

KOORDINIERUNGSSTELLE ZUR FRAUENFÖRDERUNG

Berufliche Perspektiven *für Frauen*

Veranstaltungen 2025



Handwerkskammer
Braunschweig-Lüneburg-Stade





Veranstaltungs- angebote für Frauen

Mit der Koordinierungsstelle zur Frauenförderung setzt sich die Handwerkskammer nachhaltig für eine bessere Vereinbarkeit von Familie und Erwerbstätigkeit ein. Unser spezielles Veranstaltungsprogramm für Frauen in Elternzeit oder Familienphase unterstützt gezielt beim beruflichen Wiedereinstieg.



Kofinanziert von der
Europäischen Union





Berufliche
Rückkehrmöglich-
keiten für Frauen
verbessern

Die Koordinierungsstelle zur Frauenförderung

Die Gründe, warum Frauen nach der Familienphase wieder berufstätig werden wollen, sind sehr vielschichtig. Sie reichen vom Wunsch zur beruflichen Selbstständigkeit über die Notwendigkeit, zum eigenen Lebensunterhalt beitragen zu müssen, bis hin zur Sicherung der Altersversorgung. Doch das berufliche Comeback ist aufgrund der sich verändernden Anforderungsprofile nicht immer einfach. Um die beruflichen Rückkehrmöglichkeiten für Frauen zu verbessern, sind umfassende Informationen, eine individuelle Beratung und Weiterbildung wichtig.

Ziel der Koordinierungsstelle zur Frauenförderung ist es, die berufliche Wiedereingliederung von Frauen zu fördern und Wege aufzuzeigen, wie familienfreundliche Arbeitsbedingungen im betrieblichen Alltag umgesetzt werden können.

Wollen Sie nach der Familienphase wieder ins Berufsleben einsteigen?

Wollen Sie sich während der Elternzeit beruflich fit halten?

Wollen Sie Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt verbessern?

Dann nutzen Sie unsere kostenlosen Beratungs- und Veranstaltungsangebote.



Kostenlose Beratungsangebote

Wiedereinstiegsberatung

Wir beraten Sie zu allen Anliegen und Fragen rund um den Beruf. Wenn es um Ihren beruflichen Wiedereinstieg nach der Elternzeit oder Familienphase, eine berufliche Weiterbildung oder eine berufliche Neuorientierung geht, sind Sie bei uns genau richtig.

Bewerbungsmappen-Check

Wir beraten Sie bei der Gestaltung Ihrer Bewerbungsunterlagen. Dabei werden sowohl inhaltliche als auch formale Aspekte berücksichtigt. Im Fokus stehen der Lebenslauf und das Anschreiben. Auch zu der Auswahl der Anlagen erhalten Sie Tipps.

Erst- und Orientierungsberatung zur Existenzgründung

Frauen, die mit dem Gedanken spielen, sich selbstständig zu machen, aber noch unsicher sind, ob sich das Vorhaben umsetzen lässt und die Idee am Markt tatsächlich eine Perspektive hat, erhalten Antworten auf alle Fragen, die sich ganz am Anfang auf dem Weg in die Selbstständigkeit stellen.

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin

Christina Völkers

Telefon 04141 6062-28
voelkers@hwk-bls.de

www.hwk-bls.de/frauenfoerderung

Veranstaltungen 2025

Workshop

- 10 Wenn alle täten, was sie lieben ...
... wo kämen wir da hin? Zum Wunschjob!
- 11 Soforthilfen bei Stress im (Arbeits-)Alltag
- 11 Körpersprache – Basics für nonverbale und verbale Kommunikation
- 12 Beruflicher Neustart
- 13 Vom Perspektivenwechsel zur Problemlösekompetenz

Vortrag

- 14 Sich bewerben. Mit Erfolg!
- 15 Finanzpower für Frauen – Altersvorsorge abgesichert
- 15 Gehaltsverhandlungen

Sprechtage

- 16 Bewerbungsmappen-Check
- 17 Beruflich in der Sackgasse?
Nur Mut und Neues wagen!
- 18 Als Migrantin neu hier? Jetzt beruflich durchstarten!
- 19 Wie finde ich den Arbeitgeber, der zu mir passt?
- 20 Sich beruflich selbstständig machen? Was ist da zu beachten?

