

Jetzt neu durchstarten!

**Seminare, Angebote und Informationen für Frauen,
Wiedereinsteigende und Interessierte**



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Kassel

bringt weiter.

Zeit ist Geld...kommt Zeit, kommt Rat...alles hat seine Zeit...

Liebe Lesende,

viele Redewendungen und Sprichworte im beruflichen und privaten Alltag beschäftigen sich mit dem Thema Zeit. Eine ausgeglichene Work-Life-Balance oder ein gutes Zeitmanagement bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf sind wichtige Faktoren der Lebensgestaltung, die besonders Menschen mit familiären Verpflichtungen benötigen, um sich selbst im oft hektischen Alltag nicht zu verlieren.

Zeit bestimmt viele unserer Entscheidungen, unseren Alltag und kann so einen gewissen Druck ausüben, den wir nicht immer als positiv wahrnehmen.

Wir möchten an dieser Stelle Druck herausnehmen und anbieten, sich die Zeit zu nehmen, unser Programm zu lesen und in Ruhe zu entscheiden, ob Sie das eine oder andere Thema für sich entdecken können.

Vielleicht ist es jetzt für Sie an der Zeit, mit etwas Neuem zu beginnen, einen unbekannten Schritt zu wagen oder neue Informationen einzuholen.

Wir hoffen, Sie dabei mit unserem Jahresprogramm 2023 unterstützen zu können und freuen uns ganz besonders, Sie in unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen.

Herzlich willkommen!

Ihre

Christel Thomas
und Nina Heimroth-Propf

Wenn Sie sich für unsere Veranstaltungen interessieren, melden Sie sich unter **Kassel.BCA@arbeitsagentur.de** an.

Folgende Themen aus dem Bereich Frau und Arbeitswelt sowie Vereinbarkeit von Familie und Beruf können Sie unter anderem finden:



- Bewerbung
- Vorstellungsgespräche
- Finanzielle Aspekte
- Existenzgründung
- Vereinbarkeit Familie und Beruf
- Resilienz

Notizen



Neustart ins Berufs- leben 2023 - erfolgreich zurück

Oft stehen Familie, Kindererziehung und/oder die Pflege von Angehörigen lange Zeit im Lebensmittelpunkt der sorgenden Person.

Die ersten Schritte zurück in den Beruf stellen dann eine herausfordernde Aufgabe für die ganze Familie, besonders aber für die berufsrückkehrende Person dar.

Um wieder im Job "Fuß zu fassen", ist sorgfältige Planung wichtig.

In unserem Seminar „Neustart ins Berufsleben - erfolgreich zurück“ möchten wir Ihnen Raum zum Austausch miteinander sowie Basisinformationen zu den folgenden Themen anbieten:

- Familie und Beruf vereinbaren
- Kinderbetreuung
- Arbeitszeitmodelle
- Kompetenzen Berufsrückkehrender
- Angebote für Berufsrückkehrende
- Beschäftigungssuche und Bewerbung

Unsere Termine 2023

17.01.2023 09:00 bis 11:00 Uhr

04.05.2023 09:00 bis 11:00 Uhr

11.10.2023 09:00 bis 11:00 Uhr

Notizen

Januar

Arbeiten und Leben im Gleichgewicht

19. Januar, 10:00 bis 12:00 Uhr

Online

Resilienz stärken – flexibel und ausgeglichen in Beruf und Alltag oder „So werde ich ein Stehauf-Frauchen“

Arbeiten, studieren, neuorientieren, Homeoffice oder lernen auf die Ferne, Prüfungen, Veränderungen, Privatleben, Job, Nebenjob oder dessen Verlust – das Leben bietet gerade in den momentanen Zeiten mit nahezu täglich neuen Bedingungen viele Herausforderungen. Was können Sie dem entgegen setzen?

Wer resilient ist, lässt sich von den Belastungen des Alltags nicht unterkriegen, sondern schafft es immer wieder, in einen Zustand der Ausgeglichenheit zurückzufinden.

