



---

## WIR FÜR SIE – ONLINE SEMINARE FÜR FRAUEN

Eine gemeinsame Veranstaltungs-Reihe der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt (BCA) der Arbeitsagenturen Gießen, Bad Hersfeld-Fulda, Marburg, Korbach und Kassel.

Besonders im Moment ist es nicht einfach, gute Informationen und Begleitung bei Fragen rund um Beruf, Wiedereinstieg und Karriere zu finden. Dabei ist der Bedarf von Frauen, die sich orientieren möchten im Moment besonders groß und die Nachfrage nach Seminaren hoch.

Die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agenturen für Arbeit in Gießen, Bad Hersfeld-Fulda, Marburg, Korbach und Kassel haben darum gemeinsam für Sie eine Reihe mit spannenden und informativen Veranstaltungen konzipiert.

Hier finden Sie das **Programm für 2022**. Die Veranstaltungen finden **online** statt und sind für Sie **kostenlos**. Eine **Anmeldung** ist erforderlich.

**Weitere regionale Angebote** finden Sie auf der Seite der jeweiligen Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt und in der Veranstaltungsdatenbank.

[www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen](http://www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen)

***Der längste Weg beginnt mit dem ersten Schritt – lassen Sie uns gemeinsam durchstarten!***

Ihre

Melanie Bonacker, Christine Schramm-Spehrer, Nina Heimroth-Propf, Christel Thomas, Bärbel Kesper, Kerstin Wickert-Strippel und Marion Guder

[So erreichen Sie Ihre Ansprechpartnerinnen vor Ort](#)

[BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de), [Giessen.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Giessen.BCA@arbeitsagentur.de),  
[Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de), [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de),  
[Marburg.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Marburg.BCA@arbeitsagentur.de)

# Januar

## Selbstbewusst ins Bewerbungsgespräch

27. Januar, 9:30 bis 11 Uhr

Die Frage nach den Gehaltswünschen ist normaler Bestandteil eines Vorstellungsgesprächs. Wie Frauen sich auf die oft als schwierig empfundene Frage vorbereiten können, behandelt dieses Online-Seminar.

Die Teilnehmerinnen erfahren, wie und wo sie ihren Wert auf dem Arbeitsmarkt recherchieren können und wie sie sich mit ihren Kompetenzen und Erfahrungen am besten präsentieren.

Auf die Fragen der Teilnehmerinnen und Überlegungen zur Gehaltsverhandlung gibt Susan J. Moldenhauer, Karriereberaterin und Finanzcoach in ihrem lebendigen Vortrag Antworten.

Referentin: Susan J. Moldenhauer, Karriereberaterin

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

# Februar

## Wie kann ich meine Online-Bewerbung erfolgreich umsetzen?

**8. Februar, 9:30 bis 11:30 Uhr**

In den letzten Jahren hat sich nicht nur die Art und Weise, wie Arbeitnehmer\*innen nach Jobs suchen verändert, sondern auch wie Unternehmen ihre offenen Stellen besetzen. Immer mehr Arbeitgeber\*innen suchen ihre neuen Mitarbeiter\*innen mittlerweile online - ob per E-Mail oder per Online-Formular auf der eigenen Website, über Online-Jobportale oder über soziale Netzwerke wie Facebook, XING, LinkedIn - die Möglichkeiten sind vielfältig. Mehr als zwei Drittel aller offenen Positionen werden heute über das Internet besetzt. Die Online-Bewerbung macht es einfacher auf die Stellenanzeige zu reagieren und ihre Bewerbungsunterlagen mit einem Klick bei potenziellen Arbeitgeber\*innen einzureichen.

Referentin:

Fatma Slama, Job-Coach, das JOBKONZEPT, Berufliches Bildungsinstitut in Marburg

Anmeldung: [info@dasjobkonzept.de](mailto:info@dasjobkonzept.de)

## Frauen gründen anders

**24. Februar, 10 bis 12 Uhr**

Frauen gründen zwar seltener als Männer, aber nicht weniger erfolgreich! Ist den Frauen ein Angestelltenverhältnis zu langweilig, finden sie keinen Job? Nein, viele Frauen sehen die Gründung ihrer eigenen Existenz als bessere Alternative zu einer Festanstellung. Sie können arbeiten, ihre eigene Idee umzusetzen und wissen ihre Kinder gut versorgt. Es geht selbstständigen Frauen aber nicht nur darum, Job und Kind zu vereinen, sondern sie wollen ihren Lebensunterhalt mit einer Arbeit verdienen, die sie glücklich macht. Je nach Lebensphase und -planung sind verschiedene Gründungsarten offen: von der Teilzeit- oder Nebenerwerbsgründung bis hin zum Vollzeit-Unternehmen.