Allgemeine Informationen

- 23 Anmeldung
- 24 Hier sind sie: Frauen im Handwerk
- 25 Frauen-Karrieren im Handwerk
- 26 Teilnahmebedingungen für kostenfreie Veranstaltungen

Kooperationen

Die Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Agentur für Arbeit Stade, dem Jobcenter im Landkreis Stade, dem Gleichstellungsbüro der Hansestadt Buxtehude, dem Familieninformationszentrum der Samtgemeinde Harsefeld und der Volkshochschule Stade e. V. statt.



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Stade



jobcenter



im Landkreis Stade

GLEICHSTELLUNGSBÜRO



Volkshochschule
Stade e.V.

Veranstaltungen 2025





WORKSHOP

Wenn alle täten, was sie lieben wo kämen wir da hin? Zum Wunschjob!

Sie wollen den Job wechseln oder beruflich wieder einsteigen und wissen noch nicht genau, in welche Richtung es gehen könnte? Dann kann der Talentkompass helfen. Zunächst erfassen Sie Ihre Eigenschaften, Fähigkeiten, Erfahrungen und Ihr Wissen - die sogenannten Kraftfelder. Und dann schauen Sie nach Ihren Interessen, Ihren Werten und Ihrem beruflichen Wunschumfeld - den sogenannten Magnetfeldern. In einem weiteren Schritt werden gemeinsam Ideen für Ihre berufliche Zukunft gesammelt und konkrete Handlungspläne erarbeitet. Der Talentkompass NRW wurde vom Arbeitsministerium des Landes NRW veröffentlicht, mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds.

Termine	05.03., 12.03., 19.03., 26.03., 02.04., 23.04., 07.05., 14.5. und 25.06.2025 18:00 - 21:15 Uhr sowie 08.11., 09.11., 22.11., 23.11.2025 10:00 - 17:00 Uhr
Ort	VHS Stade
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	14.6., 15.6., 28.6. und 29.6.2025 10:00 - 17:00 Uhr
Ort	Familieninformationszentrum (FIZ), Harsefeld
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

WORKSHOP

Soforthilfen bei Stress im (Arbeits-)Alltag

In diesem interaktiven Workshop erfahren Sie, wie Sie mit einfachen, aber sehr effektiven Methoden Ihren Stresslevel in kurzer Zeit senken können. Diese Strategien können Sie unkompliziert in den Alltag integrieren. Gemeinsam entdecken wir Werkzeuge, die Ihnen helfen, den Alltag (wieder) mit mehr Leichtigkeit zu meistern.

Termine	26.03.2025 16:00 - 18:00 Uhr
Ort	Agentur für Arbeit Stade
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

WORKSHOP

Körpersprache – Basics für nonverbale und verbale Kommunikation

Körpersprache zu durchschauen und einzusetzen, unbewusste Botschaften zu enthüllen, sind elementare Mittel um zu überzeugen. Erfahren Sie, welche Informationen die eigene Gestik, Mimik, Haltung und Stimme sowie die des Gegenübers verraten. Mit Wissen über Wirkung und Wahrnehmung gelingt eine optimale Selbstpräsentation im Job und auch privat.

Termine	03.06.2025 09:00 - 13:15 Uhr
Ort	Agentur für Arbeit Stade
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

WORKSHOP**Beruflicher Neustart**

Hier bekommen Sie Tipps, wie Sie herausfinden, was Ihnen in einem neuen Job wirklich wichtig ist. Nur wenn Sie wissen, was Sie suchen, können Sie es finden. Und es gibt eine Methode, wie Sie prüfen können, ob eine Job-Idee realistisch ist.

Termine	11.09.2025 16:00 - 18:00 Uhr
Ort	online
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de



WORKSHOP

Vom Perspektivenwechsel zur Problemlösekompetenz

Sie lernen, über Wahrnehmung und Wirkung des eigenen Ich zu reflektieren, mit der Möglichkeit herauszufinden, wo es sich lohnt, einmal aus der eigenen Komfortzone herauszutreten. Mittels eines kreativen Materialmediums werden problembehaftete Situationen aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet und besser verstanden. Losgelöst vom subjektiven Eindruck soll einmal objektiv von außen eine andere Perspektive zugelassen werden, um konstruktive Lösungswege zur Klärung privater oder beruflicher Anliegen besser zu erkennen.