Christine Schramm-Spehrer, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, und Christiane Meyer-Fenderl vom Hochschulteam geben Tipps, wie es gelingen kann, die eigene innere Kraft und Stärke zu erkennen und weiter zu entwickeln.



Februar

Wie kann ich meine Online-Bewerbung erfolgreich umsetzen?

**2. Februar 09:30 Uhr bis 11:30 Uhr
Online**

Nicht nur die Jobsuche, sondern auch die Stellenbesetzung der Unternehmen hat sich verändert. 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: Heidi Knapp, Job-Coach, das JOBKONZEPT, Berufliches Bildungsinstitut in Marburg

Frauen gründen anders **08.Februar, 10 bis 12 Uhr Online**

Frauen gründen zwar seltener als Männer, aber nicht weniger erfolgreich!

Viele Frauen sehen die Gründung ihrer eigenen Existenz als bessere Alternative zu einer Festanstellung. Sie können arbeiten, eigene Ideen umsetzen und wissen ihre Kinder gut versorgt. Selbstständigen Frauen geht es aber nicht nur darum, Job und Kind zu vereinen, sondern ihren Lebensunterhalt mit einer Arbeit zu verdienen, die 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

**Vorstellungsgespräch Schüler:innen
Tipps und Tricks für eine erfolgreiche
Selbstpräsentation**

**23.02.2023, 14:00 bis 16:00 Uhr
Online**

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?

Seminar für Schülerinnen und Schüler.

Gerne können auch Eltern teilnehmen.

Referentin: Christine Schramm, Berufsberaterin und Beauftragte für Chancengleichheit

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de
oder www.vhs-wetterau.de, Suchwort:
schramm

Das kann ich! - Bewerbung

kurzgefasst

Mein Elevator-Pitch

Wie ich mich punktgenau präsentiere

**Freitag, 24.02.2023, 11:30 bis 12:30
Uhr / Online**

Manchmal muss es schnell gehen. Unerwartet habe ich die Chance, mit Entscheider:innen zu reden und mich für eine Arbeitsstelle oder eine neue Position ins Gespräch zu bringen. Diese vermeintlich unerwartete Situation kann gut vorbereitet werden.

Im Kurs werden wir die Methode "Elevator Pitch" (Das Treffen im Aufzug) besprechen. Fokussiert auf die Vorbereitung einer Mini-Selbstpräsentation, betrachten wir unsere Kompetenzen in Bezug auf unseren Wunschjob. Wir wechseln in die Perspektive von zukünftigen Arbeitgeber:innen und überlegen, wie unser Nutzen für die Position entdeckt werden kann. Dadurch möchten wir eine erste Idee bekommen, was man oder Frau sagen könnte.

Referentin: Christine Schramm Berufsberaterin und Beauftragte für Chancengleichheit

Im Rahmen des Tags der offenen Tür der vhs Landkreis Gießen.

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de ,
Kurs G-5550233

März - Ein Monat der Sichtbarkeit

01.03.2023 Equal Care Day

Weit über 80 Prozent der beruflichen Care-Arbeit in Deutschland wird von Frauen geleistet. Wir sprechen von einem Gender Care Gap in der Berufswelt, einer extremen Ungleichverteilung der Sorgearbeit zwischen den Geschlechtern.

Auszug aus Schnerring/Verlan: Equal Care. Über Fürsorge und Gesellschaft. Verbrecher Verlag 2020, S. 15–30.

<https://equalcareday.de/>

07.03.2023 Equal Pay Day

Frauen verdienen im Schnitt 18 Prozent weniger. Der Equal Pay Day markiert symbolisch die geschlechtsspezifische Lohnlücke, die laut Statistischem Bundesamt 18 Prozent in Deutschland beträgt (Stand 7. März 2022).

Rechnet man dies in Tage um, arbeiten Frauen insgesamt 66 Tage umsonst. Der Equal Pay Day findet deshalb am 7. März 2023 statt.

