

Jahresprogramm 2020



# Berufliche Perspektiven

Beratung und Bildung für Frauen



Koordinierungsstelle  
Frau & Wirtschaft  
Lüneburg . Uelzen



[www.facebook.com/feffa.ev](http://www.facebook.com/feffa.ev)

**AGB und Datenschutz:** [www.koordinierungsstellen-feffa.de](http://www.koordinierungsstellen-feffa.de)

#### IMPRESSUM

Herausgeberin:

feffa e.V.

Verantwortlich i.S.d.P.:

Andrea Kowalewski, Ilmenaustraße 12, 21335 Lüneburg,

Tel. 04131 303968, [info@feffa.de](mailto:info@feffa.de)

Satz und Gestaltung:

Hilke Harder, Gorleben

Fotonachweis:

Bildarchiv feffa e.V., [stock.adobe.com](http://stock.adobe.com)

Liebe Interessentinnen,  
wer auf der Suche ist, hat Fragen. Darauf sind die Beraterinnen der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft in Lüneburg und Uelzen vorbereitet. Wir unterstützen Sie gern mit Rat und Tat auf Ihrem Berufsweg. Alle Beratungs- und Bildungsangebote finden Sie auch auf unserer Internetseite [www.koordinierungsstellen-feffa.de](http://www.koordinierungsstellen-feffa.de), für Smartphone-Nutzerinnen auch in der feffa-App. Über Aktuelles informieren wir auch über facebook, [www.facebook.com/feffa.ev](http://www.facebook.com/feffa.ev).  
Einen Beratungstermin können Sie übrigens jederzeit vereinbaren, einfach anrufen unter Tel. 04131 303968 oder Tel. 0581 9712615.

*Ihr Team der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft  
Lüneburg.Uelzen*



*v.l.: Annette Mücke (Projektassistenz Lüneburg), Karen Möller (Leitung Uelzen),  
Andrea Kowalewski (Leitung Lüneburg, Geschäftsführung),  
Hanni Gräpel (Projektassistenz Uelzen)*

### **Die Teilnahme an den Veranstaltungen der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft ist kostenfrei.**

Eine Anmeldung ist wegen der begrenzten Platzzahl erforderlich und damit wir Sie bei möglichen Veränderungen von Ort und Zeit informieren können.

Wenn nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen in den Räumen der Koordinierungsstelle statt:

Lüneburg: Ilmenaustraße 12

Uelzen: Alewinstraße 1



## Wir über uns

Familie und Beruf – beides gleichzeitig managen überwiegend Frauen. Die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Lüneburg.Uelzen unterstützt Frauen mit geeigneten Angeboten bei einem beruflichen Wiedereinstieg und in der beruflichen Laufbahn.

Frau & Wirtschaft – ein starkes Team: Die Koordinierungsstelle arbeitet im Verbund mit privaten und öffentlichen Arbeitgebern. Unser gemeinsames Ziel ist, Fachkräfte in der Region zu binden und zu gewinnen, Qualifikationen von Frauen dauerhaft zu sichern. Wir setzen uns dafür ein, die Vereinbarkeit von Beruf und Familie zu verbessern. Niedersachsenweit haben sich 25 Koordinierungsstellen mit über 1.500 Betrieben in Unternehmensverbänden zusammengeschlossen.

Der Verein feffa e.V. ist Träger der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Lüneburg.Uelzen und der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Landkreis Harburg. feffa e.V. ist seit 1990 in der beruflichen Bildung, Beratung und Existenzgründung für Frauen in der Region aktiv.

feffa e.V. ist zertifizierter Bildungsträger nach AZAV.



### Existenzsichernde Erwerbstätigkeit von Frauen fördern

Dafür arbeiten wir eng zusammen mit Unternehmen und anderen Arbeitgebern, Weiterbildungsträgern, Gleichstellungsbeauftragten, Familienbüros, Beratungsstellen, Jobcenter, Arbeitsagentur sowie weiteren Partnerorganisationen in Lüneburg und Uelzen.

## Angebote

#### für Frauen:

**Beratung und Qualifizierung**  
Orientierung, Bewerbung,  
berufliche Fachkompetenzen,  
Existenzgründung,  
Vernetzung

#### für Unternehmen:

**Organisation und Beratung**  
**ÜBV Überbetrieblicher Verbund**  
Familienfreundliche Personalpolitik,  
Ferienbetreuung,  
FaMi-Siegel

## Ziel

existenzsichernde  
Arbeit für Frauen

#### mit Arbeitsmarkteteiligen:

**Kooperationen und Projekte**  
mit Arbeitsagentur,  
Jobcenter,  
Arbeitgebern

**mit regionalen und über-  
regionalen Netzwerkpartnern:**  
**Kooperationen und Projekte**  
mit Verwaltung, Bildung,  
Wirtschaft, Politik, Wissenschaft  
und sozialen Organisationen

<b>Beraten</b> .....	9
<i>Beratungsangebote für die berufliche Laufbahn</i>	
<b>Für geflüchtete Frauen/Migrantinnen</b> .....	10
<i>Beratung und Unterstützung beim beruflichen Einstieg</i>	
<b>Bewerben</b> .....	12
<i>Rund um die Bewerbung: vom Bewerbungscheck bis zum Vorstellungsgespräch</i>	
<b>Informieren</b> .....	13
<i>Infos zu Beschäftigungsverhältnissen sowie Tipps für den beruflichen Wiedereinstieg und Neuorientierung</i>	
<b>Unterstützung &amp; Soziale Hilfen</b> .....	18
<i>Tipps zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten, Rentenabsicherung und Unterhaltsrecht sowie Infos zu Pflege und Beruf</i>	
<b>Diskussion &amp; Austausch</b> .....	20
<i>Vorträge für die persönliche Zielfindung</i>	
<b>Workshops &amp; Seminare</b> .....	21
<i>Motivierende Workshops für den beruflichen und privaten Alltag</i>	
<b>Bildungs Kooperationen</b> .....	24
<i>Seminare für Frauen in Leitung und Führung, für Existenzgründerinnen sowie Kompaktkurse für Frauen</i>	
<b>Überbetrieblicher Verbund Frau &amp; Wirtschaft Lüneburg.Uelzen (ÜBV)</b> .....	29
<i>Mit Ferienbetreuungsangeboten und Infos zum FaMi-Siegel</i>	
<b>Dozent/innen</b> .....	30

### Januar

- 15. Gründungswissen kompakt UE ..... 25
- 16. Kräfte sammeln für mein neues Berufsjahr LG ..... 21
- 21. Eigene Stärken erkennen und zielführend kommunizieren UE .. 13
- 23. Bewerbungsunterlagen erstellen und online versenden UE ... 12
- 24. Gründungswissen kompakt LG..... 25
- 28. Anerkennung von Abschlüssen und Berufstätigkeit UE ..... 11
- 30. Berufe vor Ort: Quereinstieg zur Sozialassistentin UE ..... 14

### Februar

- 06. Infoveranstaltung Beruf „Hauswirtschaft“ UE..... 11
- 10. Was kann ich gut? Was tue ich gerne? UE ..... 13
- 13. Natürliche Spiele der Macht UE ..... 20
- 17. Wie funktioniert der Ausbildungsmarkt in Deutschland? UE .. 11
- 18. Teilzeitausbildung und Umschulung UE ..... 16
- 18. Existenzgründung im Nebenerwerb LG..... 25
- 19. Quereinstieg in Pädagogik und Pflege LG..... 16
- 19. Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG..... 10
- 20. Beratung in den Samtgemeinden – Wrestedt UE..... 9
- 20. Elternzeit und Elterngeld LG..... 18
- 25. Gut vorbereitet in den beruflichen Wiedereinstieg UE..... 13
- 26. Ihr Weg zum Businessplan UE ..... 25
- 27. Frauen und Rente LG..... 18