Was muss ich wissen im Hinblick auf die Umsetzung einer Geschäftsidee/Selbstständigkeit, welche betriebswirtschaftlichen, rechtlichen und versicherungsrechtlichen Fragen stellen sich und was gibt es ggf. für Förderungsmöglichkeiten (z.B. Gründungszuschuss der Arbeitsagentur)? Erste Informationen hierzu bietet diese Veranstaltung.

Referentin: Bettina Steuber-Fillsack, Juristin

Anmeldung: [Marburg.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Marburg.BCA@arbeitsagentur.de)

# März

## Erfolgreich Beruf und Familie vereinbaren

**4. März, 9:30 bis 11 Uhr**

Wenn es nach Zeiten der Kinderbetreuung oder Pflege von Angehörigen darum geht, wieder ins Erwerbsleben einzusteigen und darum, Familie und Beruf zu vereinbaren, sind Betroffene häufig mit folgenden Fragen konfrontiert: „Welche Hilfen gibt es, um wieder in den Beruf einzusteigen? Wie gelingt es mir, Familie und Beruf zu vereinbaren?“

Ein erster Schritt zur Beantwortung dieser und weiterer Fragen bietet die Teilnahme an der Online-Informationsveranstaltung der hessischen Beauftragten für Chancengleichheit.

Referentinnen:

Ruth Hohage, Marion Guder und Carmen Fechter, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Anmeldung: [frauen@buero-f.de](mailto:frauen@buero-f.de)

## Online Coffee and Talk zum Internationalen Frauentag mit den Beauftragten für Chancengleichheit

**8. März, 14 bis 15:30 Uhr**

In entspannter Atmosphäre wollen wir über Ihre Fragen, Überlegungen, Wünsche und Möglichkeiten in beruflicher Hinsicht sprechen. Die Veranstaltung bietet einen offenen Raum für einen vertrauensvollen Austausch mit den Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agenturen für Arbeit, die ihr Expertinnen-Wissen gern zur Verfügung stellen und über weitere Schritte Richtung Bewerbung, Umschulung und Weiterbildung informieren.

Referentinnen:

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt in Nord-, Mittel- und Osthessen

Anmeldung: [Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de)

# April

## Girls` Day und Boys` Day – Online-Berufsorientierung am Zukunftstag

28. April 2022

*-Konkrete Informationen folgen-*

### **Girls` Day: Mädchen kommen überall hin**

Der Girls` Day will dazu beitragen, dass junge Mädchen bei ihrer Berufswahl nicht nur die typischen Frauenberufe, sondern das gesamte Spektrum im Auge haben. Insbesondere technische und innovative Berufe sollen den Mädchen nähergebracht werden, indem sie an einem Schnuppertag in den entsprechenden Betrieben diese Arbeitsplätze kennen lernen.

### **Boys` Day: Sozial ist cool**

Auch bei Jungen geht es darum, das Berufswahlspektrum zu erweitern, insbesondere Sozial-, Pflege-, Erziehungs- aber auch Dienstleistungsberufe sind hier einen näheren Blick wert.

Ziel ist, dass alle die Berufe finden, die am besten zu Ihnen passen, jenseits von Rollenklischees.

Hier gibt es weitere Informationen:

[www.girls-day.de](http://www.girls-day.de)

[www.boys.day.de](http://www.boys.day.de)

# Mai

## Plötzlich alles anders – Trennung / Scheidung

**23. Mai, 18 bis 19:30 Uhr**

Was passiert, wenn sich das gewohnte Leben ändert? Wenn die Rente ansteht oder plötzlich eine Ehe zerbricht. Mitten in unserer Lebensaktivität beschäftigen wir uns meist nur ungern mit diesen Themen. Dennoch macht es Sinn sich vorausschauend um die eigene finanzielle Absicherung zu kümmern.