Quelle und weitere Angebote:

<https://www.equalpayday.de/>

08.03.2023 Internationaler Frauentag

Der auch als Weltfrauentag, Frauenkampftag oder einfach Frauentag bekannte Tag entstand als Initiative im Kampf um die Gleichberechtigung, das Wahlrecht für Frauen sowie die Emanzipation von Arbeiterinnen. Auch heute wird er noch genutzt, um mehr Sichtbarkeit für Frauenbelange zu erzeugen und ist bereits in Berlin und Mecklenburg-Vorpommern als gesetzlicher Feiertag bestimmt.

Quelle: Wikipedia





März

**Wir sind anders – wir sind bunt -
na und!
- Vielfalt als Ressource -**

**Online-Seminar für mehr Diversität
am Arbeitsmarkt
8.März, 10:00 bis 12:00 Uhr**

Vielfalt in Unternehmen setzt sich vielerorts durch. Der Grund ist der anerkannte wirtschaftliche Vorteil durch die sogenannte Diversität. Wie Männer und Frauen davon beruflich profitieren können, ist Thema eines Online-Seminars.

Ein Seminar für **Arbeitgeber:innen, Arbeitnehmer:innen** und **Arbeitssuchende** handelt von der Kunst, das „Anders-sein“ gewinnbringend zu nutzen.

Referentinnen: Christine Schramm und Marion Guder, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Resilienz- das innere Schutzschild für schwierige Zeiten

**Gibt es ein Gen für innere Stärke
oder kann ich dies erlernen und
trainieren?**

**8. März, 09:00 bis 11:00 Uhr
Online**

Das Seminar zeigt auf, wie Sie Krisen annehmen und vor allem überstehen lernen und welche Hilfsmittel Sie anwenden können, um diese im Alltag und Beruf wirkungsvoll einzusetzen. Gerade in Zeiten der Mehrfachbelastungen in Beruf und Familie wird es immer wichtiger, dass Frauen lernen, ihre Stärken und Ressourcen zu kennen und einzusetzen.

Nur wer seine Stärke kennt, kann sie gezielt einsetzen!

Referentin:

Britta Ellger-Lehr, NLP Master, Dipl. Gesundheits- und Mentalberaterin, Fitnesstrainerin, Psychotherapeutin gemäß HPG, Bickenbach

Kooperation:

Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.

Agentur für Arbeit Bad Hersfeld-Fulda

Anmeldeschluss: 1. März 2023

Frauen und Geld im Alltag

Die Finanzen unter Kontrolle, auch in der Krise / Online

10. März, 10:00 bis 11:00 Uhr

Der Equal Pay Day zeigt es. Obwohl Frauen besser ausgebildet sind denn je, haben Sie immer noch weniger Geld zur Verfügung. Gerade in Krisenzeiten für Frauen umso wichtiger, vorausschauend zu planen.

Im Onlinevortrag zeigt Dr. Birgit Happel Tipps und Tricks zum Managen der eigenen Finanzen.

- Das Budget im Gleichgewicht – auch wenn die Preise steigen
- Finanzielle Engpässe bewältigen, finanzielle Verpflichtungen einlösen
- Energie sparen bei Strom, Heizung, Warmwasser
- Welche Hilfen gibt es?
- Mit konkreten Maßnahmen die eigenen Finanzen solide aufstellen

Der Vortrag findet in Kooperation von VHS Landkreis Gießen, Agentur für Arbeit Gießen und dem Beratungsdienst Geld und Haushalt statt.

Referentin: Dr. Birgit Happel, Soziologin und Coach für Geldbiografien

Infos: Giessen.BCA@arbeitsagentur.de

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de
oder www.vhs-wetterau.de , Suchwort:
schramm



Upgrade für die Jobsuche Frauenbewerbungs- woche Kassel

13.-16. März live

Oft haben Frauen eigene, andere Bedürfnisse und Fragen bei der Erstellung ihrer Bewerbung oder der Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche.

Manchmal fehlt die zündende Idee, wie etwas perfekt in Szene gesetzt werden kann oder was für Arbeitgeber:innen wirklich relevant ist in einer

Bewerbung oder einer Vorstellung? Diesen und weiteren Fragen möchten wir gemeinsam mit einer Woche voller Angebote rund um dieses spannende Thema auf den Grund gehen. Die Veranstaltungen können einzeln oder auch alle nacheinander besucht werden.

