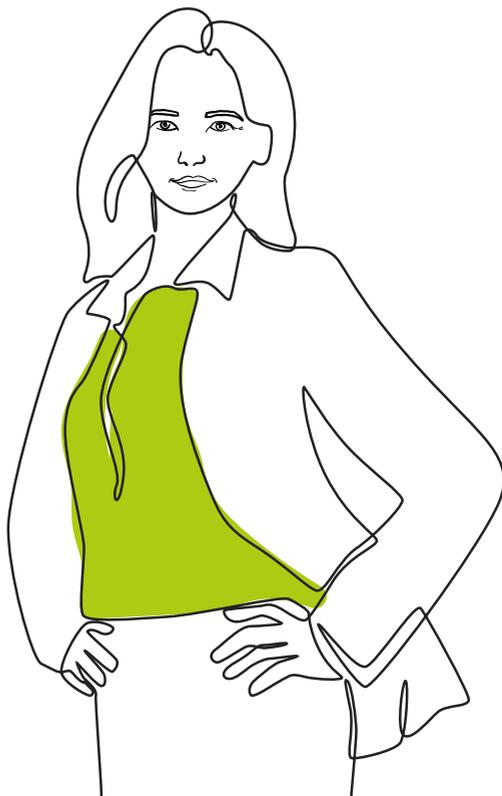


Selbstbewusst zurück in den Beruf



PROGRAMM 2023

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Angebote für Frauen	
Datenschutz	4
Charta der Grundrechte der Europäischen Union	4
Bildung + Qualifizierung	5
Information + Anmeldung	6
Beratung + Coaching	7
KoStelle unterwegs	8
Coaching – Berufsbegleitende Zusatzausbildung	12
Alleinerziehenden-Café	14
Berufsausbildung in Teilzeit – keine halbe Sache!	15
Onlineangebote	16
Seminare vor Ort	19
Bildungsurlaub	28
Seminar für Existenzgründerinnen	29
Informationsveranstaltungen	30
Angebote für Unternehmen	
Gesellschaft verändert sich	34
Wir stärken die Region	35
Leistungen für Ihr Unternehmen	35
Sie möchten etwas bewegen?	35
Wir sind dabei!	36
Terminübersicht	38

SIE MÖCHTEN WIEDER IN DEN BERUF EINSTEIGEN? DANN SIND SIE BEI UNS GENAU RICHTIG!



Von links: Katrin Fedler, Ewelina Bujalski, Catrina Lohmeyer

Seit 2010 unterstützt die Koordinierungsstelle frau+wirtschaft im Landkreis Nienburg Wiedereinsteigerinnen erfolgreich bei der Rückkehr ins Berufsleben.

Wir begreifen uns als Verbindung zwischen Wirtschaft, Arbeitsmarkt, Weiterbildungsträgern und im Landkreis lebenden Frauen. Gefördert wird die Koordinierungsstelle aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Niedersachsen. Finanziell unterstützt werden wir zudem von allen Samtgemeinden und Städten des Landkreises Nienburg sowie dem Landkreis Nienburg.

Wir bieten Frauen ein individuelles Beratungs-, Coaching- und Seminarprogramm. Im vertraulichen und bedarfsgerechten Rahmen werden gemeinsam Lösungen entwickelt, um den Wiedereinstieg ins Berufsleben bestmöglich zu meistern.

Der Verbund Wirtschaft+Familie e.V. arbeitet seit 2011 im Landkreis Nienburg und ist ein Zusammenschluss von engagierten Unternehmen der regionalen Wirtschaft und Sozialwirtschaft sowie kommunalen Einrichtungen und Initiativen im Landkreis Nienburg. Wir bieten Antworten auf die Fragen rund um das Thema Vereinbarkeit von Familie und Beruf und die damit verbundene Steigerung der Attraktivität des Unternehmens.

Katrin Fedler

Ewelina Bujalski

Catrina Lohmeyer

DATENSCHUTZ



Am 25. Mai 2018 trat die Europäische Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in Kraft. Diese Richtlinie sorgt dafür, dass der Umgang mit persönlichen Daten noch sicherer und transparenter wird. Um den darin enthaltenen Anforderungen gerecht zu werden, haben wir unsere Arbeitsabläufe geprüft und unsere Datenschutzerklärung aktualisiert. Diese können Sie unter dem folgenden Link einsehen:

<https://www.frau-und-wirtschaft-ni.de/ueber-uns/datenschutzerklaerung-der-koostelle-frau-und-wirtschaft/>

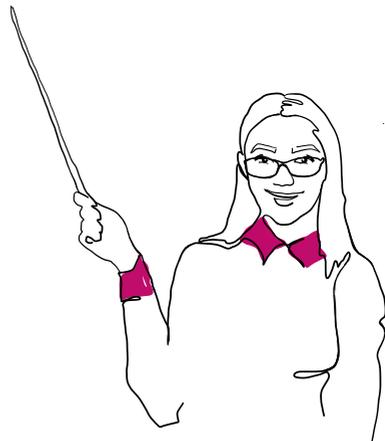
Die Koordinierungsstelle frau+wirtschaft hat eine Informationspflicht nach Art. 13 DSGVO gegenüber Teilnehmenden von VNB-Veranstaltungen. Mit der Anmeldung zu einem Angebot bestätigen Sie, dass Sie die Information zur Kenntnis genommen haben. Alles Wissenswerte über die Informationspflicht finden Sie auf unserer Homepage unter:

<https://www.frau-und-wirtschaft-ni.de/informationspflicht-nach-art-13-ds-gvo/>

CHARTA DER GRUNDRECHTE DER EUROPÄISCHEN UNION

Wir verpflichten uns der Achtung der Charta der Grundrechte der Europäischen Union. Diese enthält wichtige Grundrechte, wie u.a. die Nichtdiskriminierung, die Gleichheit von Frauen und Männern, die Integration von Menschen mit Behinderung, den Umweltschutz und den Schutz personenbezogener Daten. Weitere Informationen finden Sie unter:

www.europa-fuer-niedersachsen.de



BILDUNG + QUALIFIZIERUNG



Wir entwickeln etwas gemeinsam!

Catrina Lohmeyer

Telefon: 05021 922 91-96
catrina.lohmeyer@vnb.de

- + Aufbauend
- + Professionell
- + Zielführend

Mit uns gehen Sie selbstbewusst in den Bewerbungsprozess, wir bieten Ihnen:

- + Orientierung und Weiterbildung
- + Zielführende Strategien der Berufs- und Karriereplanung
- + Professionelle Seminare zur Unterstützung Ihres Bewerbungsprozesses
- + Kontakte zu Unternehmen im Landkreis

Bei uns stimmen die Rahmenbedingungen:

- + Fortbildungsmaßnahmen vor Ort in Stadt und Landkreis Nienburg
- + Familiengerechte Zeiten und Strukturen
- + Zusammenarbeit mit erfahrenen Dozierenden

Bei der Wahl geeigneter Bildungs- und Qualifizierungsmaßnahmen helfen wir Ihnen unter 05021 922 91-95 gerne weiter.

INFORMATION + ANMELDUNG



Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Ewelina Bujalski

Telefon: 05021 922 91-95
frau-und-wirtschaft@vnb.de

- + Freundlich
- + Hilfsbereit
- + Kompetent

Zu Beratungsangeboten

melden Sie sich bitte telefonisch unter 05021 922 91-95 an. Sollten Sie uns nicht erreichen, hinterlassen Sie uns gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter oder schreiben eine E-Mail an frau-und-wirtschaft@vnb.de. Wir melden uns schnellstmöglich bei Ihnen.