### März

- 05. Gut vorbereitet in den beruflichen Wiedereinstieg LG ..... 13
- 05. Ein berufliches Motto-Ziel entwickeln und formulieren LG..... 21
- 05. Was eine Website erfolgreich macht UE ..... 26
- 10. Unterhaltsrecht bei Trennung und Scheidung UE ..... 18
- 12. Berufliche Wege nach einer Erkrankung UE..... 19
- 12. Unterhalt bei Trennung und Scheidung LG ..... 18
- 17. Existenzgründung im Nebenerwerb UE ..... 25
- 18. Infobörse für Frauen LG ..... 17
- 18. Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG..... 10
- 19. Teilzeitausbildung und Umschulung LG ..... 16
- 19. Digitales Arbeiten – Veränderungen in der Arbeitswelt UE .... 16
- 19. Online-Marketing LG ..... 26
- 24. eServices der Agentur für Arbeit UE ..... 17
- 28. Welcher Beruf passt zu mir? LG ..... 21

### April

- 16. Anerkennung von Abschlüssen und Berufstätigkeit LG ..... 11
- 21. Bewerben per E-Mail und Internet UE ..... 12
- 23. Wer bekommt den Job? LG ..... 15

28.	Wer bekommt den Job? UE.....	15
29.	Infotag Quereinstieg Pflege UE .....	14
30.	Bewerben per E-Mail und Internet LG .....	12

## Mai

05.	Vorstellungsgespräche – Frauen werben für sich selbst UE.....	15
05.	Was heißt „gute Arbeit“ für Frauen ab 50? UE .....	20
07.	Jobsuche über Social Networks LG.....	15
09.	Durchgesetzt oder nachgegeben?! LG .....	22
12.	Überzeugen mit Persönlichkeit und Ausstrahlung LG .....	22
12.	Minijob und Midijob – Chance oder Sackgasse? UE .....	16
13.	Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG.....	10
14.	Minijob und Midijob – Chance oder Sackgasse? LG.....	16
14.	Frauenarmut – gut beraten UE .....	19
15.	Gründungswissen kompakt LG.....	25
27.+28.	Der geschäftliche Rahmen: Buchführung & Steuerrecht LG ....	26

## Juni

04.	Altersvorsorge mit 45+ LG .....	19
08.	Präsentieren mit Selbstwert UE .....	13
09.	Führungskraft als Mediatorin UE .....	20
09.	Gründungswissen kompakt UE .....	25
10.	Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG.....	10
11.	Wie behalte ich meine Motivation LG.....	22
17.	Ihr Weg zum Businessplan LG .....	25
18.	Steuerfachangestellte – ein Beruf mit Fachkräftebedarf LG ....	15
23.	Gut vorbereitet in den beruflichen Wiedereinstieg UE.....	13
25.	Agile digitale Arbeitsmethoden UE .....	22

## August

31.	Was kann ich gut? Was tue ich gerne? UE .....	13
-----	---	----

## September

02.	Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG.....	10
03.	Beratung in den Samtgemeinden – Bad Bevensen UE.....	9
07.	Wie funktioniert der Ausbildungsmarkt in Deutschland? UE ..	11
08.	Gründungswissen kompakt LG.....	25
17.	Anerkennung von Abschlüssen und Berufstätigkeit LG.....	11
17.	Frauen im Wechsel – nochmal umsteuern?! UE .....	22
22.	Teilzeitausbildung und Umschulung UE .....	16
22.	Gründungswissen kompakt UE .....	25
24.	eServices der Agentur für Arbeit LG.....	17
24.	Facebook for Business LG.....	26
29.	Spielräume finden in Beruf und Alltag UE.....	23

### Oktober

01.	Berufe vor Ort - Werkhaus Bad Bodenteich UE.....	14
01.	Teilzeitausbildung und Umschulung LG.....	16
02.	Existenzgründung im Nebenerwerb LG.....	25
06.	Ihr Weg zum Businessplan UE.....	25
07.	Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG.....	10
08.	Ein herbstlicher Rückblick auf mein Berufsjahr LG.....	23
08.	Innere Stärke für jede (Arbeits-)Phase des Lebens UE.....	23
22.	Wer bekommt den Job? LG.....	15
27.	Frauen und Rente UE.....	18
29.	Was kann ich gut? Was tue ich gerne? UE.....	13
29.	Gut vorbereitet in den beruflichen Wiedereinstieg LG.....	13

### November

03.	Elternzeit und Elterngeld UE.....	18
04.	Existenzgründung im Nebenerwerb UE.....	25
05.	Minijob und Midijob – Chance oder Sackgasse? LG.....	16
05.	Vereinbarkeit von Pflege und Beruf UE.....	19
07.	Welcher Beruf passt zu mir? LG.....	21
10.	Bewerben per E-Mail und Internet UE.....	12
11.	Gründungswissen kompakt LG.....	25
12.	Vorstellungsgespräche – Frauen werben für sich selbst LG.....	15
13.	Infobörse für Frauen UE.....	17
17.	Minijob und Midijob – Chance oder Sackgasse? UE.....	16
18.	Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG.....	10
19.	Bewerben per E-Mail und Internet LG.....	12
20.	Erfolgreich bloggen LG.....	26
24.	Anerkennung von Abschlüssen und Berufstätigkeit UE.....	11
26.	Jobsuche über Social Networks LG.....	15

### Dezember

01.	Berufliche Krisen- und Umbruchsituationen bewältigen UE....	23
01.	Ihr Weg zum Businessplan LG.....	25
04.	Erfolgreich bewerben 50plus LG.....	12
08.	Gründungswissen kompakt UE.....	25
09.	Gruppenberatung am Vormittag für Migrantinnen LG.....	10
17.	Altersvorsorge 45+ LG.....	19



## ■ Beratungsangebot mit individueller Terminvereinbarung

Die Leiterinnen der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft beraten Sie unabhängig, unbürokratisch, vertraulich und kostenfrei zu Anliegen und Fragen rund um den Beruf wie beruflicher Wiedereinstieg nach der Elternzeit oder Familienphase, Weiterbildung, berufliche Neuorientierung oder Veränderung, Bewerbungsstrategien, Karriereplanung.

**Lüneburg** | Andrea Kowalewski, Kulturwissenschaftlerin M.A., Geschäftsführerin feffa e.V.

Tel. 04131 303968 | [koordinierungsstelle.lueneburg@feffa.de](mailto:koordinierungsstelle.lueneburg@feffa.de)

**Uelzen** | Karen Möller, Dipl.-Sozialwirtin, Coach, Supervisorin  
Tel. 0581 9712615 | [koordinierungsstelle.uelzen@feffa.de](mailto:koordinierungsstelle.uelzen@feffa.de)

## ■ Beratung in den Samtgemeinden

An diesen Vormittagen können Sie wohnortnah Beratung rund um berufliche Fragen – Wiedereinstieg, Bewerbung, Neuorientierung, Veränderung – in Anspruch nehmen.

**Wrestedt** | 20.02. | 9.30–11 Uhr | Karen Möller

DRK-Kindertagesstätte und Familienzentrum, Am Sportzentrum 2 a

**Bad Bevensen** | 03.09. | 10–11.30 Uhr | Karen Möller

Bibliothek im Gripe-Haus, Medinger Str. 2



## ■ Infobörse für Frauen

**Lüneburg** | 18.03. | 10–12 Uhr | vhs.halle | Haagestr. 4

**Uelzen** | 13.11. | 14–16.30 Uhr | Rathaus | Herzogenplatz 2

Infos auf Seite 17.

### ■ Beratung für geflüchtete Frauen/Migrantinnen

Die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft bietet Frauen aus anderen Ländern Beratung und Unterstützung beim beruflichen Einstieg an. Einzelberatungen für geflüchtete Frauen können nach Terminabsprache flexibel vereinbart werden, bei Bedarf werden Dolmetscher organisiert oder Mentoren/innen für die Begleitung in den Berufseinstieg vermittelt. (Kontakt auch per SMS oder WhatsApp.)

