Unsere Seminare, Vorträge und Gruppenangebote im Überblick:

- Berufliche Perspektiven entwickeln, für Familienfrauen und Arbeitssuchende
- Gründen und Unternehmen, für Gründerinnen und selbstständig arbeitende Frauen
- FrauenComputerSchule, für Neueinsteigerinnen und Frauen mit Interesse an EDV-Weiterbildung
- Unsere „Perlen“, für Frauen, die Glanz in ihren beruflichen Alltag bringen wollen
- Angebote in der Region Lübeck

Informationen zu unseren Beratungsangeboten und Modellprojekten finden Sie auf unserer Webseite www.frauennetzwerk-sh.de oder Sie kommen zum Frauennetzwerktreff – regelmäßig in Kiel und Lübeck.

Das Bildungs- und Beratungszentrum des Frauennetzwerks zur Arbeitssituation e.V. wird vom Ministerium für Gleichstellung des Landes Schleswig-Holstein und von der Landeshauptstadt Kiel finanziell gefördert. Hierfür bedanken wir uns herzlich.

Frauennetzwerk
zur Arbeitssituation e.V.

Bildungs- und Beratungszentrum
Walkerdamm 1
24103 Kiel
0431 | 67 88 30
anmeldung@frauennetzwerk-sh.de
www.frauennetzwerk-sh.de

Frauennetzwerk zur Arbeitssituation e.V.
Fleischhauerstraße. 37
23552 Lübeck
Fon 0451 – 707 97 93
luebeck@frauennetzwerk-sh.de

Anmeldung

Bitte melden Sie sich schriftlich an, gern auch per Email. Informationen zu den AGB, Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen finden Sie auf unserer Webseite www.frauennetzwerk-sh.de.
Zu staatlichen Förderungsmöglichkeiten informiert die Webseite www.bildungspraemie.info. Die Teilnahmegebühr überweisen Sie bis spätestens zwei Wochen vor Seminarbeginn mit Angabe der Seminarnummer auf das folgende Konto:

BIC: NOLADE21KIE Förde Sparkasse
IBAN: DE83210501701001621539

Das Frauennetzwerk zur Arbeitssituation ist „Zugelassener Träger für die Förderung der beruflichen Weiterbildung nach dem Recht der Arbeitsförderung“ und zertifiziert nach AZAV (Registrier-Nr.: A51202). Nach dem Bildungsfreistellungs- und Qualifizierungsgesetz (BFQG) des Landes Schleswig-Holstein ist das Frauennetzwerk „Staatlich anerkannter Träger der Weiterbildung“.

Frauennetzwerk
zur Arbeitssituation e.V.

Programm 2018 / 2
Lübeck und Region

Unsere Ziele sind:

Die Stärkung und Unterstützung von Frauen in ihrem Arbeitsleben

Die quantitative und qualitative Verbesserung der Chancen von Frauen auf dem Arbeitsmarkt

Bildungs- und Beratungszentrum

Lübeck

2. Halbjahr 2018

Stress lass nach – Balance in Beruf und Alltag
Zunehmend mehr Menschen stehen in unserer schnelllebigen Gesellschaft unter Stress. Die Ursachen dafür sind vielfältig und individuell verschieden. Ein wesentlicher Faktor für Stress sind berufliche und zunehmend auch private Anforderungen, denen wir alle täglich ausgesetzt sind.
Wenn der Alltag massiv von Leistungsdruck bestimmt wird, beeinträchtigt das unter anderem nachhaltig unsere Motivation und Lebensfreude.
Das 2-tägige Seminar gibt Einblicke in Verfahren der positiven Psychologie und wendet diese bezogen auf Ihre konkrete Situation an. Im ersten Schritt geht es darum, ein Bewusstsein für die Anforderungen zu schaffen, die die Arbeitswelt an Sie stellt und so die maßgeblichen „Energieräuber“ zu identifizieren. Darauf aufbauend erfahren Sie, wie Sie mit Ihrer körperlichen Energie gesund umgehen und Ihre Widerstandskraft stärken können.
Termin: Sa., 10.11.2018 und Sa., 17.11.2018
jeweils 10:00 - 17:00 Uhr
Referentin: Nicola Findeis, Projektcoaching
Kurs-Nr. 18- 36 **Kosten:** 95 €

11. Lübecker Visitenkartenparty (FrauenBusiness)
Als Mitveranstalterin möchten wir mit Ihnen den Erfahrungs- und Informationsaustausch zwischen Unternehmerinnen und Frauen im Management aus Lübeck und Umgebung weiterführen und intensivieren.
Anmeldung und weitere Infos über:
Website: www.frauenbusiness-luebeck.de
E-Mail: frauenbuero@luebeck.de
Telefon: 0451/122-1620
Termin: Di., 04.09.2018, 19:00 Uhr
Ort: Lübecker Rathaus, Große Börse, Breite Str. 62
Kosten: 17 € inklusive Imbiss/Getränke

FrauenComputerSchule
Die FrauenComputerSchule richtet sich an Neueinsteigerinnen und Frauen mit Interesse an EDV-Weiterbildungen.
Jeder Teilnehmerin steht ein PC zur Verfügung und nach Absprache kann der eigene Laptop mitgebracht werden. Die Kursplätze sind begrenzt.

