

# MOVE

TAGESZENTRUM



# Berufliche und soziale Integration auf Augenhöhe

Unsere flexiblen Angebote können auf deine Bedürfnisse und deine individuelle Situation angepasst werden. Wir unterstützen dich beim Erreichen deiner Ziele und sind an deiner Seite.

## Tageszentrum

### MOVE life

Wenn bei dir einiges unklar ist, du viele Herausforderungen hast und noch Zeit brauchst, bieten wir dir mit MOVE life eine umfassende Begleitung und Unterstützung. Das Wochenprogramm hilft dir beim Aufbau einer Tagesstruktur und beim Entwickeln von Perspektiven.

### MOVE job

Dies ist eine Integrationsmassnahme der IV. Hier kannst du dein Wochenprogramm stufenweise ausbauen und gezieltes und strukturiertes Kompetenztraining in Anspruch nehmen. Du gewinnst Orientierung in der Berufswahl und unternimmst Schritte Richtung Berufseinstieg.

## Flexible Angebote

### MOVE flex

Mit MOVE flex kannst du unser Kursangebot an einzelnen Tagen in der Woche nutzen. Gemeinsam mit dir stellen wir ein passendes Wochenprogramm zusammen, das deinen Bedürfnissen entspricht und deine Talente fördert. Zusätzlich unterstützt dich ein:e erfahrene Case Manager:in, mit der du regelmässig Termine planst.

## Coaching

### Case Management

Unser Case Management unterstützt dich individuell in deiner aktuellen Lebenssituation und entwickelt gemeinsam mit dir mögliche Strategien, um deine persönlichen und beruflichen Ziele zu erreichen. Hier findest du eine 1:1-Begleitung in sämtlichen Themenbereichen.

### Job Coaching

Während der Ausbildung oder dem Praktikum bieten dir unsere Job Coaches gezielte Unterstützung in allen Themen, welche deine Arbeit oder Schule betreffen. So hast du gute Voraussetzungen, deine Ausbildung erfolgreich abzuschliessen und eine passende Stelle zu finden.

# Was wir dir bieten



## coaching & support

Unser erfahrenes Team begleitet dich in deiner persönlichen und beruflichen Entwicklung. Deine Ansprechperson steht dir zur Seite, wenn du Support brauchst. Regelmässige Gespräche und Standortbestimmungen helfen dir dabei, an deinen Zielen dran zu bleiben.



## job & perspectives

Während deiner Zeit im MOVE kannst du dir eine berufliche Perspektive erarbeiten – bis hin zum erfolgreichen Start in die Ausbildung. Unsere Job Coaches unterstützen dich in der Berufswahl und helfen dir, Trainings- und Arbeitsmöglichkeiten zu finden.



## create & explore

In unseren kreativen Angeboten kannst du Projekte realisieren, ein Produkt herstellen oder deiner Kreativität freien Lauf lassen. Du hast auch die Möglichkeit, in ein handwerkliches Berufsfeld reinzuschmecken, zum Beispiel in der Holzwerkstatt.



## learn & improve

Das Bildungskoaching holt dich dort ab, wo du momentan stehst. Du kannst es nutzen, um schulische Lücken zu schliessen und Lerninhalte für deine beruflichen Ziele zu erarbeiten. Deine Skills kannst du auch in den Bereichen Auftrittskompetenz und Kommunikation erweitern.



## health & sports

Bouldern, Yoga, Outdoor-Workshop oder gemeinsam in die Sporthalle: Wir bieten dir Möglichkeiten, dich um deine Gesundheit zu kümmern und in Bewegung zu sein. Ob du bewusst Zeit in der Natur verbringen oder dich beim Sport auspowern möchtest, finden wir gemeinsam heraus.



## digital & skills

Eine starke Bewerbung schreiben, deine Office-Anwendungen verbessern, kreatives Design oder Programmierung lernen: Bei uns kannst du deine digitalen Kompetenzen erweitern, die dafür notwendige Soft- und Hardware steht dir zur Verfügung.

# MOVE

TAGESZENTRUM

Minervastrasse 2  
8032 Zürich  
Telefon 044 251 57 70  
[info@move-tageszentrum.ch](mailto:info@move-tageszentrum.ch)  
[move-tageszentrum.ch](http://move-tageszentrum.ch)

Ein Angebot der Stiftung start again

**start a g a i n**