Lüneburg | Annette Mücke | Mobil 0177 2886128

Sandra Differt | Mobil 0162 9575953

Uelzen | Katharina Naeve | Mobil 0170 7885774

### ■ Informationsreihe in Lüneburg

In einer offenen Gesprächsrunde informieren wir über die wichtigsten Aspekte, um auf dem deutschen Arbeitsmarkt Fuß zu fassen.

Themenbereiche sind:

- Wie kann ich in Deutschland einen Beruf erlernen?
- Welche Weiterbildungsmöglichkeiten gibt es?
- Regionaler Stellenmarkt
- So bewerbe ich mich richtig in Deutschland!
- Vorstellungsgespräch – Vorbereitung und Ablauf
- Rechte und Pflichten im Job
- Was tun bei Problemen am Arbeitsplatz?
- Was kann ich verdienen, welches Gehalt ist angemessen?

Lüneburg | 19.02. | 18.03. | 13.05. | 10.06. | 02.09. | 07.10. | 18.11. | 09.12.  
jew. 9.30–11 Uhr | von 11–14 Uhr besteht jeweils die Möglichkeit zu Kurzberatungen in Form von Einzelgesprächen. Auch Frauen ohne Migrationshintergrund sind herzlich willkommen.



### ■ Gesprächsgruppe Deutsch

In den offenen Gesprächsgruppen werden die Deutschkenntnisse gefestigt und Erfahrungen zum Leben in Deutschland und zum Berufseinstieg ausgetauscht.

Lüneburg | dienstags | 17–18.30 Uhr | Annette Mücke

Uelzen | Termine auf Anfrage | Katharina Naeve

### ■ Anerkennung von ausländischen Abschlüssen und Berufstätigkeit

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Informationen und Tipps zum beruflichen Wiedereinstieg für Frauen, die ihre Berufs- bzw. Studienabschlüsse in anderen Ländern erworben haben. Für individuelle Fragen haben die Beraterinnen Zeit eingeplant.

Uelzen | 28.01. | 24.11. | 9.30–11 Uhr

Lüneburg | 16.04. | 17.09. | 9.30–11 Uhr

Referent/in der IQ Beratungsstelle für die Anerkennung im Ausland erworbener Berufsqualifikationen

### ■ Wie funktioniert der Ausbildungs- und Arbeitsmarkt in Deutschland?

Ein Workshop mit Informationen zu den Themen:

- Was ich will und was ich kann – Gespräch über Wünsche und Erfahrungen
- Berufsausbildung: welche Wege gibt es und welche Voraussetzungen braucht man?
- Informationsquellen über den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt
- Infos und Austausch

Uelzen | 17.02. | 07.09. | 9.30–11.30 Uhr | Katharina Naeve

### ■ Beruf „Hauswirtschaft“

Eine Informationsveranstaltung über eine berufliche Qualifizierung zur Hauswirtschafterin, bei der Berufserfahrung angerechnet und ein Quereinstieg möglich wird.

Uelzen | 06.02. | 10–11 Uhr | Frauke Gerstenkorn

*Bitte melden Sie sich für jede Veranstaltung an, damit wir Sie bei möglichen Veränderungen von Ort und Zeit informieren können. Vielen Dank!*

### ■ **BewerbungsCheck**

Sie wollen sich bewerben und sich über den aktuellen Bewerbungsstandard informieren? Sie möchten wissen, wie Sie mit Lücken oder Veränderungen im beruflichen Werdegang umgehen sollen? Wir geben Ihnen Tipps, worauf es Personalentscheidern ankommt. Zu fertigen Bewerbungsunterlagen geben wir eine fachlich fundierte Rückmeldung. Vereinbaren Sie einen individuellen Termin.

**Lüneburg** | Tel. 04131 303968 | [koordinierungsstelle.lueneburg@feffa.de](mailto:koordinierungsstelle.lueneburg@feffa.de)

**Uelzen** | Tel. 0581 9712615 | [koordinierungsstelle.uelzen@feffa.de](mailto:koordinierungsstelle.uelzen@feffa.de)

### ■ **Bewerbungsunterlagen erstellen und online versenden**

*In Kooperation mit der Ev. Familien-Bildungsstätte Uelzen*

Sie erhalten Tipps zur schriftlichen Bewerbung und dem Versenden per E-Mail. Einzelberatungen können im Anschluss vereinbart werden.

**Uelzen** | 23.01. | 16–17.30 Uhr | Karen Möller

Ev. Familien-Bildungsstätte, Bahnhofsweg 12+14

### ■ **Bewerben per E-Mail und Internet**

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Die meisten Unternehmen bevorzugen heute Bewerbungen, die per E-Mail gesendet oder direkt auf der Website hochgeladen werden. Wir informieren Sie, wie Sie alle Klippen sicher umschiffen, damit Ihre digitale Bewerbung erfolgreich ist.

**Lüneburg** | 30.04. | 19.11. | 9.30–11 Uhr | Andrea Kowalewski

**Uelzen** | 21.04. | 10.11. | 9–11 Uhr | Katharina Naeve

### ■ **Erfolgreich bewerben 50plus**

Nach langer familienbedingter Pause soll der späte Einstieg ins Berufsleben glücken – oder auch der Jobwechsel nach einer langjährigen Berufstätigkeit. Welche Chancen gilt es zu nutzen, wo haben ältere Bewerberinnen gute Chancen? Welche Strategie führt zum Erfolg? Die Referentin gibt Ihnen aus der Sicht einer Personalerin Tipps und macht Mut.

**Lüneburg** | 04.12. | 9–12 Uhr | Annette Smit

*Interessante Tipps und Links zu den Themen Frau und Beruf, Weiterbildung, Stellenbörsen und Frauennetzwerke finden Sie auf:*

**[www.koordinierungsstellen-feffa.de](http://www.koordinierungsstellen-feffa.de)**

## ■ Gut vorbereitet in den beruflichen Wiedereinstieg

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Informationen zum Arbeitsmarkt, zu Bewerbungswegen und Möglichkeiten der Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen. Die Unterstützungsmöglichkeiten der Agentur für Arbeit und der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft werden vorgestellt. Für die Klärung persönlicher Fragen ist Zeit eingeplant.

Lüneburg | 05.03. | 29.10. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

Agentur für Arbeit, An den Reeperbahnen 2, Raum 100

Uelzen | 25.02. | 23.06. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

BIZ Agentur für Arbeit, Lüneburger Str. 72

## ■ Eigene Stärken erkennen und zielführend kommunizieren

In diesem Workshop stehen Sie im Mittelpunkt: Welche Fähigkeiten haben Sie? Wie können Sie Ihre Stärken zielführend darstellen? Gemeinsam erarbeiten wir Ihr persönliches Profil und wie Sie den Beruf finden, der zu Ihnen passt. Darüber hinaus erhalten Sie praktische Tipps für überzeugende Bewerbungsunterlagen, um sich zielführend auf dem Arbeitsmarkt zu präsentieren.

Uelzen | 21.01. | 9–12 Uhr | Cornelia Meutzner

## ■ Wiedereinsteigen – neu orientieren – bewerben

Wir laden Sie zu Kurzworkshops in einer kleinen Gruppe ein. Mit Informationen und Anstößen zum Weiterdenken und Ausarbeiten Ihrer Ziele.

### Präsentieren mit Selbstwert

Gute und stimmige Selbstdarstellung in den Bewerbungsunterlagen, mutig ins Gespräch und Standfestigkeit im Umgang mit Rückmeldungen.

Uelzen | 08.06. | 9–11 Uhr | Katharina Naeve

### Was kann ich gut? Was tue ich gern?

Eine methodisch angeleitete Runde am Vormittag. Ziel: die eigenen Kompetenzen klarer sehen und benennen. Für die berufliche Standortbestimmung und die Formulierung des eigenen Profils in der Bewerbungsphase. In kleiner Feedback-Runde macht es Spaß und gibt Rückenwind bei der Neuorientierung und Arbeitsuche.