Anmeldungen zu Seminaren und Veranstaltungen

können direkt online unter: www.frau-und-wirtschaft-ni.de/bildung/veranstaltungsuebersicht/ bis zu einer Woche vor Beginn erfolgen. Zudem haben Sie auch die Möglichkeit, sich persönlich oder telefonisch anzumelden. Sie erhalten eine systemgenerierte Anmeldebestätigung.

Kennen Sie schon unseren Newsletter?

Auf der Startseite unserer Homepage können Sie sich direkt für unseren Newsletter anmelden und werden über aktuelle Angebote informiert.

Sollten Sie einen Beratungstermin nicht wahrnehmen können oder zu einem Seminar verhindert sein, geben Sie uns bitte umgehend Bescheid. Sie erreichen uns montags bis donnerstags von 9.00 bis 12.00 Uhr oder per E-Mail.

BERATUNG + COACHING



Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie!

Katrin Fedler

Telefon: 05021 922 91-97
katrin.fedler@vnb.de

- + Individuell
- + Ganzheitlich
- + Vertraulich

Fühlen Sie sich angesprochen, wenn Sie folgende Fragen lesen?

- + Sie möchten wieder in den Beruf einsteigen und wissen nicht so recht wie?
- + Benötigen Sie Unterstützung bei Organisation und Struktur?
- + Welche Rahmenbedingungen sind Ihnen für einen beruflichen Wiedereinstieg wichtig?

Die Koordinierungsstelle begleitet Sie und bietet Ihnen Beratung auf Ihrem Weg zurück in den Beruf. Wir ...

- + beraten wohnortnah und auf Wunsch online.
- + bieten Ihnen individuelle und ganzheitliche Unterstützung.
- + arbeiten Ihre Begabungen und Kompetenzen heraus.
- + berücksichtigen Ihre persönliche Situation.
- + helfen Ihre eigenen beruflichen Ziele zu erkennen.

Gerne vereinbaren Sie Ihren Beratungstermin telefonisch unter 05021 922 91-95.

KOSTELLE UNTERWEG

Wir sind da, wo Sie sind!

Der Landkreis Nienburg ist ein Flächenlandkreis und die Wege können lang sein. Um Ihnen die Teilnahme zu erleichtern, bieten wir Ihnen unser Beratungs- und Seminarangebot in allen Samtgemeinden und Städten des Landkreises an. Hier erfahren Sie, wann Sie uns wo antreffen. Ihre Anmeldung nehmen wir gerne online oder telefonisch entgegen.

FLECKEN STEYERBERG

Seminarhaus/Klimabüro, Kirchstraße 30, 31595 Steyerberg

08.03.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Individuelle Berufswegberatung
08.11.2023	9.15 – 12.30 Uhr	Seminar „Bleibt alles anders – Positiv mit äußeren Veränderungen umgehen“
08.11.2023	13.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Berufswegberatung

SAMTGEMEINDE STEIMBKE

Rathaus Steimbke, Kirchstraße 4, 31634 Steimbke

15.03.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Individuelle Berufswegberatung
11.10.2023	9.15 – 12.30 Uhr	Seminar „Intuitive Neuorientierung und -ausrichtung mit Hilfe eines Visionboards“
11.10.2023	13.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Berufswegberatung

SAMTGEMEINDE WESER-AUE

Rathaus Liebenau, Ortstraße 28, 31618 Liebenau

26.04.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Individuelle Berufswegberatung
13.11.2023	19.00 – 22.00 Uhr	Seminar „Am Anfang steht eine Idee – Workshop für Gründungsinteressierte“

Rathaus Marklohe, Rathausstraße 14, 31608 Marklohe

01.11.2023	9.15 – 12.30 Uhr	Seminar „Der Zwerg sitzt auf dem Eierbaum - das merk ich mir!“
01.11.2023	13.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Berufswegberatung

SAMTGEMEINDE GRAFSCHAFT HOYA

Rathaus Eystrup, Bahnhofstraße 53 in 27324 Eystrup

14.06.2023	9.15 – 12.30 Uhr	Seminar „Souveräner Umgang mit Machtspielen – von der Dame zur Königin des Spiels“
14.06.2023	13.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Berufswegberatung

Rathaus Hoya, Schloßplatz 2, 27318 Hoya

15.11.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Individuelle Berufswegberatung
------------	------------------	--------------------------------

SAMTGEMEINDE MITTELWESER

Alter Bahnhof, Bahnhofstraße 2, 31592 Stolzenau

01.03.2023	9.15 – 12.30 Uhr	Seminar „Inneres Team“ – Coach dich selbst!“
01.03.2023	13.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Berufswegberatung

Rathaus Landesbergen, Hinter den Höfen 13, 31628 Landesbergen

22. 11.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Individuelle Berufswegberatung
-------------	------------------	--------------------------------

SAMTGEMEINDE HEEMSEN

Rathaus Rohrsen, Wilhelmstraße 4, 31627 Rohrsen

22.03.2023	9.15 – 12.30 Uhr	Seminar „Zeit- und Aufgabentetris: Wie Sie Ihre Zeit & Energie besser einsetzen“
22.03.2023	13.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Berufswegberatung
29.11.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Individuelle Berufswegberatung

KOSTELLE UNTERWEGS

SAMTGEMEINDE UCHTE

Rathaus Uchte, Balkenkamp 1, 31600 Uchte

21.06.2023	9.15 – 12.30 Uhr	Seminar „Grenzen setzen im Arbeitsalltag“
21.06.2023	13.00 – 14.30 Uhr	Individuelle Berufswegberatung
06.12.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Individuelle Berufswegberatung

STADT REHBURG-LOCCUM

Romantik Bad Rehburg, Friedrich-Stolberg-Allee 4, 31547 Rehburg-Loccum

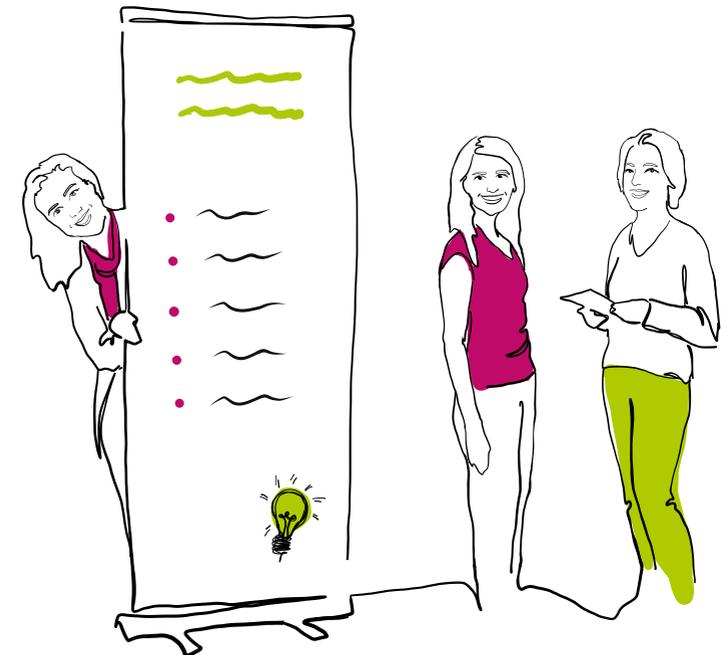
07.06.2023	9.00 – 14.00 Uhr	Informationsforum: Nach der Familienphase zurück in den Beruf
13.10.2023	9.15 – 15.00 Uhr	Seminar „Wechseljahre: Kraftvoll durch die Veränderung“

INFOMOBILTOUR 2023

04.09. – 15.09.2023

Jedes Jahr im Spätsommer fährt das Team der Koordinierungsstelle durch den Landkreis und steht morgens und mittags vor Kindergärten und in der Zwischenzeit vor dem Rathaus der jeweiligen Gemeinde oder einer anderen Institution. Kommen Sie gerne vorbei und sprechen Sie uns an. Die genauen Termine entnehmen Sie bitte zu gegebener Zeit unserer Homepage oder der Tagespresse.

