

Alles rund um den Job und die Weiterbildung:

## Die Laufbahn planen

**Es lohnt sich, Laufbahnplanung und Stellensuche mit der Klärung der eigenen Voraussetzungen zu beginnen. Von diesen hängt es wesentlich ab, welche Möglichkeiten einem offen stehen.**

Ganz egal, ob Sie nach der Lehrabschlussprüfung auf der Suche nach einer neuen Herausforderung sind oder im Lehrbetrieb Karriere machen wollen: Es ist hilfreich, eine Liste mit den eigenen Kompetenzen und Interessen zusammenzustellen. Die folgenden Fragen können dabei helfen: Wo liegen die Schwerpunkte meiner Interessen? Welche Ausbildungen habe ich abgeschlossen, in welchen Berufen habe ich gearbeitet? Welche Kompetenzen und beruflichen Erfahrungen habe ich dabei erworben? Welche ausserberuflichen Erfahrungen kann ich vorweisen?

### Meine Einstellungen, Werte und Ziele

Wie viel Gewicht messe ich meiner beruflichen Karriere bei? Wie wichtig sind mir ein gutes Einkommen und berufliches Prestige neben der Familie und anderem Ausserberuflichem? Welche persönlichen Werte und



Ziele sind für mich zentral und wo will ich in nächster Zukunft Akzente setzen? Welche Lebensziele verfolge ich?

### Prsönliche und berufliche Ziele

Laufbahnplanung bedeutet nicht nur die Beschäftigung mit beruflichen Fragen, sondern mit Fragen wie: Wie verbinde ich meine Karrierewünsche und meine Familienpläne? Ist in meinem Beruf Teilzeitarbeit möglich? Ist ein zeitweiser Ausstieg aus dem Beruf denkbar und ist der Wiedereinstieg realisierbar? Eine Doppelbelastung Familie, Beruf und allenfalls Weiterbildung muss frühzeitig eingeplant werden. pd

Lerntipps:

## Das richtige Umfeld

### 1. Wer lernt, braucht Platz

Suche dir also einen Lernplatz, auf dem du deine Unterlagen ausbreiten kannst und immer griffbereit hast. Das erspart lästiges Suchen und Kramen.

### 2. Ruhe, bitte!

Wer sich konzentrieren muss, der sollte nicht abgelenkt werden. Also: Telefon, Handy und Musik ausschalten. Das fällt vielleicht zuerst schwer, aber du wirst sehen, dass deine Gedanken dann viel leichter beim Thema bleiben. Besonders wenn du eine Hausarbeit schreiben musst, kann es ausserdem hilfreich sein, auch das Internet während des Schreibprozesses auszuschalten.

### 3. Licht ist wichtig

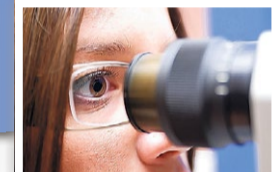
Tageslicht ist besonders angenehm für die Augen und lässt dich länger konzentriert arbeiten. (Falls es jedoch zu dunkel wird, sind Tageslichtlampen empfehlenswert: Denn ihr Licht ist dem des Tageslichts am ähnlichsten und die Augen ermüden wesentlich langsamer).

### 4. Ausreichend Getränke und kleine Snacks

Allerdings sollte es sich dabei nicht um Lebensmittel handeln, die schwer im Magen liegen oder vom Lernen ablenken. Für gute Luft sorgen: Fenster öffnen oder im Winter regelmässig durchlüften. pd



## Schaufenster



# Das «Flumserberg Ladies Open» findet im Herbst statt

**Das internationale Damenprofifolgtturnier, welches zum achten Mal im Golfclub Gams-Werdenberg ausgetragen wird, findet am 2. bis 4. September 2021 mit einem potentiellen Matchplaytag am 5. September 2021 statt.**

Die Mätzler Event GmbH, als Organisatorin des Turniers, hat mit den Sponsoren, dem Golfclub Gams-Werdenberg und den Verantwortlichen der Ladies European Tour die Verträge unterzeichnet. Damit kämpfen vom 2. bis 4. September 2021 90 Spielerinnen aus über 20 verschiedenen Ländern um den Turniersieg am Flumserberg Ladies Open. In der Ausgabe 2020 wurde noch ein zusätzliches Matchplay gespielt, welches live auf blueSport (ehem. Teleclub) übertragen wurde. «Die Liveübertragung letztes Jahr war ein grosser Erfolg und ist bei den Spielerinnen und beim Publikum sehr gut angekommen. Wir werden alles versu-



**Sanna Nuutinen, Finnland, Siegerin des Flumserberg Ladies Open 2020, versenkt den letzten Putt zum Turniergeinn.**

Daniel Stauffer

chen, um diese Fernsehübertragung trotz Corona und den zusätzlichen Kosten möglich zu machen.» so Geschäftsführerin Melanie Mätzler.