Uelzen | 10.02. | 31.08. | 29.10. | 9.30–11 Uhr | Karen Möller



## ■ Berufe vor Ort

### Quereinstieg zur Sozialassistentin

Ein stark nachgefragter Berufsabschluss ist die Sozialassistentin und weiterführend die Erzieherin. Diese Veranstaltung informiert Sie über den Weg dorthin und ermuntert im Austausch mit Schülerinnen gerade auch ältere Frauen, den Schritt in diese Berufsausbildung zu machen.

Uelzen | 30.01. | 19–20.30 Uhr | mit Schüler/innen der Berufsfachschule Sozialpädagogische Assistenz-Teilzeit | Regina Schröder-Loa | Kathrin Phielipeit | Kita-Träger Georgsanstalt BBS II, Esterholzer Str. 71

### Infotag Quereinstieg Pflege

*In Kooperation mit dem Pflegenetzwerk Uelzen und der Agentur für Arbeit*

Zweiteilige Aktion zum Einblick in ein Arbeitsfeld: Am ersten Tag bekommen Sie Informationen zu Tätigkeitsfeldern und Ausbildungswegen in der Altenpflege und erfahren, welche Verdienst- und Aufstiegschancen es gibt. Leitende aus der ambulanten Pflege, Tagespflege und stationären Pflege beantworten Ihre Fragen. Im zweiten Teil hospitieren Sie in einer der beteiligten Einrichtungen. Die Termine werden individuell für die darauf folgende Woche vereinbart.

Uelzen | 29.04. | 9–12 Uhr  
Berufsfachschule für Altenpflege, DAA, Auf dem Rahlande 4-4a

### Werkhaus Design + Produktion GmbH

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Wie funktioniert das Unternehmen Werkhaus? Welche Arbeitsfelder gibt es? Betriebsbesichtigung in Bad Bodenteich kombiniert mit Infos zur Unternehmenskultur und Tipps zu Bewerbungen und möglichem Quereinstieg.

Bad Bodenteich | 01.10. | 10–11.30 Uhr | Eva Danneberg  
Werkhaus Design + Produktion GmbH, Industriestraße 11+13

## ■ Wer bekommt den Job?

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Unternehmen und Einrichtungen suchen ihr Personal nach eigenen Kriterien aus, auch die Abläufe der Personalauswahl und die Voraussetzungen sind unterschiedlich. Die Referentinnen bieten einen Perspektivenwechsel auf die Unternehmensseite.

Lüneburg | 23.04. | 9.30–11 Uhr | Stefanie Gödecke

Uelzen | 28.04. | 16–17.30 Uhr | Petra Brockmann

Lüneburg | 22.10. | 18–19.30 Uhr | Anette Christoffel

## ■ Steuerfachangestellte – ein Beruf mit Fachkräftebedarf

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Wie sieht das Tätigkeitsfeld aus und welche Jobchancen haben Steuerfachangestellte? Die Veranstaltung gibt Orientierung für diejenigen, die über einen beruflichen Neueinstieg nachdenken. Weiterhin gibt es Informationen zu Ausbildung oder Umschulung sowie Aufstiegsmöglichkeiten.

Lüneburg | 18.06. | 9.30–11 Uhr | Cihan Savda und Laura Täger

## ■ Jobsuche über Social Networks

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Welche Jobs finde ich wo in Netzwerken und Portalen? Kommen Sie mit auf eine digitale Reise durch die Social Networks! Mit Tipps für die Profilerstellung auf Xing und Facebook.

Lüneburg | 07.05. | 26.11. | 9.30–11 Uhr | Andrea Kowalewski

## ■ Vorstellungsgespräche – Frauen werben für sich selbst

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Was hat „frau“ einer Arbeitgeberin/einem Arbeitgeber nach einer Familienzeit zu bieten? Wie bekommen Wiedereinsteigerinnen den „Fuß in die Tür“? Sie erhalten Tipps und Anregungen, um sich positiv zu präsentieren und frauentypische Bescheidenheit zu vermeiden.

Uelzen | 05.05. | 9–12 Uhr | Corinna Zrout

BIZ der Agentur für Arbeit, Lüneburger Str. 72

Lüneburg | 12.11. | 9–12 Uhr | Corinna Zrout

Agentur für Arbeit, An den Reeperbahnen 2, Raum 100

*Bitte melden Sie sich für jede Veranstaltung an, damit wir Sie bei möglichen Veränderungen von Ort und Zeit informieren können. Vielen Dank!*

### ■ Quereinstieg in Pädagogik und Pflege

*In Kooperation mit der IWK Lüneburg und VHS REGION Lüneburg*

Die Referentinnen informieren über Ausbildungswege, Beschäftigungschancen, Aufstiegs- und Verdienstmöglichkeiten für Pädagogische Mitarbeiter/innen an Schulen, Schulbegleiter/innen, Integrationsassistenten, Pflegeassistenten, Betreuungsassistenten und Gesetzliche Betreuer/innen.

Lüneburg | 19.02. | 17–19 Uhr

Dorothea Kirst-Schmidt | Tina Scheef | Ute Leya

### ■ Teilzeitausbildung und Umschulung

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Wann und für wen kommt eine Umschulung in Frage? Wie läuft eine Ausbildung in Teilzeit ab? Die Referentin informiert über die rechtlichen Voraussetzungen und Fördermöglichkeiten.

Uelzen | 18.02. | 22.09. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

BIZ der Agentur für Arbeit, Lüneburger Str. 72

Lüneburg | 19.03. | 01.10. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

Agentur für Arbeit, An den Reeperbahnen 2, Raum 100

### ■ Minijob und Midijob – Chance oder Sackgasse?

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Die Veranstaltung informiert über die Unterschiede von Mini- und Midijob, die Vor- und Nachteile sowie Rechte und Pflichten, die sich aus diesen Beschäftigungsverhältnissen ergeben. Es wird diskutiert, inwiefern sie Sprungbrett in eine umfangreichere qualifizierte Beschäftigung sein können und worauf man achten sollte.

Uelzen | 12.05. | 17.11. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

BIZ der Agentur für Arbeit, Lüneburger Str. 72

Lüneburg | 14.05. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

Lüneburg | 05.11. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

Agentur für Arbeit, An den Reeperbahnen 2, Raum 100

### ■ Digitales Arbeiten – Veränderungen in der Arbeitswelt Ausblick und Tipps

Die Digitalisierung verändert das Arbeitsleben, darüber haben sich fast alle schon Gedanken gemacht. Doch wie genau wirkt sie sich aus, welche Kompetenzen werden zukünftig wichtiger und vor welchen Herausforderungen steht man ganz persönlich? Sie erhalten einen Überblick und praktische Tipps zu Anwendungen und Lernplattformen.

Uelzen | 19.03. | 18–19.30 Uhr | Thies-Benedict Lüdtko



## ■ eServices der Agentur für Arbeit

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Arbeitslos melden, informieren, Profil einstellen, Job suchen, weiterbilden... die Agentur für Arbeit bietet eine Vielzahl von Angeboten in digitaler Form an. Auf dieser Veranstaltung lernen Sie die Angebote kennen und können sich über mögliche Fragen zu Zugangsberechtigungen und Voraussetzungen informieren.

**Uelzen** | 24.03. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

BIZ der Agentur für Arbeit, Lüneburger Str. 72

**Lüneburg** | 24.09. | 9.30–11.30 Uhr | Gundula Riggert

Agentur für Arbeit, An den Reeperbahnen 2



**Tipp!**

## Infobörse für Frauen

Gemeinsam mit Partnern und Partnerinnen richtet sich die Infobörse an alle Frauen, die sich vernetzen wollen und sich über Wiedereinstieg, Weiterbildung und Unterstützungsmöglichkeiten informieren möchten. Die Unternehmerin Anika Schön liefert den Impulsvortrag „Glück ist eine Entscheidung“ – Tools und Strategien für mehr Zufriedenheit.