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen und Ihnen zuzuhören!



Mit freundlicher
Unterstützung
von:

avacon

COACHING – BERUFSBEGLEITENDE ZUSATZAUSBILDUNG

Coaching bedeutet lösungs- und zielorientierte Beratung und Begleitung von Menschen zur Bewältigung ihrer beruflichen Anforderungen und Entwicklungen. Es ist somit ein konstruktives Konzept zur eigenen Persönlichkeitsentwicklung und Karriereplanung. Im Coachingprozess entwickeln Coachee und Coach gemeinsam Strategien für eine individuelle Situationsveränderung und Zielerreichung. In vielen Arbeitsfeldern wie bspw. Führung, Teamentwicklung, Rollenklärung uvm. ist Coaching ein wichtiges Handlungs- und Entwicklungsinstrument.

ZIELGRUPPEN:

- + Menschen aus Beratungsberufen
- + Personalverantwortliche
- + Pädagogisch und therapeutisch Tätige
- + Führungs- und Leitungskräfte
- + Freiberufliche und Selbstständige
- + Menschen in beruflichen Umbrüchen

September 2023 – Juni 2024 in Nienburg

ORGANISATORISCHES Die Ausbildung findet von September 2023 bis Juni 2024 statt und umfasst insgesamt 207 Unterrichtsstunden, verteilt auf 12 Ausbildungsmodulare, 2 Einzelcoaching-Sitzungen, 11 Transfergruppentreffen und das Abschlusscolloquium.

ORT Pfarrgemeinde St. Bernward, Stettiner Str. 1A, 31582 Nienburg

ZUGANGSVORAUSSETZUNGEN Mindestalter 25 Jahre, Erfahrung in eigenen Beratungs- oder Supervisionsprozessen. Mindestens drei Jahre Berufspraxis. Bereitschaft, sich auf Prozesse und Methoden einzulassen.

GEBÜHR 3.700 €. Die Vereinbarung einer Zahlung in Teilbeträgen ist möglich. Gerne informieren wir Sie zudem über finanzielle Fördermöglichkeiten.

AUSBILDUNGSGRUPPE 10 - 14 Teilnehmende.

BILDUNGSURLAUB Es sind jeweils 5 Tage für 2023 und 2024 bewilligt.

ZERTIFIKAT Ihre erfolgreiche Teilnahme wird durch ein Zertifikat des VNB als niedersächsische Landeseinrichtung für Erwachsenenbildung bescheinigt. Bei Erfüllung aller Voraussetzungen kann zusätzlich ein IHK-Zertifikat „Coach – Lösungs- und zielorientierte Beratung und Begleitung (IHK)“ erworben werden (Zusatzkosten in Höhe von 175 €). Für beide Zertifikate gelten identische Voraussetzungen.

ANFANG & AUSBLICK - 25.–29.09.2023 - Einführungstag und Einführung in ILIAS E-Learning Plattform (Bildungsurlaub)

BASIS & BODEN - Grundlagen und Einsatzfelder von Coaching

FUNDAMENTE & FALLSTRICKE - Basiskompetenzen für gelingendes Coaching

WERTE & WURZELN - 17.11. + 18.11.2023 - Persönliche Grundlagen, Verantwortungen und Werkzeuge

ÜBER WORTE HINAUS - 08.12. + 09.12.2023 - Körpersprache und Veränderungsprozesse

DYNAMISCH & VIELFÄLTIG - 26.01. + 27.01.2024 - Aspekte im Teamcoaching

UNTER DRUCK - 12.–16.02.2024 - Coachingstrategien zur Belastungsbewältigung (Bildungsurlaub)

GEDANKEN & EINSTELLUNGEN - Arbeit mit inneren Haltungen im Coaching

FÜHREN & FÖRDERN - Coaching in der Arbeitswelt

WERKSTATT TAG DIGITALE COACHINGPROZESSE - 15.03.2024* (Onlinemodul) - Methodenmix und -transfer für erfolgreiches Coaching in digitalen Räumen

STANDPUNKTE KLÄREN - 26.04. + 27.04.2024 - Konfliktcoaching und Aufstellungsarbeit

RAHMEN & REFLEXION - 17.05. + 18.05.2024 - Kontrakt und Setting, Fallsupervision und Praxisfragen

ZU GUTER LETZT - 07.06. + 08.06.2024 - Abschlusscolloquium

SEMINARZEITEN: Montag - Donnerstag: i.d.R. Beginn 9.30 Uhr | Ende 17.30 Uhr
Freitag - Samstag: i.d.R. Beginn 9.30 Uhr | Unterschiedliche Endzeiten

*Onlinemodul: Freitag 9.30 – 15.30 Uhr

INFORMATION & BERATUNG

Katrin Fedler (Information + Beratung)
Koordinierungsstelle frau+wirtschaft im
Landkreis Nienburg
05021 922 91-97, katrin.fedler@vnb.de

ANMELDUNG

Anke Peterwitz (Anmeldung)
0511 123 564-917,
anke.peterwitz@vnb.de

Eine ausführliche Beschreibung der Ausbildung finden Sie unter www.coaching.vnb.de



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.



ALLEINERZIEHENDEN-CAFÉ

Mit Kinderbetreuung

Das Alleinerziehenden-Café gibt Alleinerziehenden die Möglichkeit, sich in einem zwanglosen Rahmen auszutauschen und von ihrem gegenseitigen Wissen und ihren Erfahrungen zu profitieren. Auf Wunsch der Gruppe organisieren die Gastgeberinnen Vorträge zu relevanten Themen wie z.B. "Welche finanziellen Leistungen gibt es für Alleinerziehende?" oder „Möglichkeiten des beruflichen Wiedereinstiegs“ oder „Aufwachsen ohne männliche Bezugsperson“.

Ablauf:

- + Begrüßung
- + Evtl. Vortrag
- + Zeit zum Austausch
- + Gemeinsamer Abendsnack



Termine:

Freitag 10.02., 21.04., 23.06., 01.09., 24.11.
von 16.00 – 17.30 Uhr

Die Termine können einzeln wahrgenommen werden.

Gastgeberinnen: Katrin Fedler, Mirja Kleuker, Susanne Reinert

Ort: Familienzentrum St. Michael,
Martinsheidestraße 2, 31582 Nienburg

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Für Getränke ist gesorgt. Es wäre schön, wenn Sie eine leckere Kleinigkeit für einen gemeinsamen Abendsnack mitbringen. Alle Termine finden mit Kinderbetreuung für Kinder bis 9 Jahre statt.