Das Flumserberg Ladies Open ist Teil der LET Access Series, der zweitobersten Liga Europas, und unterstützt vor allem junge Spielerinnen auf ihrem Weg an die Weltspitze. Davon profitieren auch die Schweizer Profi- und Amateurspielerinnen. Bei den Profispielerinnen geht es neben dem Preisgeld auch um die begehrten Startplätze auf der Ladies European Tour, welche gemäss Jahresranking vergeben werden. Bei den Amateurrinnen geht es um Amateur-Weltranglistenpunkte und Erfahrungssammlung in einem internationalen Turnier.

Am 2. und 3. September spielen alle Spielerinnen eine Runde, die besten 45 Spielerinnen aus diesen beiden Runden qualifizieren sich für das Finale vom 4. September. Nur wer das Finale erreicht, erhält Preisgeld und kann einen Teil der anfallenden Kosten für Flug, Mietauto, Unterkunft und Verpflegung

decken. Alle anderen Spielerinnen haben ausser Erfahrung nichts gewonnen. Melanie Mätzler, Turnierorganisatorin und selber Profispielerin kennt die Situation aus eigener Erfahrung: «Es ist wirklich hart. Jede Spielerin hat an einem Turnier Ausgaben zwischen 600 und 900 Franken, für die sie selber aufkommen muss. Um diesen Betrag zu decken, muss sie sich mindestens in den Top 15 rangieren.» Die Coronasituation macht es für die Spielerinnen nicht einfacher, Kosten zu sparen. «Normalerweise können wir den Spielerinnen Private Housing anbieten, wo sie bei Privatpersonen gratis übernachten und essen dürfen. Dies spart den Spielerinnen enorm viel Geld. Wir von der Organisation versuchen zusätzlich bei der Verpflegung vor Ort oder bei der Anreise entgegenzukommen.» so Mätzler. Wie die Corona Sicherheitsmassnahmen für das diesjährige Turnier aussehen, ist noch unklar. Aber durch das ausführliche Coronaprotokoll aufgrund der Erfahrungen vom letzten Jahr, ist die Organisation gut vorbereitet. pd

## Jäger-Immo: individuell und professionell

Roland Jäger, Inhaber der Jäger-Immo, ist als patentierter Grundbuchverwalter mit den grundbuchlichen Abläufen von Liegenschaftsverkäufen bestens vertraut. Als Mitglied einer Schätzungs-Kommission hat er hunderte von Häusern geschätzt. Zudem verfügt er als ehemaliger, langjähriger VR-Präsident einer Regionalbank aber auch über Insider-Kenntnisse bezüglich Finanzierungen im Immobilien-Bereich. Im Weiteren kann er als Mitglied einer amtlichen Mieterschlichtungsstelle auf solide Kenntnisse im Mietrecht zurückgreifen. Diese Kombination aus Fachkompetenz, verbunden mit Verhandlungsgeschick, bietet gute Voraussetzungen für eine erfolgreiche Immobilien-Vermittlung. Der Kunde kann also von einem umfassenden Knowhow einerseits, andererseits aber ebenfalls auch von den aktuellen, attraktiven Provisionssätzen profitieren. pd



[www.jaeger-immo.ch](http://www.jaeger-immo.ch) / Telefon 079 383 43 79



**Maiken Bing Paulsen, Norwegen, Siegerin des Flumserberg Ladies Open Matchplays 2020.**

Daniel Stauffer

## Mit uns kommen Sie rasend schnell zu mehr Kunden!



47'760 Exemplare  
info@rheintaler-bote.ch  
www.rheintaler-bote.ch  
071 844 23 50

**Rheintaler Bote**