Termine	07.10.2025 09:00 - 13:15 Uhr
Ort	Agentur für Arbeit Stade
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de



VORTRAG**Sich bewerben. Mit Erfolg!**

Worauf ist zu achten, wenn man sich in einem Unternehmen oder einer Organisation bewerben will? Sei es nach einer längeren beruflichen Auszeit oder bedingt durch den Wunsch nach einer beruflichen Veränderung. Wie ist das Anschreiben zu formulieren? Welche Angaben gehören in den Lebenslauf? Und wie finde ich den passenden Arbeitgeber?

Termine	06.03.2025 09:30 - 11:30 Uhr
Ort	Gleichstellungsbüro, Stadthaus Buxtehude
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	04.06.2025 09:30 - 11:30 Uhr
Ort	Familieninformationszentrum (FIZ) Harsefeld
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de



VORTRAG

Finanzpower für Frauen – Altersvorsorge abgesichert

Durch Erziehungszeiten, Teilzeitarbeit und/oder Pflegezeiten sinken die Aussichten auf eine ausreichend hohe gesetzliche Altersrente. Wir zeigen Wege auf, wie man auch heute noch etwas für die eigene Altersvorsorge tun kann und dabei die richtigen Entscheidungen für sich trifft.

Termine	15.05.2025 16:00 - 17:30 Uhr
Ort	Agentur für Arbeit Stade
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

VORTRAG

Gehaltsverhandlungen

Geld ist ein sensibles Thema, im privaten wie im beruflichen Bereich gleichermaßen. Im Arbeitsleben müssen wir uns des Öfteren mit diesem Tabuthema auseinandersetzen. Teilweise schon in der Stellenanzeige oder später im Vorstellungsgespräch kommt die Frage nach den eigenen Gehaltsvorstellungen. Nur wer den Markt und den eigenen Marktwert kennt, kann ein realistisches Ziel für eine Gehaltsverhandlung formulieren. Wie kann die Vorbereitung auf eine Gehaltsverhandlung aussehen? Wieviel kann ich fordern? Wo finde ich Informationen auf ein angemessenes Gehalt?

Termine	11.11.2025 16:00 - 18:00 Uhr
Ort	Agentur für Arbeit Stade
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

SPRECHTAG

Bewerbungsmappen-Check

Eine aussagekräftige und vollständige Bewerbung entscheidet darüber, ob Sie in die engere Auswahl kommen und letztendlich zum Vorstellungsgespräch eingeladen werden. Bei der Vielzahl an Bewerbungsratgebern ist man heute aber oft verunsichert. Und fragt sich, was gehört in eine Bewerbung und was ist für den Arbeitgeber nicht relevant.

Lassen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen kostenlos prüfen!

Termine	23.01.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr 19.06.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr 20.11.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Familieninformationszentrum (FIZ), Harsefeld
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	18.02.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr 09.09.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Mehrgenerationenhaus (MGH) Horneburg
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	19.02.2025 09:30 und 11:00 Uhr 26.11.2025 09:30 und 11:00 Uhr
Ort	Gleichstellungsbüro, Stadthaus Buxtehude
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

SPRECHTAG

Beruflich in der Sackgasse? Nur Mut und Neues wagen!

Sie merken, dass Sie beruflich nicht weiterkommen? Da sollte man sich die Situation genauer anschauen und überlegen, wie und in welche Richtung es weiter gehen kann. Lassen Sie sich inspirieren und gehen Sie mit neuen Impulsen Ihren Weg in eine neue berufliche Zukunft!

Termine	28.01.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr 04.11.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Mehrgenerationenhaus (MGH) Horneburg
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	13.02.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr 25.09.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Familieninformationszentrum (FIZ), Harsefeld
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	25.03.2025 09:30 und 11:00 Uhr 17.09.2025 09:30 und 11:00 Uhr
Ort	Gleichstellungsbüro, Stadthaus Buxtehude
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

SPRECHTAG

Als Migrantin neu hier? Jetzt beruflich durchstarten!