Nähere Informationen zum Alleinerziehenden-Café:

Im Familienzentrum St. Michael unter:

Telefon 05021 915 53-11 oder
E-Mail: familienzentrum.michael.nienburg@evlka.de



In der Koordinierungsstelle frau+wirtschaft unter:

Telefon 05021 922 91-97 oder
E-Mail: katrin.fedler@vnb.de - www.frau-und-wirtschaft-ni.de



Im Jobcenter Nienburg unter:

Telefon 05021 907 12-25 oder
E-Mail: jc-nienburg.bca@jobcenter-ge.de



BERUFSAUSBILDUNG IN TEILZEIT – KEINE HALBE SACHE!

Die Teilzeitberufsausbildung ist eine vollwertige Berufsausbildung!

Mit der Ausbildung in Teilzeit, haben Personengruppen mit berechtigtem Interesse die Möglichkeit, einen anerkannten Berufsabschluss zu erreichen. Zudem vergrößern Unternehmen ihre Chancen, dringend benötigte Fachkräfte zu gewinnen oder zu halten. Die Teilzeitberufsausbildung ist im Berufsbildungsgesetz als Möglichkeit festgelegt (§ 7a BBiG) und endet mit einem regulären Abschluss.

Info-Veranstaltung am 28.09.2023
Weitere Infos auf Seite 33

Teilzeitausbildung – wie geht das?

- + In jedem anerkannten betrieblichen Ausbildungsberuf
- + Für die gesamte Ausbildungszeit oder für einen bestimmten Zeitraum der Berufsausbildung kann die tägliche oder wöchentliche Ausbildungszeit verkürzt werden (maximal um 50 %)
- + Auszubildende in Teilzeit haben bei einer täglichen Verkürzung der Arbeitszeit genauso viele Urlaubstage wie Vollzeitauszubildende (bei Reduzierung der betrieblichen Ausbildungstage pro Woche, fällt der Urlaubsanspruch in der Regel anteilig aus)
- + Berufsschulunterricht findet in Vollzeit statt und wird anteilig auf die Wochenarbeitszeit angerechnet
- + Ausbildungsvertrag mit TZ-Vereinbarung
- + Gemeinsamer Antrag von Azubi und Ausbildungsbetrieb
- + Genehmigung durch die zuständige Kammer

Sie sind interessiert, haben aber noch Fragen?

Mirja Kleuker, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters im Landkreis Nienburg berät Sie gerne!

Telefon: 05021 907 12-25 oder E-Mail: jc-nienburg.bca@jobcenter-ge.de



E-LEARNING

Sie möchten sich zeit- und ortsunabhängig auf den nächsten Karriereschritt vorbereiten? Mit unseren Onlinekursen erhalten Sie praxisorientierte Handlungsstrategien und konkrete Empfehlungen von Expert*innen. Die Kurse sind einzeln buchbar und können komplett von zu Hause aus durchgeführt werden. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein internetfähiges Endgerät. Sie haben die Möglichkeit, sich jederzeit an uns zu wenden, um einen Zugang zu erhalten.

FIT FÜR VORSTELLUNGSGESPRÄCHE

Sie haben eine Einladung zu einem Vorstellungsgespräch erhalten und möchten wissen, wie Sie das Gespräch erfolgreich meistern? Im Videokurs erhalten Sie wertvolle Tipps für eine gute Vorbereitung und ein souveränes Auftreten. Dozentin: Eva Schadeck

ERFOLGREICH VERHANDELN DANK GUTER VORBEREITUNG

Dieser Videokurs bereitet Sie optimal auf die nächste Gehaltsverhandlung vor. Sie erlernen wertvolle Gesprächsgrundlagen, mit denen Sie voller Selbstvertrauen in die bevorstehende Gehaltsverhandlung gehen können. Dozentin: Anika Werner

GRUNDLAGENTRAINING RHETORIK

Sie führen in beruflichen Kontexten oft wichtige Gespräche und möchten Ihr Gegenüber mit gelassener und souveräner Ausstrahlung von Ihren Anliegen überzeugen? Im Videokurs erhalten Sie einen Überblick über die wichtigsten Grundlagen der Rhetorik und optimieren mit kleinen Übungen Ihren Sprachstil. Dozentin: Gwendolin Jungblut

Neu seit 2023 im Programm

BITTE KLOPFEN! AKUPRESSUR IN BERUFLICHEN STRESSSITUATIONEN

Der Videokurs bietet eine Einführung in die Selbsthilfe-Technik der „Klopf-Akupressur“. Hierbei werden bestimmte Körperpunkte durch sanftes Beklopfen mit den Fingern stimuliert. Sie erzielen eine belastungsmindernde Wirkung in emotionalen Stress-Situationen. Lampenfieber vor dem nächsten Bewerbungsgespräch und plötzliche Überforderung können Beispielsituationen sein, in denen die „Klopf-Akupressur“ eine effiziente Unterstützung im Berufsleben ist.

Dozent: Dr. Thomas Volkert

NIMBUS – SELBSTLERNMODUL

In diesem Selbstlernmodul erhalten Sie neue inspirierende Möglichkeiten Ihre Bewerbungsunterlagen umfassend selbst zu erstellen. Ziel des Selbstlernmoduls ist es, Ihre Kenntnisse und Kompetenzen rund um die Erstellung Ihrer Bewerbungsunterlagen zu erweitern. So werden Sie jederzeit in der Lage sein, Ihre Bewerbungsunterlagen auf die jeweiligen Stellenprofile anzupassen. Dozentinnen: Katrin Fedler & Catrina Lohmeyer



GESTÄRKT IN DIE WOCHE STARTEN VIRTUELLES TREFFEN AM SONNTAGABEND

Stärken Sie den liebevollen Blick auf sich selbst!

Das wiederkehrende Onlineformat „Gestärkt in die Woche starten“ unterstützt Sie durch angeleitete Auseinandersetzung mit der eigenen Selbstwirksamkeit und Ihren Persönlichkeitsmerkmalen. Gleichzeitig stärken sich die Teilnehmerinnen durch persönlichen Austausch untereinander, profitieren von wechselnden Themen rund um ihre Lebensrealitäten und bauen Selbstbewusstsein auf. Lernen Sie sich im privaten, besonders aber im beruflichen, Kontext gut aufzustellen. Das Format findet monatlich statt und bietet folgende Themen:

Virtuelles Treffen am
Sonntagabend

- + 19.02.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Durchstarten: Unabhängig(er) von der Meinung anderer
- + 19.03.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Gesellschaftliche Anforderungen an Frauen: Widdewiddewitt – Ich mache es, wie ich will!
- + 14.05.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Frau, ärgere dich nicht! Cool bleiben & Konflikte managen
- + 18.06.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Denkpause: Grübeln und Endlosschleifen durchbrechen!
- + 27.08.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Fokus setzen: Was ist mir wichtig?
- + 17.09.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Tschüss Selbstzweifel! Ab heute ohne.
- + 12.11.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Schlagfertig Grenzen ziehen
- + 10.12.2023 von 20.00 – 21.30 Uhr
Jahresabschluss 2023

Ort: Online über Zoom
Dozentin: Anika Werner

Dies ist eine Kooperationsveranstaltung mit der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft im Landkreis Northeim.

„INNERES TEAM“ – COACH DICH SELBST!

Wussten Sie, dass jede von uns verschiedene Teammitglieder in sich führt? Manche bewusst, manche unbewusst. Es ist sozusagen, wie ein kleines Unternehmen in uns. In diesem Seminar setzen Sie sich mit Ihrem Team auseinander und lernen, welche Teammitglieder Sie wieder besser steuern sollten. Anhand einer Selbstcoachingübung erfahren Sie, wie Sie auf andere wirken und wie man Sie einschätzt. Stärken Sie Ihr Selbstbewusstsein, also das Bewusstsein über sich selbst. Sie gewinnen Selbstsicherheit und innere Stärke, die Sie in der Kommunikation, im Auftreten und in Ihrer beruflichen Entwicklung gut gebrauchen können.