Eine kompetente Rechtsanwältin wird Sie über Versorgungslücken bei Trennung und Ehescheidung informieren. Bringen Sie Ihre Fragen mit und erfahren Sie, wo Sie individuelle Beratung erhalten.

Referentin: Andrea Eggert, Familienanwältin

Anmeldung: [Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de)

# Juni

## Work Life Balance - Sich selbst treu bleiben -

**8. und 9. Juni, jeweils 9:30 bis 12 Uhr**

Manchmal lässt einen das Gefühl nicht los, sich verbiegen zu müssen, um etwas zu erreichen. Ob beim Vorstellungsgespräch oder im Kontakt mit der Nachbarschaft, sogar manches Mal in der Familie. Doch wo bleiben die eigenen Wünsche, Bedürfnisse, Erwartungen?

Gerade Frauen vergessen schneller, was sie eigentlich einmal wollten und sind ganz und gar für Andere da. Sich selbst treu bleiben heißt nicht, alle anderen zu vergessen, sondern sich selbst nicht beiseite zu stellen.

An diesen beiden Tagen wollen wir Sie ermutigen, sich selbst stärker in den Mittelpunkt zu stellen.

Referentin: Jutta Margret Mürköster, Trainerin und Coach

Anmeldung: [Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de)

## Wie zufrieden sind Sie mit Ihrer aktuellen beruflichen Situation?

**23. Juni, 09:30 bis 11 Uhr**

Die Arbeitswelt verändert sich und ist sehr schnelllebig – Qualifizierung und Weiterbildung steht im Focus. Ausbildung ist wichtiger denn je. Wir zeigen Ihnen Wege und Hilfestellungen auf, wie Sie Ihre beruflichen Ziele verwirklichen können. Besonders nach Zeiten der Kinderbetreuung oder Pflege von Angehörigen, stellt sich die Frage nach den Möglichkeiten auf dem Arbeitsmarkt und welche Qualifizierungen notwendig sind. Was kann ich selbst tun, um den Prozess in Gang zu setzen?

Die Veranstaltung wird im Rahmen einer Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V. (BüroF) und den hessischen Arbeitsagenturen durchgeführt.

Referentinnen:

Ruth Hohage, Marion Guder und Carmen Fechter, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Anmeldung: [frauen@buero-f.de](mailto:frauen@buero-f.de)

# Juli

## Digitale Bewerbungsstrategien

6. und 13. Juli, 9:30 bis 11 Uhr

**Wie LinkedIn und andere Berufsnetzwerke die berufliche Zukunft gerade in diesen Zeiten maßgeblich unterstützen...**

### Workshop I, 6. Juli:

- Berufliche digitale Netzwerke – wer hat die Nase vorn?
- Wie gelingt die Balance zwischen professionellen Infos zu mir und dem persönlichen Datenschutz?
- Wie gebe ich einen ersten Eindruck von mir, der wesentlich mehr zu bieten hat als ein Lebenslauf?
- Wie mache ich gutes Personal Branding?
- Welche Möglichkeiten zur Unterstützung bietet die Agentur für Arbeit?

### Workshop II, 13. Juli:

- Wie kann ich kurz- und mittelfristig mein berufliches Netzwerk für die Jobsuche aufbauen?
- Wie baue ich zu meinem Jobwunsch passende Netzwerke auf und erreiche schneller mein Ziel?
- Welche Verhaltensregeln habe ich in beruflichen Netzwerken zu beachten?
- Welche Möglichkeiten zur Unterstützung bietet mir meine Agentur für Arbeit?

Referentin: Anita Behmel, Business Coach

Anmeldung: [Marburg.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Marburg.BCA@arbeitsagentur.de)

# September



## CHANCENGLEICHHEIT AM ARBEITSMARKT Aktionswoche Hessen

### Woche der Chancengleichheit

**19. bis 23. September**

Bitte beachten Sie unser komplettes, hessenweites Angebot zur Woche der Chancengleichheit vom 19. bis 23. September in der Veranstaltungsdatenbank:  
[www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen](http://www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen)

### Erfolgreich Beruf und Familie vereinbaren

**23. September, 9:30 bis 11 Uhr**

Wenn es nach Zeiten der Kinderbetreuung oder Pflege von Angehörigen darum geht, wieder ins Erwerbsleben einzusteigen und darum, Familie und Beruf zu vereinbaren, sind Betroffene häufig mit folgenden Fragen konfrontiert: „Welche Hilfen gibt es, um wieder in den Beruf einzusteigen? Wie gelingt es mir, Familie und Beruf zu vereinbaren?“

Ein erster Schritt zur Beantwortung dieser und weiterer Fragen bietet die Teilnahme an der Online-Informationsveranstaltung der hessischen Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt.