Sie möchten gerne berufstätig sein, wissen aber nicht, was genau Sie beruflich machen können? Und wie Sie einen geeigneten Arbeitgeber finden? Ob mit oder ohne Berufsausbildung - Möglichkeiten gibt es viele. Nutzen Sie die Starthilfe auf dem Weg ins Berufsleben!

Termine	24.06.2025 09:30 und 11:00 Uhr
Ort	Gleichstellungsbüro, Stadthaus Buxtehude
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	28.08.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Familieninformationszentrum (FIZ), Harsefeld
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	09.10.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Mehrgenerationenhaus (MGH) Horneburg
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

SPRECHTAG

Wie finde ich den Arbeitgeber, der zu mir passt?

Sie sind auf der Suche nach einem neuen Arbeitsplatz? Dann sollten Sie nicht nur nach Stellenanzeigen schauen, sondern auch gezielt für Sie interessante Arbeitgeber ausfindig machen. Wie Sie dabei vorgehen, erfahren Sie an diesem Sprechtag.

Termine	21.05.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Familieninformationszentrum (FIZ), Harsefeld
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	05.06.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Mehrgenerationenhaus (MGH) Horneburg
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	02.09.2025 09:30 und 11:00 Uhr
Ort	Gleichstellungsbüro, Stadthaus Buxtehude
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

SPRECHTAG

Sich beruflich selbstständig machen? Was ist da zu beachten?

Frauen, die mit dem Gedanken spielen, sich selbstständig zu machen, aber noch unsicher sind, ob sich das Vorhaben umsetzen lässt und die Idee am Markt tatsächlich eine Perspektive hat, erhalten Antworten auf alle Fragen, die sich ganz am Anfang auf dem Weg in die Selbstständigkeit stellen.

Termine	18.03.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr 15.10.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Familieninformationszentrum (FIZ), Harsefeld
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de

Termine	08.05.2025 09:30 Uhr, 11:00 Uhr und 12:30 Uhr
Ort	Mehrgenerationenhaus (MGH) Horneburg
Anmeldung	frauenfoerderung@hwk-bls.de



Allgemeine Informationen

Anmeldung und Anmeldebedingungen

Anmeldung

Die Anmeldung zu unseren Veranstaltungen sollte per E-Mail erfolgen:

frauenfoerderung@hwk-bls.de

Wir beantworten Ihre Fragen gern:

Christina Völkers

04141 6062-28

voelkers@hwk-bls.de



Hier sind sie: Frauen im Handwerk

Weibliche Auszubildende und Gesellinnen in Männerdomänen

Jung, weiblich und beruflich in einer Männerdomäne erfolgreich: In dieser Broschüre porträtieren wir über 20 Handwerkerinnen, die sich für einen männertypischen Beruf entschieden haben. Von der Dachdeckerin über die Elektronikerin bis zur Tischlerin. Alle üben ihre Berufe mit Begeisterung und Freude aus und sind Vorbilder für alle anderen jungen Frauen, die noch vor der Berufswahlentscheidung stehen.

Die Perspektiven und die beruflichen Entwicklungsmöglichkeiten im Handwerk sind gut. Daher sollten auch junge Frauen diese bislang immer noch eher von Männern ausgeübten Berufe zukünftig mehr im Blick haben.



Frauen-Karrieren im Handwerk

Traditionelle Männerberufe in weiblicher Hand

Die Zahl der Unternehmerinnen steigt kontinuierlich, inzwischen wird jedes dritte Unternehmen in Deutschland von einer Frau gegründet. In den typischen Männerberufen sind Frauen in der Unternehmensführung aber noch weit unterrepräsentiert. In dieser Broschüre machen wir sie sichtbar. Sie alle zeichnen sich durch besondere Merkmale aus: Sie sind zielstrebig, willensstark, überzeugend und haben Vertrauen in ihr eigenes Können. Diese Beispiele zeigen, wohin ein Karriereweg im Handwerk führen kann: Von der Gesellin über die Meisterin bis zur Unternehmerin.

Haben Sie Interesse an den Broschüren?