**Lüneburg** | 18.03. | 10–12 Uhr | vhs.halle | Haagestr. 4

**Uelzen** | 13.11. | 14–16.30 Uhr | Rathaus | Herzogenplatz 2

### ■ **Unterhalt bei Trennung und Scheidung**

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Welche Auswirkungen hat das aktuelle Unterhaltsrecht auf meine Situation? Eingegangen wird insbesondere auf den Unterhalt für Kinder, auf den Trennungs- und Ehegattenunterhalt.

**Uelzen** | 10.03. | 9.30–11.30 Uhr | Brigitte Wagner-Anders

**Lüneburg** | 12.03. | 9.30–11.30 Uhr | Katja Schneider

### ■ **Elternzeit und Elterngeld**

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Informationen über die gesetzlichen Regelungen zu Elternzeit und Elterngeld sowie zu ElterngeldPlus und Partnerschaftsbonus. Sie erfahren, wer welche Ansprüche hat und wie diese geltend gemacht werden können.

**Lüneburg** | 20.02. | 9.30–11.30 Uhr | Beatrice Bauch

**Uelzen** | 03.11. | 9.30–11.30 Uhr | Mitarbeiterin Elterngeldstelle LK Uelzen

### ■ **Frauen und Rente**

*In Kooperation mit der Agentur für Arbeit*

Die Referentin informiert über Rentenansprüche aus der Berufstätigkeit. Flexirente, Witwenrente, Erziehungsrente sagt Ihnen nichts? Auch dazu gibt es Hinweise und Tipps, sowie wichtige Infos für Selbstständige, insbesondere nebenberuflich Selbstständige, die keine Beiträge einzahlen. Zeit für individuelle Fragen ist eingeplant.

**Lüneburg** | 27.02. | 18–20 Uhr | Sabine Kelm

Landkreis Lüneburg, Auf dem Michaeliskloster 4,  
Gebäude 1, Eingang A, Sitzungssaal

**Uelzen** | 27.10. | 18–19.30 Uhr | Ursula Fischer-Lux



### ■ Frauenarmut – gut beraten

40 % der Anspruchsberechtigten stellen keinen Antrag auf ALG II oder Grundsicherung. Die Veranstaltung gibt Informationen zu Ansprüchen aus dem System der sozialen Sicherung und beleuchtet Stolperfallen von Lebensmodellen, die vor allem für Frauen zu Nachteilen bei der sozialen Absicherung führen. Der Vortrag mit Austausch richtet sich an alle Interessierten wie auch an Beraterinnen aus angrenzenden Bereichen.

Uelzen | 14.05. | 9.30–11.30 Uhr | Astrid Schwarzer

### ■ Frauen und Finanzen – Altersvorsorge mit 45+

Durch Erziehungszeiten, Teilzeitarbeit oder sonstige Auszeiten sinken die Aussichten auf eine ausreichend hohe gesetzliche Altersrente. Die Referentin zeigt Wege auf, auch heute noch etwas für die eigene Altersvorsorge zu tun und dabei die für Sie richtigen Entscheidungen zu treffen.

Lüneburg | 04.06. | 17.12. | 18–20 Uhr | Annette Mücke

### ■ Berufliche Wege nach einer Erkrankung

Phasen von Erkrankung oder Behinderung unterbrechen und verändern das Erwerbsleben. Berufliche Rehabilitation ist eine Möglichkeit des Wiedereinstiegs. Die Veranstaltung gibt Informationen, wann diese Maßnahmeform eintreten kann, welche Wege es gibt und wie die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) bei Anträgen und Entscheidungen unterstützt.

Uelzen | 12.03. | 18.30–20 Uhr | Mitarbeiterinnen der EUTB des DRK

### ■ Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Die Pflege von älter werdenden Eltern oder anderen Verwandten kommt meist ungeplant und (über-)fordert die Betroffenen. Die Vereinbarkeit mit dem Job ist eine oft schwer zu lösende Aufgabe. In dieser Veranstaltung erhalten Sie vom Seniorenservicebüro und Pflegestützpunkt der Stadt Uelzen Infos zu Regelungen und Unterstützungsmöglichkeiten sowie beispielhaft einen Einblick in ein Unternehmen, das seine Beschäftigten aktiv unterstützt, der Mediclin Seepark Klinik.

Uelzen | 05.11. | 17–19 Uhr | Peggy Pietsch-Wahbi

*Kostenlose Broschüren, z.B. „Pflege von Angehörigen“ oder „Elternzeit und Elterngeld“ mit regionalen Anlaufstellen erhalten Sie auf:*  
**[www.koordinierungsstellen-feffa.de](http://www.koordinierungsstellen-feffa.de)**



## Impulsvorträge

mit Erfahrungsaustausch für  
Führungskräfte und Teamleitungen

### ■ Was heißt „gute Arbeit“ für Frauen ab 50?

Mit über 50 Jahren ist reichlich Potenzial und Wissen vorhanden, das neu und anders genutzt werden könnte. Viele Frauen stellen sich Fragen nach dem Sinn der Arbeit, neuen Zielen, der Abwägung zwischen Stundenreduzierung oder dem Wunsch nochmal voll durchzustarten oder auch der langsamen Vorbereitung auf die Rente. Die Veranstaltung bietet persönliche Erfahrungen mit einem beruflichen Wechsel in ein ganz neues Tätigkeitsfeld, Anregungen und Austausch.

Uelzen | 05.05. | 17–19.30 Uhr | Juliane Josephine Kühnel

### ■ Natürliche Spiele der Macht – tierische Führungsmodelle

*In Kooperation mit den Unternehmerfrauen im Handwerk*

Wir betrachten verschiedene tierische Führungsmodelle und ihre jeweilige Wirkung. Die faszinierenden Beispiele aus der Natur bieten interessante Erkenntnisse, Aha-Effekte, neue Sichtweisen und Impulse. In einer anschließenden Gesprächsrunde diskutieren und bewerten wir gemeinsam deren Praxistauglichkeit für die heutige Arbeitswelt.

Uelzen | 13.02. | 17–19 Uhr | Cornelia Meutzner

### ■ Die Führungskraft als Mediatorin

Für Führungskräfte steht der Umgang mit zwischenmenschlichen Konflikten an der Tagesordnung. Im Team, in der Beziehung zu Kunden und im Umgang mit Geschäftspartnern/innen, müssen immer wieder verschiedene Interessen und zwischenmenschliche Spannungen ausgeglichen werden. Oft fällt es nicht leicht, sinnvolle Lösungen zu finden. In dieser Veranstaltung wird beleuchtet, wie sich Konflikte entwickeln, wann Sie als Führungskraft agieren und vermittelnd eingreifen sollten und welche Methoden Sie dabei nutzen können.

Uelzen | 09.06. | 18–20 Uhr | Cornelia Meutzner



### ■ Kräfte sammeln für mein neues Berufsjahr

Haben Sie einen guten Vorsatz für Ihr neues Berufsjahr gefasst? Der Workshop ermutigt, nicht aktiv zu werden. Noch nicht. Stattdessen sind Sie eingeladen, es der Natur im Januar gleichzumachen: Äußerlich zu ruhen und dabei innerlich Kraft zu schöpfen. In spielerischen Übungen probieren Sie aus, in Bezug auf Ihr Vorhaben nichts zu tun; machen zu lassen; gedanklich umherzuschweifen. So schaffen Sie sich eine gute und gesunde Basis, im Frühjahr Ihren beruflichen Vorsatz in die Tat umzusetzen.

Lüneburg | 16.01. | 18–20.30 Uhr | Dr. Silja Schoett

### ■ Auf in den Frühling:

#### Ein berufliches Motto-Ziel entwickeln und formulieren

Sie wollen beruflich etwas verändern? Dann probieren Sie in diesem Workshop die belebende Methode des Motto-Ziels aus! In einem angeleiteten kreativen Prozess entwickeln Sie Ihr individuelles Motto-Ziel. Auf bildliche Weise formuliert es die äußere und innere Haltung, mit der Sie Ihren Weg der Veränderung gehen möchten. Das motiviert Sie, den Weg der Veränderung einzuschlagen oder ihn fortzusetzen.