- **Word – Schnell Texte formatieren**

Termine: Do., 20.09.2018 Kurs-Nr. 18-28
Do., 27.09.2018

- **Excel – Tabellen formatieren und gestalten**

Termine: Do., 25.10.2018 Kurs-Nr. 18-32
Do., 08.11.2018

- **Excel – Formeln und Funktionen**

Termine: Do., 22.11.2018 Kurs-Nr. 18-41
Do., 29.11.2018

Die Zeiten sind **donnerstags** von **15:00** bis **16:30** Uhr.
Pro Veranstaltung betragen die **Kosten** 35 € für Privatpersonen und 45 € für Firmenkunden.

„Chancen für Frauen“ - Frauen auf der Arbeitssuche und Unterstützung im Alltag
Der Infotag **"Arbeit, aber wie?"** richtet sich an alle interessierten Frauen, die beruflich wieder oder noch einmal durchstarten wollen.
Die Messe wird vom Netzwerk "Chancen für Frauen" organisiert. Vor Ort werden die lokalen Angebote in den Bereichen Weiterbildung, Beruf, Beratung, Kinderbetreuung und Gesundheit vorgestellt.
Termin: Mi., 24.10.2018, 09:00 - 12:00 Uhr
Ort: Handwerkskammer Lübeck, Breite Straße 10/12
Teilnahme: kostenfrei

BewerbungsmappenCheck
Sie möchten ein Feedback zur Aufmachung und Gestaltung Ihrer Bewerbung? Sie haben schon einige Bewerbungen verschickt, doch es läuft nicht wie gewünscht? Wir erarbeiten mit Ihnen Ihr individuelles Profil und zeigen Ihnen Möglichkeiten auf, wie Sie Ihre Mappe aussagekräftig gestalten können.
Termin: nach individueller Vereinbarung
Kosten: 15 €, 6 € für Frauen im ALG II-Bezug

Coaching mit Pferden: Stärken erkennen, Ziele erreichen
Um in Beruf und Alltag erfolgreich zu sein, muss man sich der eigenen Qualitäten bewusst sein. Das Coaching mit Pferden zeigt Ihnen Mittel und Wege auf, über die Erkenntnis Ihrer individuellen Stärken Ihre Ziele zu justieren und durch neue Strategien das Leben aktiv positiv zu gestalten, verborgene Ressourcen zu heben.
Nutzen Sie durch die Übungen mit den Pferden die Chance, neue Möglichkeiten Ihrer persönlichen Entwicklung kennenzulernen. Schöpfen Sie Energie und Kraft, Entscheidungen befreiter zu treffen, Verantwortung verlässlich zu übernehmen und Veränderungen nachhaltig zu gestalten.
Das Seminar unterstützt Sie bei allen Fragen rund um Ihre gegenwärtige Lebenslage, Karrierepläne und Wünsche für die Zukunft. Dabei sind keine Vorkenntnisse mit Pferden erforderlich, sondern lediglich die Bereitschaft, sich auf das Lebendige einzulassen.
Termin: Sa., 27.10.2018, 10:00 - 17:30 Uhr
Referentin: Dr. Christina Bockel (Horse Assisted und Business Coach, Trainerin), HorsEnergy - Coaching mit Pferden
Ort: Eutin, nähere Beschreibung folgt, mögl. Fahrgemeinschaften
Kurs-Nr. 18-34
Kosten: 140 €, 130 € Frühbucherrabatt bis 1. September

„Perspektive Wiedereinstieg – Leinen los“
Unter diesem Motto begleiten wir Frauen bei der Rückkehr in das Erwerbsleben durch Workshops, Beratung und Onlineangebote.
Der Austausch sowie die Vernetzung mit anderen Wiedereinsteigerinnen und das fachliche Know-how der Beraterinnen unterstützen bei der Vorbereitung und Realisierung des persönlichen Wiedereinstiegs.
Das Projekt richtet sich an Frauen nach Erziehungs- oder Pflegezeiten sowie im Minijob .
Der Einstieg ist jederzeit möglich.
Infoveranstaltungen im 2. Halbjahr 2018
05.09.2018 (09:30 - 11:00 Uhr)
07.11.2018 (09:30 - 11:00 Uhr)
Und nach individueller Vereinbarung