkommen der Frauen (1) substantiell und (2) langanhaltend:
- Das Einkommen erreicht auch 10 Jahre später nicht wieder das Niveau vor der Geburt des Kindes/der Männer

Landais, Johanna Posch, Andreas Steinhauer, and Josef Zweimüller (2020). Do family policies reduce gender inequality? Evidence from 60 years of policy experimentation. No. w28082. National Bureau of Economic Research.

Kleven, Henrik, Camille Landais, Johanna Posch, Andreas Steinhauer, and Josef Zweimüller (2019). Child penalties across countries: Evidence and explanations In *AEA Papers and Proceedings* 109, 122-126.

Henrik Kleven; Landais, Camille; und Leite Mariante, Gabriel (2024). The Child Penalty Atlas. *Review of Economic Studies*.

Quelle: Dr. Jana Freundt, HSLU, SBFI Impulstagung April 2025



GST: Wie relevant das Thema grundsätzlich ist, zeigt auch die aktuelle [Erhebung des Bundesamts für Statistik](#): Frauen verdienen im Schnitt 16,2 Prozent – also 1'364 Franken – weniger pro Monat als Männer. Knapp die Hälfte dieses Unterschieds lässt sich nicht mit Merkmalen wie Beruf, Branche oder beruflicher Stellung erklären
– ein Hinweis auf geschlechtsspezifische Diskriminierung



Gleichstellung im Erwerbsleben

Das Gleichstellungsgesetz verlangt Lohnungleichheit und verbietet sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz. Die Gleichstellung in Unternehmen fördert zudem Diversität und Familienfreundlichkeit. Bei Fragen und Konflikten unterstützt die Fachstelle für die Gleichstellung von Frauen und Männer Arbeitnehmende und Arbeitgebende.



Meine Wahl treffen

Wie treffen Sie die beste Entscheidung?

1. Kontext der Entscheidung
2. Umgang mit Emotionen
3. Sich informieren und priorisieren
4. Verschiedene Optionen erwägen
5. Auf Distanz zur Entscheidung gehen
6. Chancen und Risiken abwägen
7. An sich selbst glauben und zu seiner Entscheidung stehen





Unsere Angebote im Überblick



Infothek

Erlebniswelt für Jugendliche
und Erwachsene

www.be.ch/biz-infotheken

Individuelle Öffnungszeiten:
www.be.ch/biz-standorte



Fragen?
Wir sind für Sie da.

Auskünfte telefonisch, per
Mail oder persönlich im BIZ

www.be.ch/biz-infoservice



Beratung

Diverse Angebote für Erwachsene

www.be.ch/laufbahnberatung



BIZ-Veranstaltungskalender



www.be.ch/biz-veranstaltungen

Sich erfolgreich im Arbeitsmarkt bewegen

BeWerbung
Bewerbungsdossier und Bewerbungsprozess unter der Lupe aktueller Trends
Mo, 03.11.2025 | BIZ Burgdorf
Do, 06.11.2025 | BIZ Thun
Di, 13.01.2026 | Online
jeweils von 19 bis 20.30 Uhr

Berufsalternative
Verschiedene
Übersicht über Berufsalternative für Erwachsene
Di, 16.09.2025
Di, 04.11.2025

Die eigene Laufbahn gestalten

Einsteigen in einen sozialen Beruf?
Ausbildungen, Tätigkeitsfelder und Einstiegsmöglichkeiten im Sozialbereich
Di, 21.10.2025 | Online | 19 bis 20.15 Uhr
Do, 06.11.2025 | BIZ Biel | 18 bis 19.15 Uhr
Di, 20.01.2026 | Online | 19 bis 20.15 Uhr

Beruflich verändern: So gelingt es!
Starthilfe für die berufliche Veränderung und den Durchblick im Weiterbildungsdschungel
Di, 02.09.2025 | Online
Mo, 03.11.2025 | BIZ Langnau
Di, 04.11.2025 | BIZ Langenthal
Di, 04.11.2025 | BIZ Thun
Di, 27.01.2026 | Online
jeweils von 19 bis 20.15 Uhr

Veranstaltungsprogramm
Anlässe und Workshops der BIZ
August 2025 – Februar 2026

Laufbahn- und Studienwahl

Eltern, stärken
Berufswahlprozess für Eltern und Kinder
Di, 10.01.2026 | Online | 19–20.30 Uhr

Berufswahl

Eltern, stärken
Berufswahlprozess für Eltern und Kinder
Di, 10.01.2026 | Online | 19–20.30 Uhr

La grande classe!
Encouragement des talents et formation
Di, 10.01.2026 | BIZ Interlaken | 19–20.30 Uhr
Di, 10.01.2026 | Gymnasium & FMS Thun | 19–20.30 Uhr
Di, 10.01.2026 | BFB Biel-Bienne | 19–21 Uhr (D+F)
Di, 10.01.2026 | OS Gsteighof Burgdorf | 19–20.30 Uhr

Die Lösung nach der 9. Klasse? |
La solution après la 11e année?
Information zu Brückengängen
Di, 10.01.2026 | BIZ Bern | ab 18.30 Uhr
Di, 10.01.2026 | Gymnasium Interlaken | ab 19 Uhr
Di, 10.01.2026 | BBZ Biel | ab 19 Uhr (D+F)
Di, 10.01.2026 | BIZ Thun | ab 19.30 Uhr

Workshops für Jugendliche
Berufswahlprozess optimieren, Vorstellungsgespräch überbrückt, Eignungstest vorbereiten
Di, 10.01.2026 | Gymnasium Burgdorf | 19–20.30 Uhr

Studium in Sicht
Informationen rund ums Studium für Eltern von Mittelschülerinnen und Mittelschülern
Mi, 22.10.2025 | Gymnasium Thun
Di, 20.01.2026 | Gymnasium Burgdorf
jeweils von 19 bis 20.30 Uhr

www.be.ch/biz-veranstaltungen

BIZ-Kursunterlagen



www.be.ch/biz-kurse

Ab in die Zukunft!



- Präsentationen
- Linkliste



Ihre Rückmeldung ist gefragt – herzlichen Dank!