Mittwoch 01.03.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr

Ort: Alter Bahnhof, Bahnhofstraße 2, 31592 Stolzenau
Dozentin: Jana Jeske



„UND GELD IST DOCH WICHTIG!“ – FINANZMANAGEMENT IN DER PARTNERSCHAFT

Im Rahmen des Onlineworkshops betrachten Sie Stereotype des Finanzmanagements in Paarbeziehungen und die möglichen Auswirkungen auf die aktuelle und zukünftige finanzielle Lage der Frau. Außerdem gibt es praktische Tipps, was Sie konkret tun können, um sich in Partnerschaften finanziell zu behaupten und sich langfristig im Umgang mit gemeinsamen Finanzen zu positionieren.

Dies ist eine Kooperationsveranstaltung mit Petra Bauer, der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Nienburg.

Montag 06.03.2023 von 9.00 – 10.30 Uhr
Ort: Online über Zoom
Dozentin: Anika Werner

FRAUEN IN DER LEBENSMITTE – ZEIT FÜR GUTE FRAGEN

Die Lebensmitte erreichen Sie mit dem Ende Ihrer Dreißiger. Da ist es Zeit für ein erstes Resümee in der Lebensmitte! Warum stellen Sie ausgerechnet gerade jetzt so vieles in Frage? Anstatt Falten und Midlife-Crisis zu frönen, sollten Sie diese Lebensphase nutzen, um Ihren wahren Bedürfnissen nachzugehen. Die Lebensmitte ist ein wichtiger Übergang, in dem Ihnen oft bewusst wird, dass Zeit und Kraft nicht endlos verfügbar sind. Umso wichtiger, dass Sie sich genau überlegen, was Sie mit Ihrer kostbaren Zeit anfangen wollen.

Montag 20.03.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr
Ort: frau+wirtschaft, Goetheplatz 5a, 31582 Nienburg
Dozentin: Sandra Differt

ZEIT- UND AUFGABENTETRIS: WIE SIE IHRE ZEIT & ENERGIE BESSER EINSETZEN

An manchen Tagen sind Sie energiegeladener, dass Sie Bäume entwurzeln könnten, an anderen Tagen sind Sie müde, erschöpft und ausgelaugt? Doch woran liegt das? Und was können Sie proaktiv tun, damit es Ihnen gut geht?

In diesem Workshop erhalten Sie mehr Klarheit über sich selbst und finden heraus, wo in Ihrem Alltag Zeitfresser und Stressfallen lauern. Sie lernen einen besseren Umgang mit der eigenen Zeit und Energie. Ermitteln Sie hilfreiche Ressourcen und Methoden, mit denen Sie Herausforderungen erfolgreich entgegenwirken und Erholungsphasen bewusst in Ihren Alltag einplanen.

Mittwoch 22.03.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr
Ort: Rathaus Rohrsen, Wilhelmstraße 4, 31627 Rohrsen
Dozentin: Marion Schilcher

STILSICHER IM JOB

Unterstreichen Sie Ihre Kompetenz und berufliche Qualifikation mit dem passenden Erscheinungsbild. Die Wahl der Kleidung und ein souveräner Gesamteindruck spielen im ersten Moment der Kontaktaufnahme eine wichtige Rolle. Das Seminar befähigt Sie dazu, Ihr Erscheinungsbild sensibler zu überprüfen und zukünftig mehr Sicherheit im Auftritt zu erhalten.

Optional können Sie für 25 € pro Person einen Farbpas erwerben.

Montag 08.05.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr
Ort: frau+wirtschaft, Goetheplatz 5a, 31582 Nienburg
Dozentin: Dipl.-Des. Karin Bison-Unger

SOUVERÄNER UMGANG MIT MACHTSPIELEN – VON DER DAME ZUR KÖNIGIN DES SPIELS

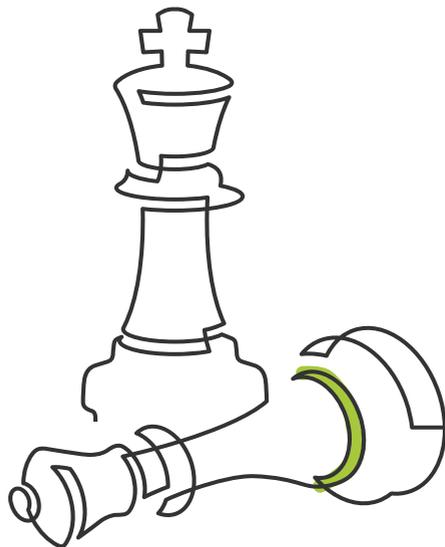
Machtspiele können in Unternehmen auf allen Ebenen stattfinden – sowohl zwischen Mitarbeitenden als auch zwischen Mitarbeitenden und Vorgesetzten und sie haben viele Facetten. Darunter leidet nicht nur das Unternehmensimage, sondern auch die Arbeitsmoral.

Wie Sie als Frau leichter und erfolgreicher an Ihr Ziel kommen und mit Machtspielen (nicht nur von Männern) souverän umgehen, erfahren Sie in diesem kurzweiligen und anschaulichen Workshop. Lernen Sie die Spielchen zu erkennen und sie für sich zu nutzen.

Mittwoch 14.06.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr

Ort: Rathaus Eystrup, Bahnhofstraße 53, 27324 Eystrup

Dozentin: Marion Schilcher



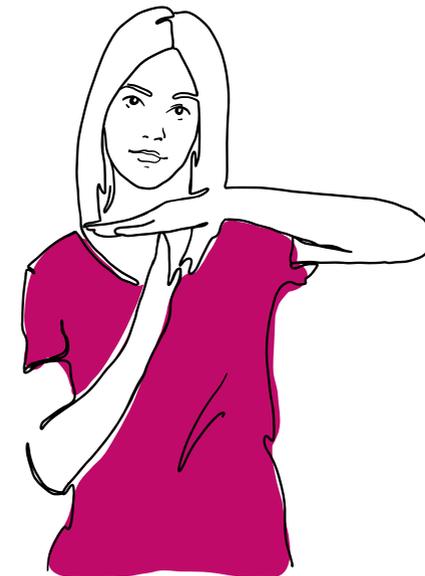
GRENZEN SETZEN IM ARBEITSALLTAG

Die netten und hilfsbereiten Kolleg*innen, die niemals „NEIN“ sagen, die mag jeder. Doch wer immer zu allem „JA“ sagt, zahlt am Ende einen hohen Preis – Überlastung und Stress sind die möglichen Folgen. Erkennen Sie sich in dieser Situation wieder und möchten ab jetzt achtsam mit sich selbst sein? Sie möchten „NEIN“ sagen, ohne andere dabei zu verletzen? In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie selbstbewusst und souverän Ihre Grenzen setzen.

Mittwoch 21.06.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr

Ort: Rathaus Uchte, Balkenkamp 1, 31600 Uchte

Dozentin: Rita Traue



BAUCH REIN, BRUST RAUS! – SOUVERÄNE KÖRPERSPRACHE

Die Bedeutung von Körpersprache im beruflichen Alltag ist groß. Erfolg und persönliche Einflussmöglichkeiten hängen direkt davon ab. Sie erfahren in diesem Seminar, wie Sie auf andere wirken und beobachten ihre Gesprächspartnerinnen genau, denn das trauen wir uns viel zu selten. Im geschützten Raum dieses Vormittags haben Sie Gelegenheit zu schauen und angeschaut zu werden. Übungen aus dem Improtheater runden diese spezielle Art der Wahrnehmung und gegenseitigen Beobachtung ab.