Referentinnen:

Ruth Hohage, Marion Guder und Carmen Fechter, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Anmeldung: [frauen@buero-f.de](mailto:frauen@buero-f.de)

# Oktober

## Vorstellungsgespräche Tipps und Tricks für eine erfolgreiche Selbstpräsentation

6. Oktober, 10 bis 12 Uhr

Eine Einladung zum Vorstellungsgespräch führt bei Vielen zu Schmetterlingen im Bauch - vor Freude und auch vor Aufregung. Was kommt auf mich zu und wie schaffe ich es, ruhig zu bleiben und meine beste Seite zu zeigen?

Sich selbst zu präsentieren fällt den meisten Menschen nicht so leicht. Gut vorbereitet kann man aber zu mehr Struktur und Selbstvertrauen im Gespräch kommen.

Im Online-Seminar wollen wir daher gemeinsam betrachten:

- Wie kann ich mich vorbereiten?
- Wie läuft ein typisches Gespräch ab?
- Was erzähle ich über mich selbst?
- Mit welchen Fragen muss ich rechnen?
- Was könnte ich antworten?

Gerne kann man auch kleine Gesprächs-Teile üben und sehen, wie man Pannen vermeidet und sich ins rechte Licht setzt. Natürlich gibt es auch Gelegenheit, Fragen zu stellen.

Referentin: Christine Schramm-Spehrer, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Anmeldung: [Giessen.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Giessen.BCA@arbeitsagentur.de)

# November

## Die Familienkasse informiert

### 8. November, 9 bis 11 Uhr

Es gibt mehr Leistungen für Familien als man denkt. Die Familienkasse Hessen informiert über ihre Leistungen und Familienleistungen allgemein. Häufig gestellte Fragen werden in der Veranstaltung beantwortet – natürlich auch die der Teilnehmerinnen.

Referentin: Diana Zilic, Familienkasse Hessen

Anmeldung: [BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de)

# Dezember

## Mini-Midi-Jobs und Teilzeit – warum es sich lohnt, mehr zu arbeiten

### 6. Dezember, 9 bis 11 Uhr

Welche Arten von Teilzeit-Arbeitsverhältnissen gibt es überhaupt?

Was versteht man unter einem Mini- oder Midijob?

Warum lohnt es sich, den Mini- oder Midijob in ein beitragspflichtiges Arbeitsverhältnis umzuwandeln?

Das erfahren Interessierte in einem Online-Seminar.

Referentin: Nadine Pfeiffer, Fachanwältin für Arbeitsrecht

Anmeldung: [BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de)

# So erreichen Sie die Beauftragten für Chancengleichheit in Ihrer Region

## **Bad Hersfeld-Fulda - Melanie Bonacker**

Mail: [BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de)

Telefon: 06621-209543

Mehr Infos und Veranstaltungen

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/bad-hersfeld-fulda/chancengleichheit-am-arbeitsmarkt>

## **Giessen – Christine Schramm-Spehrer**

Mail: [Giessen.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Giessen.BCA@arbeitsagentur.de)

Telefon: 0641-9393782

Portfolio <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/giessen/bca>

Veranstaltungen <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/giessen/aktuelles>

## **Kassel – Christel Thomas und Nina Heimroth-Propf**

Mail: [Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de)

Telefon: 0561-7011040 oder 0561-7011524

Mehr Infos und Veranstaltungen

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/kassel/startseite>

## **Korbach - Bärbel Kesper und Kerstin Wickert-Strippel**

Mail: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

Telefon: 05631-957454 oder 05631-957453

Mehr Infos und Veranstaltungen

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/korbach/bca>

## **Marburg – Marion Guder**

Mail: [Marburg.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Marburg.BCA@arbeitsagentur.de)

Telefon: 06421-605204

Mehr Infos und Veranstaltungen

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/marburg/chancengleichheit>