Lüneburg | 05.03. | 18–20.30 Uhr | Dr. Silja Schoett

### ■ Welcher Beruf passt zu mir? –

#### Entdecken Sie Ihr Potenzial

Mit ausgewählten Methoden kommen wir Ihrem Wesenskern auf die Spur. Dabei schauen wir uns an, was alles in Ihnen steckt und wie Sie es nutzen können, um den richtigen Weg einzuschlagen zu einem Beruf, der zu Ihnen passt.

Lüneburg | 28.03. | 07.11. | 10–14 Uhr | Marie Dau

**Tipp**  
für die weiblichen  
Beschäftigten von  
ÜBV und UFW!

### ■ **Durchgesetzt oder nachgegeben?!**

Mit Retourkutschen muss man rechnen, wenn man Grenzen austestet. Aber es kommt auch auf das Auftreten und den Ton an, ob Sie sich durchsetzen können. In diesem Seminar trainieren Sie ihre Selbstsicherheit und was Durchsetzen von Manipulation unterscheidet.

Lüneburg | 09.05. | 10–13 Uhr | Heike Hein

### ■ **Überzeugen mit Persönlichkeit und Ausstrahlung**

Wie wäre es: Sie betreten den Raum und sofort wenden sich Ihnen alle zu oder Sie treten gelassen ans Mikrofon und überzeugen das Publikum mit Ihrem Vortrag. Wie gelingt es zu überzeugen und seine persönliche Note zu erkennen und einzubringen? Im Workshop erfahren Sie mehr über Ihre persönlichen Möglichkeiten und Ihre Wirkung und erlernen Kommunikationsstrategien. Eingesetzt werden auch Methoden aus der Theaterarbeit. Bringen Sie gern ein Beispiel für einen „Auftritts Anlass“ mit.

Lüneburg | 12.05. | 18–20.30 Uhr | Brigitte Kaminski

### ■ **Wie behalte ich meine Motivation?**

Bei all den umfangreichen Aufgaben im Alltag kann die Motivation mal schnell den Geist aufgeben. In diesem Workshop vermittelt die Referentin zwei Methoden, die Sie im Alltag anwenden können, um Ihre Motivation aufrechtzuhalten oder diese zurückzugewinnen. Im Austausch mit der Gruppe profitieren Sie auch von den Erfahrungen der anderen.

Lüneburg | 11.06. | 16.30–19 Uhr | Marie Dau

### ■ **Agile digitale Arbeitsmethoden**

Es gibt zahlreiche digitale OpenSource Tools, die das Arbeiten im Team und allein erleichtern. Die Referentin gibt beispielhaft Einblick in eine Anwendung und erläutert Sicherheitsaspekte und Nutzen. Hilfreich für alle, die digital arbeiten wollen, egal in welcher beruflichen Position.

Uelzen | 25.06. | 16.30–18.30 | Iris Häbry

### ■ **Frauen im Wechsel – nochmal umsteuern?!**

Sich der eigenen Kompetenzen, Erfahrungen und Werte bewusst sein und vielleicht nochmal den Wechsel wagen – diese Frage treibt manch eine Frau gerade auch im fortgeschrittenen Alter um. Die Veranstaltung bietet Impulse, Reflexionsaustausch in kleiner Gruppe und einen beispielhaften Bericht einer Frau, die nochmal umgesattelt hat.

Uelzen | 17.09. | 16.30–18.30 Uhr | Iris Häbry

### ■ Entscheidungen treffen –

#### Spielräume finden in Beruf und Alltag

Frauen müssen meist Familie und Beruf vereinbaren und sich dabei entscheiden, inwieweit sie die eigenen Interessen in den Vordergrund oder zurückstellen. Die Veranstaltung bietet Impulse, über eigene Rollenbilder nachzudenken und sich im Austausch über Standpunkte und die nächste Entscheidung klarer zu werden.

Uelzen | 29.09. | 16–18.30 Uhr | Daniela Buerke-Büsse | Karen Möller

### ■ Innere Stärke für jede (Arbeits-)Phase des Lebens

Stark und ausgeglichen zu sein, ist in Zeiten des technologischen Wandels und zunehmender Individualisierung eine Herausforderung. Der Workshop bietet ein praktisches Modell, das die persönlichen Stärken und Herausforderungen aus unterschiedlichen Lebensphasen bewusst macht, um sie für die aktuelle Situation zu nutzen. Es wird ein Bogen dahingehend geschlagen wie Entwicklung und Widerstandskraft funktionieren können.

Uelzen | 08.10. | 17–20 Uhr | Sandra Differt

### ■ Ein herbstlicher Rückblick auf mein Berufsjahr

Die Ernte ist eingefahren, die Natur kommt allmählich zur Ruhe. Ein guter Rahmen für einen Rückblick auf das bisherige Berufsjahr! Wie haben sich meine Vorhaben entwickelt? Was erfüllt mich, und wo spüre ich Mangel? Diesen Fragen widmen Sie sich im Workshop spielerisch, mit Symbolen und in Bewegung. Ihre Antworten können Ihnen helfen, bewusst zu entscheiden, was Sie in diesem Berufsjahr zurücklassen und was Sie im nächsten erneut aussäen oder vielleicht auch neu anbauen wollen.

Lüneburg | 08.10. | 18–20.30 Uhr | Dr. Silja Schoett

### ■ Beruflichen Krisen- und Umbruchsituationen bewältigen

Impulsvortrag und persönlicher Austausch. Im Vortrag erhalten Sie praktische Tipps für den Umgang mit beruflichen Krisen und wie Sie in eigener Sache handlungsfähig bleiben. Anschließend werden gemeinsam individuelle Themen diskutiert und Lösungswege gefunden.

Uelzen | 01.12. | 18–20 Uhr | Cornelia Meutzner

*Diese Angebote richten sich ausdrücklich auch an Unternehmerinnen und weibliche Beschäftigte aus dem Überbetrieblichen Verbund.*

## Kompetenzen erwerben mit feffa e.V.

In dieser Reihe bieten wir Ihnen Themen an, die Sie darin unterstützen, sich beruflich weiterzuentwickeln, selbstbewusst aufzutreten und Ihre persönlichen Ressourcen zu stärken.

feffa e.V. bietet auch Einzelcoaching und gezieltes Bewerbungscoaching für Frauen an, Kosten pro Stunde 50 Euro. In einem kostenlosen Vorgespräch werden die Ziele des Coachings und die Dauer vereinbart.



### Anmeldung + Infos zu den feffa-Angeboten:

Annette Mücke

Ilmenaustr. 12, 21355 Lüneburg

info@feffa.de oder Tel. 04131 303968

www.feffa.de

### ■ Kompetent leiten

#### Workshops und Erfahrungsaustausch für Frauen in Leitung

Die Workshopreihe mit vier Terminen in einer geschlossenen Gruppe bietet fachlichen Input und die Möglichkeit zur Reflexion für die Herausforderungen und Aufgaben, denen sich Leitungs- und Führungskräfte stellen müssen. Jeder Abend steht unter einem thematischen Schwerpunkt mit anschließendem Erfahrungsaustausch und Praxisbeispielen.

Die Reihe ist für eine Teilnehmerinnengruppe von 8 bis maximal 12 Frauen konzipiert, die Workshops können nur als Block gebucht werden.

#### Termine und Themen

10.03. Das Team als Kompetenztreibhaus | Angela Hartwich

09.06. Generation Z – so ticken die Mitarbeiter/innen von morgen | Wiebke Krohn

08.09. Zwischen Anforderungen und Selbstfürsorge – Resilienz für Führungskräfte | Sandra Differt

03.12. Eisenhower & Pareto – einfacher Arbeiten, mehr Zeit haben | Andrea Kowalewski

Lüneburg | jeweils 18.30–20.45 Uhr | Moderation: Brigitte Kaminski  
195 Euro inkl. Imbiss



Tipps, Netzwerke und Links finden Sie auf:

[www.koordinierungsstellen-feffa.de](http://www.koordinierungsstellen-feffa.de)



## Gründen und Unternehmen: Exista

Exista – Beratung für Existenzgründerinnen bietet Frauen, die sich selbstständig machen wollen, professionelle und persönliche Beratung, Qualifizierung und Vernetzung. Exista ist ein Projekt des Vereins feffa e.V., Beratungen und Seminare finden in den Geschäftsstellen Lüneburg, Uelzen, Winsen, Buchholz und Dannenberg statt.



Gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Niedersachsen

### Anmeldung + Infos zu den Exista-Angeboten:

Hanni Gräpel

Tel. 0581 3891659 oder Tel. 04131 769301

exista@feffa.de

www.exista.info

### ■ Gründungswissen kompakt

Wir informieren Sie über die wesentlichen Grundlagen, die Sie bei der Planung Ihrer beruflichen Selbstständigkeit wissen müssen: von gesetzlichen Bestimmungen und Formalitäten, finanziellen Rahmenbedingungen bis hin zum Businessplan. Hier erfahren Sie alles auf einen Blick. Für individuelle Fragen ist Zeit eingeplant.

Uelzen | 15.01. | 09.06. | 22.09. | 08.12. | 9.30–11.30 Uhr | kostenfrei  
Lüneburg | 24.01. | 15.05. | 08.09. | 11.11. | 9.30–11.30 Uhr | kostenfrei

### ■ Existenzgründung im Nebenerwerb

Berufliche Selbstständigkeit in Teilzeit? Wir zeigen Ihnen wie das geht und informieren Sie über relevante Fragestellungen wie gesetzliche Bestimmungen, soziale Absicherung und finanzielle Rahmenbedingungen einschließlich Businessplan. Für individuelle Frage ist Zeit eingeplant.

Uelzen | 17.03. | 04.11. | 9.30–11.30 Uhr | kostenfrei  
Lüneburg | 18.02. | 02.10. | 9.30–11.30 Uhr | kostenfrei

### ■ Ihr Weg zum Businessplan

Das Fundament und gleichzeitig das Herz Ihres Geschäftsvorhabens: der Businessplan. Er hilft Ihnen, Ihre Existenz auf eine solide Basis zu stellen und ist ebenso die Voraussetzung für finanzielle Förderungen. Im Seminar erhalten Sie alle notwendigen Informationen und praktische Tipps, um Ihren eigenen Businessplan zu erstellen.

Uelzen | 26.02. | 06.10. | 9–12 Uhr | kostenfrei  
Lüneburg | 17.06. | 01.12. | 9–12 Uhr | kostenfrei

### ■ **Der geschäftliche Rahmen: Buchführung & Steuerrecht**

Sie erhalten einen Einblick in steuerliche und betriebswirtschaftliche Grundlagen. Anhand von praktischen Beispielen werden die Erstellung von Rechnungen, die Belegbearbeitung und die Einnahmenüberschussrechnung dargestellt. Für individuelle Fragen ist Zeit eingeplant.

Lüneburg | 27.05. + 28.05. | 9.30–16.15 Uhr | Sonya Eimann | 110 Euro

### ■ **Was eine Website erfolgreich macht**

Wie muss eine Website aufgebaut sein, damit sie für den geschäftlichen Erfolg nützlich ist? Die Referentin erklärt, wie Sie Ihre Geschäftstätigkeit so präsentieren können, dass sich Kunden davon angesprochen fühlen. Der Schwerpunkt der Veranstaltung liegt auf der zielgruppengerechten Kommunikation, die grafische Gestaltung ist nicht Bestandteil.

Uelzen | 05.03. | 19–21 Uhr | Bettina Jäckle | 10 Euro

### ■ **Online-Marketing – als Selbstständige mehr Kunden gewinnen**

Potenzielle Kunden sind auch im Internet anzutreffen. Mit zahlreichen Möglichkeiten kann auf das eigene Produkt oder die eigene Dienstleistung aufmerksam gemacht werden. Die Referentin vermittelt einen Überblick über die Möglichkeiten des Online Marketings. Sie lernen kennen, was sich hinter Facebook, Twitter, Instagram, einem Blog oder einem YouTube-Channel verbirgt und wie Sie damit Ihre Geschäftstätigkeit voranbringen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Lüneburg | 19.03. | 19–21.30 Uhr | Bettina Jäckle | 10 Euro

### ■ **Facebook for Business, Praxisworkshop**

Facebook-Seiten können als Teil des geschäftlichen Marketings genutzt werden. Sie lernen, welche Funktionalitäten Facebook bietet, und was es mit der Verbindung zum privaten Profil auf sich hat. Zeit für individuelle Fragen ist vorhanden! Teilnahmevoraussetzung: Erste Erfahrungen mit Facebook, bitte bringen Sie ein Laptop mit!

Lüneburg | 24.09. | 19–21.30 Uhr | Bettina Jäckle | 10 Euro

### ■ **Erfolgreich bloggen**

Im Workshop lernen Sie, einen Blog thematisch und visuell auf Erfolgskurs auszurichten und Stolpersteine zu umgehen. Neben theoretischen Grundlagen gibt es praktische Übungen zur Text- und visuellen Gestaltung. Themenfindung, Suchmaschinenoptimierung und eine Übersicht über Blogsoftware sind Bestandteile des Workshops.

Lüneburg | 20.11. | 9–12.30 Uhr | Kerstin Paar | 15 Euro

## VHS REGION Lüneburg

Ausführliche Informationen zu den unten stehenden Seminare und viele weitere Angebote finden Sie auf [www.vhs.lueneburg.de](http://www.vhs.lueneburg.de).

### Anmeldung + Infos zu den VHS-Angeboten:

Haagestr. 4, 21335 Lüneburg

Tel. 04131 1566-0

[vhsinfo@vhs.lueneburg.de](mailto:vhsinfo@vhs.lueneburg.de)

[www.vhs.lueneburg.de](http://www.vhs.lueneburg.de)



### ■ Zertifikatskurs: Grundlagen der Beratungsarbeit – Wirkungsvoll und gut beraten

Dieser praxisbezogene und kompakte Kurs richtet sich an Personen, die im (Arbeits-)Alltag Beratungsaufgaben wahrnehmen. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit dem Zertifikat „Grundlagen der Beratungsarbeit: Wirkungsvoll und gut beraten“ der VHS REGION Lüneburg bescheinigt. Voraussetzung hierfür ist die schriftliche Reflexion eines Beratungs-Fallbeispiels.

Lüneburg | 07.02.–24.04. | 9–16 Uhr | Katrin Teske-Temperton

VHS, Haagestraße 4, Lüneburg

456 Euro | 5 Termine

### ■ Lehrgang: Qualifizierung Pädagogische Mitarbeiter/innen, Grundschule

Teilnahmevoraussetzungen: Personen mit und ohne pädagogischer Ausbildung, die eine Anstellung als Pädagogische Mitarbeiter/innen anstreben oder bereits als solche tätig sind. Nach erfolgreichem Abschluss (Facharbeit zu einem Themenschwerpunkt und schriftlicher Test) erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat der VHS REGION Lüneburg.

Lüneburg | 07.03.–10.10. | 9–16 Uhr | Ute Leya + Gastdozent/innen

VHS, Haagestraße 4, Lüneburg

520 Euro | 10 Termine | 201-56310

### ■ Bildungsurlaub: Sicher vortragen und erfolgreich präsentieren

Rhetorikkenntnisse, präsentieren und vortragen sowie der Einsatz vielfältiger Medien gehören zum heutigen Berufsalltag. Das überzeugende, sichere Auftreten der eigenen Person spielt eine zentrale Rolle, um Inhalte erfolgreich darzustellen, Zuhörende zu begeistern und gesetzte Ziele zu erreichen. Vielfältige rhetorische Mittel eröffnen Möglichkeiten

für begeisternde Vorträge, ein sicheres Auftreten und einen bewussten Umgang mit Sprache und Körpersprache.