Mittwoch 20.09.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr

Ort: frau+wirtschaft, Goetheplatz 5a, 31582 Nienburg
Dozentin: Nerissa Rothhardt

INTUITIVE NEUORIENTIERUNG MIT HILFE EINES VISIONBOARDS – KREATIVWORKSHOP

Lernen Sie die „Magie“ eines Visionboards als wirkungsvolles Tool zur Motivation und Visualisierung von Zielen kennen. In diesem Workshop holen Sie Ihre unbewussten Wünsche, Träume und Ziele an die Oberfläche. Anschließend wird aus den gewonnenen Erkenntnissen mit Hilfe von Bildern, Skizzen und Worten unter einer Schritt-für-Schritt-Anleitung eine eigene Zielcollage zum Mitnehmen erstellt.

Mittwoch 11.10.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr

Ort: Rathaus Steimbke, Kirchstraße 4, 31634 Steimbke
Dozentin: Tanja Reinecke

WECHSELJAHRE: KRAFTVOLL DURCH DIE VERÄNDERUNG

Die Zeit der hormonellen Umstellung vor und nach der Menopause – die Wechseljahre – sind eine aufregende Lebensphase zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr, die die Chance zu einer persönlichen Neuausrichtung eröffnen. Unsere Werte verschieben sich, und die Frage taucht auf „Was will ich noch erleben?“. Neben den äußeren Veränderungen wandelt sich der Körper und die Hormonproduktion in dieser Zeit, was zur Folge hat, dass es physische und psychische Neuausrichtungen gibt. Finden Sie in diesem Seminar heraus, was Ihnen und Ihrem Körper in dieser spannenden Lebensphase guttut und sammeln Sie Kraft für Veränderungsprozesse, die Ihnen dazu verhelfen, Ihre Persönlichkeit zu entfalten und das Leben lustvoll zu genießen.

Freitag 13.10.2023 von 9.15 – 15.00 Uhr

Ort: Romantik Bad Rehburg, Friedrich-Stolberg-Allee 4,
31547 Rehburg-Loccum
Dozentin: Heike Albers-Germer



DER ZWERG SITZT AUF DEM EIERBAUM - DAS MERK ICH MIR! GEDÄCHTNISTRAINING FÜR ANFÄNGERINNEN

„Das kann ich mir nie merken!“ Ihnen fällt es schwer im beruflichen Kontext etwas Neues zu lernen?

In diesem Workshop lernen Sie anhand von zwei Basis-Techniken die Grundlagen des Gedächtnistrainings kennen. Die Techniken helfen dabei, dass das Merken von Dingen einfacher wird. Die Gehirnleistung und die Konzentration werden gesteigert und Sie können sich entspannt Ihren neuen Aufgaben widmen.

Mittwoch 01.11.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr
Ort: Rathaus Marklohe, Rathausstraße 14, 31608 Marklohe
Dozent: Jens Führenberg

BLEIBT ALLES ANDERS – POSITIV MIT ÄUSSEREN VERÄNDERUNGEN UMGEHEN

Menschen sind Gewohnheitstiere und fühlen sich in ihrer altbewährten Umgebung oft am wohlsten. In unserer schnelllebigen Zeit sind Veränderungen jedoch an der Tagesordnung. Wie können Sie gut mit Veränderungen umgehen, insbesondere wenn diese Veränderungen nicht von Ihnen selbst aus gehen? Manchmal sind auch Veränderungen anstrengend, für die wir uns bewusst entschieden haben.

In diesem Seminar lernen Sie u. a. die theoretische Basis „Theorie U“ nach Otto Scharmer kennen, um mit Veränderungen besser umzugehen und Ihren Berufsalltag zu meistern.

Mittwoch 08.11.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr
Ort: Klimabüro Steyerberg, Kirchstraße 30, 31595 Steyerberg
Dozentin: Sabine Oertzen

ERFOLGSKURS NETWORKING

Small Talk liegt Ihnen nicht? Visitenkarten austauschen auch nicht? Überhaupt kein Problem, denn das hat mit Networking wenig zu tun! Im beruflichen Umfeld ist eine Strategie in der Bildung und Nutzung Ihrer Netzwerke unumgänglich. Lernen Sie in diesem Workshop, wie sie mit Menschen einfach in Beziehung kommen und was echtes Networking ausmacht!

Donnerstag 09.11.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr
Ort: frau+wirtschaft, Goetheplatz 5a, 31582 Nienburg
Dozentin: Jana Jeske



SELBSTBEWUSST AUFTRETEN UND KOMMUNIZIEREN IM BERUF – BILDUNGSURLAUB IN TEILZEIT

In der Kommunikation mit anderen Menschen und öffentlich zu sprechen bedeutet, dass Sie aus Ihrer schützenden Anonymität heraustreten und einen Teil Ihrer Persönlichkeit offenbaren. Eine selbstbewusste Körperhaltung, sichere Stimmführung und ruhiger Atem sind die Signale einer selbstbewussten Persönlichkeit. Haben Sie das nicht, wirken Sie unsicher. Vor diesem Hintergrund werden Sprechsituationen für die Einzelne oft schwer erträglich.

In diesem 5-tägigen Bildungsurlaub lernen Sie Ihre innere Haltung kennen. Sie erlangen mehr Sicherheit beim Sprechen und ermöglichen so einen direkteren Kontakt zu den Zuhörenden.

Im geschützten Rahmen erhalten Sie Feedback und Verbesserungsvorschläge und erproben und verbessern Ihre Wirkung. Entfalten Sie Ihr Potenzial und kommunizieren Sie selbstbewusst!

Die fünftägige Veranstaltung ist in Niedersachsen als Bildungsurlaub anerkannt. Die Anerkennung des Bildungsurlaubes gilt nur für Teilzeitbeschäftigte, deren Arbeitszeit bis zur Hälfte einer entsprechenden Vollzeitbeschäftigung beträgt (§ 2 Abs. 1 DVO-NBildUG).

Ihre Anmeldung wird nur telefonisch angenommen.

Die Teilnahme am 5-tägigen Kurs kostet 100 € und ist vor Beginn des Kurses zu entrichten.

Montag, 05.06. bis Freitag, 09.06.2023 jeweils von 9.15 – 12.30 Uhr

Ort: frau+wirtschaft, Goetheplatz 5a, 31582 Nienburg
Dozent: Nerissa Rothhardt

AM ANFANG STEHT EINE IDEE – WORKSHOP FÜR GRÜNDUNGSINTERESSIERTE

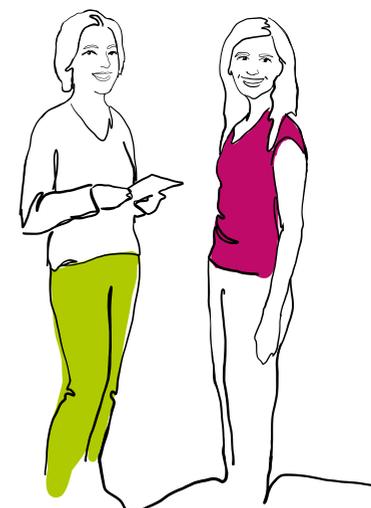
Am Anfang jeder Existenzgründung steht eine Idee. Doch wie entwickeln Sie aus einer Anfangsidee eine tragfähige Geschäftsidee? Im Gründer*innen-workshop unter der Leitung von Christian Alvermann, Wirtschaftsförderer der Samtgemeinde Weser-Aue und des Flecken Steyerberg, erhalten Sie dazu systematische Einblicke. Der Workshop zeigt Ihnen, dass die Entwicklung einer tragfähigen Geschäftsidee – methodisch richtig angegangen – ein spannender und mitunter auch ein sehr kreativer Prozess ist.