Überzeugungs-Turbo Stimme
13. März 09:30 bis 12:00 Uhr

Sicher sprechen im beruflichen Kontext und mit positiver Stimm-Wirkung Arbeitgeber überzeugen. Wie es gelingt, mit wenigen Übungen hörbar selbstbewusst zu wirken und Gehör zu finden.

Referentin: Christel Thomas, Atem-, Stimm- und Sprechtrainerin

**Meine Bewerbung,
meine Kompetenzen**

Kenne Dich und Dein Können und setze es ein

14.-16. März 09:00 bis 12:00 Uhr

Maßgeschneiderter Workshop für Frauen, die nach der Familienzeit oder Auszeit wieder in das Berufsleben einsteigen möchten. Der Kompetenzpass Wiedereinstieg baut eine Brücke zu den eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten.

Referentinnen: Christel Thomas und Nina Heimroth-Propf

Was ist Arbeitgeber:innen wirklich wichtig?

17. März 09:00 bis 12:00 Uhr

Zuverlässigkeit, Flexibilität, Offenheit oder Kundenorientierung
Beispiele für Anforderungen an Mitarbeiter:innen, wie wir sie auch heute noch in Stellenanzeigen finden.

In diesem Kurz-Workshop erfahren Sie, was hinter diesen Wünschen steckt und wie Sie Arbeitgeber im Vorstellungsgespräch davon überzeugen können, dass Sie diese sogenannten Soft Skills mitbringen.

Referetin: Jutta Mürköster

Ausbildung in Teilzeit – eine Chance für alle

So kann es gelingen!

Die Servicestelle Teilzeit-Ausbildung informiert Ausbildungsinteressierte & ausbildende Betriebe über Rahmenbedingungen und Wege

16. März, 10:00 bis 11:00 Uhr / Online

Eine Berufsausbildung bietet lebenslang die Chancen einer qualifizierten beruflichen Tätigkeit und eigenständigen Existenzsicherung. Daher sollten alle Menschen die Chance bekommen, eine betriebliche Ausbildung zu absolvieren.

Ausbildenden Betrieben bietet Ausbildung die Möglichkeit, ihren Fachkräftebedarf zu decken oder Menschen im Betrieb zu qualifizieren.

Um dies auch in Teilzeit realisieren zu können, ist es wichtig, die Rahmenbedingungen, Gestaltungsmöglichkeiten und mögliche Anlaufstellen zu kennen.

Betriebe und Auszubildende können dann gemeinsam Ausbildung gestalten, unter Berücksichtigung verschiedener Lebenslagen, wie Kinderbetreuung, Pflege, gesundheitliche Bedingungen oder im Leistungssport.

Mit dem Gesetz zur Modernisierung und Stärkung der beruflichen Bildung wurden zum 1. Januar 2020 die Möglichkeiten der Ausbildung in Teilzeit erweitert.

Nach der gesetzlichen Novellierung steht die Teilzeitberufsausbildung grundsätzlich allen Auszubildenden offen, wenn sich beide Vertragsparteien einig sind.

Die Beauftragte für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit Marburg bietet gemeinsam mit der Servicestelle Teilzeit-Ausbildung eine Online-Veranstaltung über die individuellen Teilzeitmodelle und Ausbildungsabläufe und die Gelegenheit für Fragen zu dem Thema.

Zielgruppen: - Arbeitgeber:innen

- Multiplikator:innen

- Ausbildungsinteressierte jeden Alters, wie Schüler:innen, Berufsrückkehrende, Menschen in Ausbildung oder Studium, bei denen sich die familiäre oder gesundheitliche Lage geändert hat, Menschen ohne abgeschlossene Ausbildung

Referentin: Judith Ebersoll, Servicestelle Teilzeitausbildung



April **Mädchen-Zukunftstag**

Der Girls` Day will dazu beitragen, dass Mädchen bei ihrer Berufswahl nicht nur die typischen Frauenberufe im Auge haben und ihren Beruf nach Talenten und Interessen statt nach Rollenklischees wählen.

