

JUGENDSERVICE-TIPP

von
Linda Soliman
Jugendberaterin



Studienwahl

Ich maturiere in diesem Schuljahr und möchte danach ein Studium beginnen, kann mich aber bei den vielen Studiengängen nicht entscheiden. Wie treffe ich die richtige Wahl?
T., 18

Hallo T.,

sich für eine Studienrichtung zu entscheiden, ist keine leichte Aufgabe. Gleich vorweg: Es kommt darauf an, welchen beruflichen Weg du nach dem Studium gehen möchtest. Überleg' dir als ersten Schritt, wo deine Stärken und Interessen liegen. In einer kostenlosen Studienwahlberatung im JugendService geht es genau um diese und ähnliche Fragen. Zusätzlich kannst du bei uns verschiedene Interessenstests machen und so leichter zu einer Entscheidung kommen. Infos rund ums Studieren gibt es auch in unserer Broschüre „Alles Studium“ (jugendservice.at/shop) und auf unserer Webseite jugendservice.at/studium. Auf Bildungsmessen kannst du dich über diverse Bildungseinrichtungen informieren, z. B. auf der BeST³, von 7. bis 10. März in der Wiener Stadthalle. Vorbeischauen lohnt sich! Manchmal hilft es auch, wenn man den Uni-Alltag einmal live erlebt und sich in ein Studium „hineinfühlt“. Hierfür gibt es das Angebot „Studieren probieren“ (studierenprobieren.at). Und keine Angst: Es ist nichts in Stein gemeißelt. Selbst bei einer falschen Wahl kannst du das Studium wechseln. Melde dich gleich bei uns zu einer Studienwahlberatung!

JugendService

4320 Perg, Johann-Paur-Straße 1,
Mo und Mi: 14 bis 17 Uhr
Tel: 0664 6007215917
jugendservice-perg@ooe.gv.at
www.jugendservice.at

SENIORENBUND

Naarner siegen bei Eisstockturnier

BEZIRK PERG. Der Seniorenbund des Bezirks Perg hielt wieder seine Bezirksmeisterschaften im Eisstockschießen ab. Infolge Mangel an Eis am Badeseer Rechberg musste der Bezirksbewerb im Eisstockschießen in der Eishalle Tragwein ausgetragen werden. Die Naarner Mannschaft mit Karl Lettner, Josef Lettner, Helmut Stadlbauer und Johann Hintersteiner siegte

dabei mit großem Vorsprung vor Windhaag und Waldhausen, die erstmals im Spitzenfeld landeten und sich besonders auf die Teilnahme bei der Landesmeisterschaft freuen. „Die Teilnahme mit elf Mannschaften war hervorragend“, freut sich Bezirkssportreferent Johann Naderer. Die Sportreferenten und Bezirksobmann Karl Grufeneder gratulieren herzlich. ■

LEBENS-TIPP

von
Elisabeth Asanger



Es ist, wie es ist. Aber ...

Das Leben zeigt uns in seiner Vielfalt die unterschiedlichsten Facetten auf. Neben all der Buntheit gibt es Belastungen, die sich auf Gesundheit und Wohlbefinden auswirken. Äußere Einflüsse erschweren den persönlichen Alltag und können doch nicht verändert werden. Sie rauben Kraft und erzeugen ein Gefühl von Machtlosigkeit. Daher stellt sich die Frage, wie viel Energie will ich in jene Dinge legen, wo kein Schritt zur Verbesserung möglich ist? Wie viel Energie bin ich bereit zu geben, wo keine Lösung sichtbar wird? Und wie viel Energie will ich aufwenden, um einen neuen Weg zu finden? Die Entscheidung, den Blickwinkel zu verändern, kann immer getroffen werden. Wie wird der persönliche Scheinwerfer positioniert und welchen Teil meines Lebens beleuchte ich? Werfe ich das Licht auf die negativen Dinge oder bestrele ich die – vielleicht kurzen, manchmal schon vergessenen Glücksmomente. Die Entscheidung, den Blick ins Positive zu lenken, hat Auswirkungen – auf das Umfeld und die eigene Persönlichkeit. Positive Gedanken beeinflussen die Gefühle und das Verhalten. Eines der wirksamsten Gefühle ist das Gefühl der Dankbarkeit. Nachweislich wurde festgestellt, dass Emotionen, die aus Dankbarkeit entstehen, wie Energiebooster wirken. Sie bauen Stress ab, verringern den Ärger-Prozess und stärken das Immunsystem. In diesem Sinne ist es eine gute Entscheidung, sich bewusst zu machen, wofür das Leben lebenswert ist – und dafür dankbar zu sein. Denn: Es ist, wie es ist. Aber es wird, was DU daraus machst.



Sie sind Feuer und Flamme für Ihre Feuerwehr?

Anmelden & abstimmen ab 6. März 2024 auf tips.at

Tips
total regional.

ORF oö
Weil wir OÖ lieben

ober
österreich

SPARKASSE

Zipfer

Elisabeth Asanger

aus Perg, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Psychosoziale Beratung, Elternbildnerin und Safe-Familien-Mentorin