Wir senden sie Ihnen gerne zu – rufen Sie uns einfach an: 04141 6062-28

Die Broschüren gibt es auch als Download: www.hwk-bls.de/frauenfoerderung

Teilnahmebedingungen für kostenfreie Veranstaltungen

1 Veranstalterin, Rechtsträgerin

Diese Teilnahmebedingungen gelten für sämtliche kostenfreie Veranstaltungen, die durch die Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade (HWK) als Veranstalterin durchgeführt werden.

2 Online-Anmeldung

Für Anmeldungen zu den kostenfreien Veranstaltungen über das digitale Anmeldesystem der HWK gilt: Der Vertrag kommt erst durch den Erhalt einer Buchungsbestätigung durch die HWK zustande. Die Buchungsbestätigung erfolgt per E-Mail oder schriftlich an die angegebene Teilnehmeradresse. Die HWK behält sich vor, Ort, Raum und Referent*in der Veranstaltung, unter Umständen auch die zeitliche Abfolge, zu ändern.

3 Absage

Die HWK behält sich vor, Veranstaltungen bei ungenügender Teilnehmerzahl spätestens drei Werktage vor ihrem Beginn und bei kurzfristiger Nichtverfügbarkeit des*der Referent*in ohne Möglichkeit des Einsatzes von Ersatz oder aufgrund höherer Gewalt, kurzfristig abzusagen. Sie werden unverzüglich per E-Mail an die angegebene Teilnehmeradresse informiert. Weitergehende Ansprüche sind vorbehalten. Ziff. 5 ausgeschlossen. Sollte eine Teilnahme nicht möglich sein, wird eine kurze, formlose Rückmeldung erbeten.

4 Hausordnung/Gästehausordnung

Bei Veranstaltungen in den Räumen der HWK haben Sie die Hausordnung und ggf. die Gästehausordnung zu befolgen.

5 Haftung

Bei Diebstahl oder Beschädigung Ihres Eigentums während des Aufenthaltes am Veranstaltungsort haften wir nur bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit. Im Fall der Verletzung von wesentlichen Vertragspflichten wird der Schadensersatzanspruch auf den typischerweise vorhersehbaren Schaden begrenzt, wenn dieser nicht vorsätzlich oder grob fahrlässig verursacht wurde, es sei denn, es handelt sich um Schadensersatzansprüche aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit.

6 Datenschutz

Die mit der Anmeldung übermittelten Daten werden zwecks Bearbeitung Ihrer Anmeldung und für den Fall von Fragen bei uns gespeichert. Die Daten unterliegen den datenschutzrechtlichen Bestimmungen. Die Daten werden nur soweit es für die Erfüllung von vertraglichen Verpflichtungen erforderlich ist an Dritte weitergegeben. Die Daten werden gelöscht, wenn sie für die Erfüllung des Zwecks nicht mehr erforderlich sind. Es wird vorsorglich darauf hingewiesen, dass bei einer finanziellen Förderung der Veranstaltung über die erfolgte Teilnahme die fördernde Stelle auf Anfrage zu unterrichten ist. Im Übrigen gelten unsere Datenschutzbestimmungen.

7 Sonstiges

Im Falle der Unwirksamkeit einzelner Klauseln der vorstehenden Teilnahmebedingungen bleibt die Wirksamkeit der anderen Bestimmungen unberührt. Im Übrigen gelten die Bestimmungen des Bürgerlichen Gesetzbuches.

Handwerkskammer
Braunschweig-Lüneburg-Stade
Rudolf-Diesel-Straße 9
21684 Stade

Koordinierungsstelle zur Frauenförderung
Christina Völkers
Telefon 04141 6062-28
voelkers@hwk-bls.de

www.hwk-bls.de/frauenfoerderung

Bildquellen

Titel: KI-generiert (Midjourney)
Seite 2: © lightpoet - stock.adobe.com
Seite 8: © pikselstock - stock.adobe.com
Seite 12: © DragonImages - stock.adobe.com
Seite 14: © Natee Meepian - stock.adobe.com
Seite 21: © Goffkein - stock.adobe.com
Seite 22: © somchai20162516 - stock.adobe.com