Inhalte: Grundlagen der Kommunikationstheorie, rhetorische Werkzeuge, Sprache/Stimme, Körpersprache, Atmung, Umgang mit Lampenfieber, Vorbereitung und Aufbau von Vortrag/Präsentation, Stichwortkonzept, Medieneinsatz, Visualisierungen sowie vielfältige praktische Übungen und Video-Feedback.

**Lüneburg** | 30.09.–02.10. | 9–16.15 Uhr | Annegret Kühne  
VHS, Haagestraße 4, Lüneburg  
216 Euro | ermäßigt 183 Euro | 3 Termine | 60202-52501

### Bildungsbüro des Landkreises Uelzen

Die Koordinierungsstelle engagiert sich in der Bildungsregion Uelzen.  
Veerßer Str. 53, 29525 Uelzen, Tel. 0581 82-2996

### Kreisvolkshochschule

#### Uelzen/Lüchow-Dannenberg (KVHS)



Zu den Angeboten gehören u.a. Lehrgänge zur beruflichen Weiterbildung speziell für die Bereiche Management, Sekretariat, Buchhaltung, Verkauf, EDV, Gesundheitsbildung. Aktuelle Angebote gibt es unter [www.allesbildung.de](http://www.allesbildung.de). Infos und Anmeldung zu den KVHS-Angeboten unter Tel. 0581 97649-0.

#### **Mein Computer im Griff – Kompaktkurs für Frauen**

*In Kooperation mit der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft*

Der Kurs beinhaltet alle wichtigen Themenbereiche für das alltägliche und praktische Arbeiten mit dem PC: Arbeiten mit Dateien und Ordnern (Windows 10), USB-Speichergeräte, Texte überarbeiten und gestalten, Grafiken einfügen und bearbeiten, PDF-Dateiformate lesen und erstellen, Grundlagen E-Mail und Internet.

**Uelzen** | 07.03. | 8.30–16.30 Uhr | Kurs-Nr. M5200150 | 45 Euro  
Altes Rathaus, Veerßer Str. 2 in Uelzen



## Überbetrieblicher Verbund Frau & Wirtschaft Lüneburg.Uelzen (ÜBV)

Ein Zusammenschluss privater und öffentlicher Arbeitgeber aus Lüneburg und Uelzen. Der ÜBV bietet ein Forum zu Themen der Personalentwicklung sowie zur Gestaltung familienbewusster Personalpolitik. Mitglieder des ÜBV können vielseitige Angebote nutzen: Ferienbetreuung in den Oster- und Herbstferien, Beratung von Beschäftigten in der Elternzeit, Wiedereinstiegsprogramme, Personalpool, Informationsangebote, Weiterbildung.

### Infos zum ÜBV:

Ilmenastr. 12, 21335 Lüneburg

Tel. 04131 303968

info@unternehmensverbund-lg-ue.de

www.unternehmensverbund-lg-ue.de



### Ferienbetreuung für Kinder

Berufstätige Eltern blicken häufig mit Sorge auf Ferien – wo können die Kinder gut und zuverlässig betreut werden? In den Oster- und Herbstferien gibt es Betreuungsangebote in Lüneburg und Uelzen sowie weitere Aktionen, die der Überbetriebliche Verbund finanziell unterstützt.

Aktuelle Infos und Anmeldung sowie eine Übersicht mit weiteren Betreuungsangeboten in den Ferien: [www.netzwerk-familie-wirtschaft.de](http://www.netzwerk-familie-wirtschaft.de).

### FaMi-Siegel 2019 – 2021

Mit dem FaMi-Siegel werden Unternehmen ausgezeichnet, die ihre Beschäftigten bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf aktiv und kreativ unterstützen. Den Fragebogen, Teilnahmebedingungen und alle Partner der Gemeinschaftsinitiative, die das FaMi-Siegel entwickelt haben, finden Sie unter [www.fami-siegel.de](http://www.fami-siegel.de).



### Für ÜBV-Mitglieder und andere Interessierte

Ideen für die strukturschwache Region: Rundgang, Informationen zum Projekt des Unternehmens Werkhaus, auch zur Beschäftigung von Wiedereinsteigerinnen. Zeit zum Netzwerken ist eingeplant.

**23. April 2020 | 15–17 Uhr | destination Dorf Hitzacker**

Informationen und Anmeldung in unserer Geschäftsstelle und auf [www.unternehmensverbund-lg-ue.de](http://www.unternehmensverbund-lg-ue.de).

Beatrice Bauch, Elterngeldsachbearbeiterin Landkreis Lüneburg  
Petra Brockmann, Personalleiterin Bohlsener Mühle  
Daniela Buerke-Büsse, Ev. Familien-Bildungsstätte  
Anette Christoffel, kfm. Leiterin von English Inc.  
Eva Danneberg, Geschäftsführerin und Personalleitung Werkhaus  
Marie Dau, Wirtschaftspsychologin (B.Sc.), Trainerin  
Sandra Differt, Dipl.-Betriebswirtin, Coach und Resilienzberaterin  
Sonya Eimann, Bilanzbuchhalterin  
Ursula Fischer-Lux, gerichtlich zugelassene Rentenberaterin  
Frauke Gerstenkorn, Ausbildungsberaterin Hauswirtschaft LWK Nds.  
Stefanie Gödecke, Bereichsleitung Personalservice Hansestadt Lüneburg  
Iris Häbry, Dipl.-Informatikerin, Coach  
Heike Hein, Coach und Trainerin  
Bettina Jäckle, Coach  
Brigitte Kaminski, Dipl.-Sozialpädagogin und Dipl.-Theaterpädagogin  
Sabine Kelm, Deutsche Rentenversicherung  
Andrea Kowalewski, M.A. Angewandte Kulturwissenschaften, GF feffa e.V.  
Juliane Josephine Kühnel, Fach- und Führungskraft, Dozentin  
Thies-Benedict Lüdtkke, Koordinator digitaler Landkreis Uelzen  
Cornelia Meutzner, Worklife Consulting  
Karen Möller, Dipl.-Sozialwirtin, Supervisorin  
Annette Mücke, Bankkauffrau, Lehrkraft für Finanzkompetenz  
Katharina Naeve, Betriebswirtin, Coach  
Kerstin Paar, Bloggerin  
Kathrin Phielipeit, Abteilungsleiterin Georgsanstalt BBS II  
Peggy Pietsch-Wahbi, Pflegedienstleitung Mediclin Seepark Klinik  
Gundula Riggert, Beauftragte für Chancengleichheit Agentur für Arbeit  
Cihan Savda, Steuerfachangestellte AMP Steuerberatung  
Anika Schön, Unternehmerin und Speakerin  
Katja Schneider, Rechtsanwältin  
Dr. Silja Schoett, Literaturwissenschaftlerin (M.A.), Supervisorin  
Regina Schröder-Loa, Klassenlehrerin Georgsanstalt BBS II  
Astrid Schwarzer, Schuldenprävention/Erwerbslosenberatung Caritas Uelzen  
Annette Smit, Personalleiterin, Coach  
Laura Täger, Personalreferentin AMP Steuerberatung  
Brigitte Wagner-Anders, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht  
Corinna Zrout, Dipl.-Psychologin der Agentur für Arbeit



## Kontakt

Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft  
Ilmenaustraße 12  
21335 Lüneburg  
Telefon 04131 303968  
Fax 04131 303987  
koordinierungsstelle.lueneburg@feffa.de

Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft  
Alewinstraße 1  
29525 Uelzen  
Telefon 0581 9712615  
Fax 0581 9735788  
koordinierungsstelle.uelzen@feffa.de

[www.koordinierungsstellen-feffa.de](http://www.koordinierungsstellen-feffa.de)  
[www.feffa.de](http://www.feffa.de)



Die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft wurde eingerichtet von feffa e.V., seit 1990 aktiv für Frauen mit Bildung und Beratung, in Kooperation mit: Landkreis Uelzen, Stabsstelle für Wirtschaftsförderung und W.LG Wirtschaftsförderungsgesellschaft mbH für Stadt und Landkreis Lüneburg.



EUROPAISCHE UNION  
Europäischer Sozialfonds