In einer Projektwerkstatt wird gezeigt, wie sich aus Ihrer Idee ein Geschäftsmodell entwickeln kann und dass die Hürden einer Gründung gar nicht so hoch sind, wie Sie vielleicht denken.

Diese Veranstaltung wird im Rahmen der Gründungswoche Deutschland in Kooperation mit der Wirtschaftsförderung der Samtgemeinde Weser-Aue und des Fleckens Steyerberg durchgeführt.

Montag 13.11.2023 von 19.00 – 22.00 Uhr
Ort: Rathaus Liebenau, Ortstraße 28, 31618 Liebenau
Dozent: Christian Alvermann

Für Existenzgründerinnen



INFORMATIONSVORANSTALTUNGEN

Rund um den Beruf bietet die Koordinierungsstelle frau+wirtschaft im Landkreis Nienburg Informationsveranstaltungen in Zusammenarbeit mit lokalen Kooperationspartner*innen an. Eine Anmeldung ist bis eine Woche vor Beginn der Veranstaltung möglich.

MINIJOB? MACHEN SIE MEHR DARAUS!

In dieser Veranstaltung informiert Mirja Kleuker, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters Nienburg, über die Unterschiede von Minijobs und sozialversicherungspflichtigen Beschäftigungen. Sie erhalten einen Überblick, welche Vor- und Nachteile sowie Rechte und Pflichten sich aus diesen Beschäftigungsverhältnissen ergeben. Ebenso erfahren Sie, inwieweit sie Sprungbrett oder Sackgasse für eine gute Anstellung sein können und worauf Sie achten sollten.

Donnerstag 27.04.2023 von 9.30 – 11.00 Uhr

Ort: MüZe Mütterzentrum Nienburg,
Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 20, 31582 Nienburg

Dozentin: Mirja Kleuker, BCA des Jobcenters im Landkreis Nienburg

JOBMESSE NIENBURG

Unter dem Motto „Vielfalt an der Weser“ erhalten Sie auf der Jobmesse Kontakt zu Unternehmen verschiedener Branchen, vielfältige Unterstützungsangebote wie ein Bewerbungsmappen-Check, Kontakte zu Bildungsträgern und praktische Beispiele aus dem Berufsalltag.

Es ist keine Anmeldung notwendig.

Donnerstag 11.05.2023 von 10.00 – 18.00 Uhr

Ort: Den Ort entnehmen Sie bitte der Tagespresse

INFORMATIONSFORUM: NACH DER FAMILIENPHASE ZURÜCK IN DEN BERUF

Sie möchten gerne wieder in den Beruf einsteigen? Sie wissen jedoch nicht genau, wie?

Das Informationsforum bietet Ihnen Antworten auf Ihre Fragen rund um den beruflichen Wiedereinstieg nach einer Familienzeit:

- + Welche Kinderbetreuungsmöglichkeiten habe ich?
- + Gibt es Förder- und Weiterbildungsmöglichkeiten?
- + Wo kann ich heimatnah arbeiten?
- + Welche Angebote machen lokale Unternehmen?

Das Informationsforum wird organisiert von Alexandra Schellig, der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Rehburg-Loccum in Kooperation mit:

- + Susanne Hoyer, BCA der Arbeitsagentur Nienburg-Verden
- + Dr. Ute Grolms, Familienservicebüro der Stadt Rehburg-Loccum
- + Katrin Fedler, Koordinierungsstelle frau+wirtschaft im Landkreis Nienburg
- + Familienfreundlichen Unternehmen aus Rehburg-Loccum

Mittwoch 07.06.2023 von 9.00 – 14.00 Uhr

Ort: Romantik Bad Rehburg, Friedrich-Stolberg-Allee 4,
31547 Rehburg-Loccum

EINSTIEG IN BÜROBERUFE LEICHT GEMACHT: STEIGEN SIE AUF ZUM HEAD OF STRUCTURE AND SPIRIT

Der Arbeitsplatz ist ungemein verlockend: das Büro. Fast die Hälfte aller modernen Tätigkeiten werden vom Schreibtisch aus erledigt. Gerade nach der Elternzeit versprechen sich viele Mütter von Bürotätigkeiten eine gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Im Rahmen dieser Präsenzveranstaltung bekommen Interessierte einen Überblick über die Vielfalt von Berufen im Büro und welche Kompetenzen dafür nötig sind. In einem Best-Practice Beispiel erfahren Sie, wie der Einstieg ins Büro gelingen kann.

Montag 12.06.2023 von 19.30 – 21.00 Uhr
Ort: BIZ Nienburg, Verdener Straße 21, 31582 Nienburg
Dozent*in: Berufsberatung im Erwerbsleben der Bundesagentur für Arbeit

WISSENSWERTES RUND UM DIE RENTENVERSICHERUNG

„Selbst ist die Frau“ - gerade in der Altersvorsorge gewinnt dieser Satz an Bedeutung. Schließlich bringen eigene Beiträge für die gesetzliche Rentenversicherung die meisten Punkte für Ihre Rente. Doch haben Sie darüber nachgedacht, welche Auswirkungen Arbeitslosigkeit, Kindererziehung, Teilzeitarbeit oder der Minijob auf die spätere Rente haben? Oder was Kontenklärung bedeutet?

In dem Vortrag erhalten Sie Informationen zur Altersvorsorge.

Montag 18.09.2023 von 15.30 – 17.30 Uhr
Ort: frau+wirtschaft, Goetheplatz 5a, 31582 Nienburg
Dozentin: Christine Petry, Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover

AUSBILDUNG IN TEILZEIT

Sie sind Mutter eines oder mehrerer Kinder und stehen vor der Herausforderung Familie und Beruf miteinander zu vereinbaren? Um sich langfristig eine berufliche Perspektive zu verschaffen, würden Sie gerne eine Ausbildung absolvieren? Aber ist eine Ausbildung eigentlich auch in Teilzeit machbar und was ist dabei zu beachten? Wie sieht es finanziell aus und wo bekommen Sie Unterstützung?

Antworten auf diese und weitere Fragen sowie Tipps aus der Praxis erhalten Sie in dieser Informationsveranstaltung.

Donnerstag 28.09.2023 von 9.15 – 12.30 Uhr
Ort: frau+wirtschaft, Goetheplatz 5a, 31582 Nienburg
Dozentin: Mirja Kleuker, BCA des Jobcenters im Landkreis Nienburg

FÜR EINE QUALIFIZIERUNG IST ES NIE ZU SPÄT: MACHEN SIE SICH FIT FÜR DIE ZUKUNFT

Sind Sie unglücklich in Ihrem Beruf und möchten sich verändern? Hadern Sie generell mit ihrem Beruf und denken darüber nach, etwas anderes zu machen? Entscheiden Sie sich bewusst für eine Qualifizierung, mit der Sie langfristig in ihrem Wunschberuf arbeiten können. Die Themen dieser Informationsveranstaltung sind:

- + Ausbildung oder Umschulung – Was ist der Unterschied?
- + Welche Berufe bringen mich weiter?
- + Weiterbildung in eigener Sache?
- + Welche Unterstützungen gibt es?

Montag 20.11.2023 von 19.30 – 21.00 Uhr
Ort: BIZ Nienburg, Verdener Str. 21, 31582 Nienburg
Dozent/in: Berufsberatung im Erwerbsleben der Bundesagentur für Arbeit

GESELLSCHAFT VERÄNDERT SICH – FAMILIENMODELLE UND KARRIEREN ENTWICKELN SICH MIT!



Gut ausgebildete Frauen und Männer entscheiden sich heute für Unternehmen, die ihnen attraktive Rahmenbedingungen bieten, um Karriere UND Familie verwirklichen zu können. Sie suchen Arbeitgeber*innen, die ihnen die Vereinbarkeit von Arbeit und Verantwortung für Kinder, kranke Angehörige und pflegebedürftige Eltern ermöglichen. Wenn die Interessen von Unternehmen und Mitarbeiter*innen ausgewogen sind, profitieren beide Seiten! Zufriedenheit und Motivation sowie Arbeitsqualität steigen.

Die Mitglieder des Verbundes Wirtschaft + Familie e.V. setzen auf zukunftsorientierte Personalpolitik, um Fachkräfte zu gewinnen und zu binden. Sie stärken eine verbesserte Vereinbarkeit von Erwerbs- und Familienarbeit am Wirtschaftsstandort Landkreis Nienburg. Informative Veranstaltungen und ein reger Mitgliederaustausch stehen bei uns an erster Stelle. Ziel ist es, sich als attraktive Arbeitgebende zu etablieren.

Gaby Kampe
Gaby Kampe

Catrina Lohmeyer
Catrina Lohmeyer

Simone Seifert
Dr. Simone Seifert

WIR STÄRKEN DIE REGION

Als Unternehmerin oder Unternehmer im Landkreis Nienburg leisten Sie einen wichtigen Beitrag für unsere Region. Wir stärken Ihr Unternehmen in der Umsetzung einer familienbewussten Personalpolitik, indem wir Ihnen ein Netzwerk zum Informieren, Lernen und Mitmachen bieten.

LEISTUNGEN FÜR IHR UNTERNEHMEN

Unser Angebot umfasst Fachvorträge, Workshops und Seminare für Führungskräfte, Beschäftigte und Auszubildende, aber auch konkrete Konzepte für Arbeitszeitmodelle und eine familienfreundliche Unternehmenskultur.

SIE MÖCHTEN ETWAS BEWEGEN?

Schon kleine Schritte können große Wirkung zeigen. Wir begleiten Sie gerne bei der Ideenfindung und beim Umsetzungsprozess von familienfreundlichen Maßnahmen in Ihrem Unternehmen.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf!



**Geschäftsstellenleitung
Catrina Lohmeyer**

Telefon: 05021 922 91-96
vorstand@wirtschaft-und-familie-ni.de

**Veranstaltungsanmeldung und
Mitgliederverwaltung
Ewelina Bujalski**

Telefon: 05021 922 91-95
post@wirtschaft-und-familie-ni.de

WIR SIND DABEI!

... und hier
fehlen Sie!



TERMINÜBERSICHT

		Seite
Februar		
10.02.	Alleinerziehenden-Café	14
19.02.	Gestärkt in die Woche starten	18
März		
01.03.	„Inneres Team“ – Coach dich selbst! (Stolzenau)	19
01.03.	Individuelle Berufsberatung (Stolzenau)	9
06.03.	„Und Geld ist doch wichtig!“ – Finanzmanagement in der Partnerschaft	20
08.03.	Individuelle Berufsberatung (Steyerberg)	8
15.03.	Individuelle Berufsberatung (Steimbke)	8
19.03.	Gestärkt in die Woche starten	18
20.03.	Frauen in der Lebensmitte – Zeit für gute Fragen	20
22.03.	Zeit- und Aufgabentetris: Wie Sie Ihre Zeit & Energie besser einsetzen (Rohrsen)	21
22.03.	Individuelle Berufsberatung (Rohrsen)	9
April		
21.04.	Alleinerziehenden-Café	14
26.04.	Individuelle Berufsberatung (Liebenau)	8
27.04.	Minijob? Machen Sie mehr daraus!	30
Mai		
08.05.	Stilsicher im Job	21
11.05.	Jobmesse	30
14.05.	Gestärkt in die Woche starten	18
Juni		
05.06. – 09.06.	BU: Selbstbewusst auftreten und kommunizieren im Beruf	28
07.06.	Informationsforum: Nach der Familienphase zurück in den Beruf (Rehburg-Loccum)	31
12.06.	Einstieg in Büroberufe leicht gemacht: Steigen Sie auf zum head of structure and spirit	32
14.06.	Souveräner Umgang mit Machtspielen – von der Dame zur Königin des Spiels (Eystrup)	22
14.06.	Individuelle Berufsberatung (Eystrup)	9
18.06.	Gestärkt in die Woche starten	18
21.06.	Grenzen setzen im Arbeitsalltag (Uchte)	23
21.06.	Individuelle Berufsberatung (Uchte)	10
23.06.	Alleinerziehenden-Café	14

August

		Seite
27.08.	Gestärkt in die Woche starten	18

September

01.09.	Alleinerziehenden-Café	14
04.09. – 15.09.	Infomobiltour im Landkreis Nienburg	11
17.09.	Gestärkt in die Woche starten	18
18.09.	Wissenswertes rund um die Rentenversicherung	32
20.09.	Bauch rein, Brust raus! - Souveräne Körpersprache	24
28.09.	Ausbildung in Teilzeit	33

Oktober

11.10.	Intuitive Neuorientierung und -ausrichtung mit Hilfe eines Visionboards – Kreativworkshop (Steimbke)	24
11.10.	Individuelle Berufsberatung (Steimbke)	8
13.10.	Wechseljahre: Kraftvoll durch die Veränderung (Rehburg-Loccum)	25

November

01.11.	Der Zwerg sitzt auf dem Eierbaum - das merk ich mir! Gedächtnistraining für Anfängerinnen (Marklohe)	26
01.11.	Individuelle Berufsberatung (Marklohe)	8
08.11.	Bleibt alles anders - Positiv mit äußeren Veränderungen umgehen (Steyerberg)	26
08.11.	Individuelle Berufsberatung (Steyerberg)	8
09.11.	Erfolgskurs Networking	27
12.11.	Gestärkt in die Woche starten	18
13.11.	Am Anfang steht eine Idee - Workshop für Gründungsinteressierte (Liebenau)	29
15.11.	Individuelle Berufsberatung (Hoya)	9
20.11.	Für eine Qualifizierung ist es nie zu spät: Machen Sie sich fit für die Zukunft	33
22.11.	Individuelle Berufsberatung (Landesbergen)	9
24.11.	Alleinerziehenden-Café	14
29.11.	Individuelle Berufsberatung (Rohrsen)	9

Dezember

06.12.	Individuelle Berufsberatung (Uchte)	10
10.12.	Gestärkt in die Woche starten	18

(BU) - Bildungsurlaub



Finanzielle Unterstützung:



Landkreis
Nienburg/Weser



Kooperationspartner*Innen:



Projekträger:



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.

gefördert durch:



Kofinanziert von der
Europäischen Union