Hier gibt es weitere Informationen:

www.girls-day.de

Girls` Day – Online-Berufsorientierung am Zukunftstag
27. April, 14:00 bis 16:30 Uhr

Du bist gern kreativ und digital unterwegs? Du hast dich schon immer gefragt, wie der Algorithmus hinter Instagram funktioniert oder wie eine Webseite programmiert wird?

Dann bist Du genau richtig bei unserem Info-Event zum Girls` Day!

Wir zeigen Dir, dass IT viel mehr als nur Zahlen in den Computer tippen ist.

Referentinnen: Mandy Wilms, Tech in the City e.V.

Christine Schramm, Berufsberaterin und Digitalisierungsexpertin

Jungen-Zukunftstag Boys' Day

Jungen-Zukunftstag

Am Boys' Day lernen Jungen Berufe z. B. aus Bildung, Pflege und Erziehung kennen. Diese Berufsbereiche werden momentan selten von jungen Männern gewählt. Deshalb möchte der Boys' Day Interesse für diese Berufe wecken. Jungen können außerdem an Workshops zu Themen wie Geschlechtergerechtigkeit und Lebensplanung teilnehmen.

Quelle und weitere Infos:
<https://www.boys-day.de/>

Boys' Day: Sozial ist cool Traumjob Erzieher 27. April /online

Der Erzieherberuf ist vielfältig und gefragt wie nie. Aber was bedeutet das eigentlich? Wie läuft die Ausbildung, was muss ich kennen, können und mögen, um in diesem Job zu arbeiten? Leute, die sich hier auskennen, informieren über alle wichtigen facts und Jungen und Männer, die im Job stehen, geben Antworten und erzählen aus ihrem Alltag.

Mai

Selbstbewusst ins Bewerbungsgespräch 10. Mai, 9:30 bis 11:00 Uhr

Die Frage nach den Gehaltswünschen ist normaler Bestandteil eines Vorstellungsgesprächs. Wie Frauen sich auf die oft als schwierig empfundene Frage vorbereiten können, behandelt ein Online-Seminar, zu dem die Beauftragten für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit Korbach einladen.

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.

Referentin: Susan J. Moldenhauer, Karriereberaterin

Das kann ich - Kompetenzen und Stärken erkennen 11. Mai, 14:00 bis 16:00 Uhr

Wir können alle viel mehr, als wir auf Anhieb denken. Bei jeder Station unseres Lebens haben wir Neues gelernt und wertvolle Kompetenzen erworben: In der Schule, bei Projektarbeiten, im Praktikum, bei Hausarbeiten, im Verein, beim Hobby, beim Nebenjob.

Diese verborgenen Kompetenzen aufspüren ist Grundlage für eine passende Berufswahl und eine gute Vorbereitung auf die Bewerbung.

Schritt für Schritt wollen wir Kompetenzen aufspüren und lernen, sie zu benennen:

- Ich kann besonders gut
- Das weiß ich, weil...
- Was bedeutet das für Berufswahl oder Studienwahl?
- Wie erzähle ich das in Vorstellungsgespräch und Bewerbung?

Seminar für Schülerinnen und Schüler.
Gerne können auch Eltern teilnehmen.

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de
oder www.vhs-wetterau.de, Suchwort:
schramm

**Empty Nest – Frauen in der
Lebensmitte
Mut zur neuen Lebensphase
23. Mai 09.00-12.00 Uhr**

Mit dem Auszug der Kinder wird vielen Eltern und vor allem Frauen klar, wie flüchtig das Leben ist. Noch vor kurzem bestimmte die Mutterrolle einen Großteil des Alltags und nun ist die „Vollzeitstelle“ Mama weg. Einerseits befreiend: „Endlich Zeit für mich! Zeit für einen Neustart.“ Andererseits kann sich auch ein Gefühl der Leere einstellen: „Es ist doch ungewohnt still geworden. Und jetzt?“ Auch die Sorge um älter werdende Eltern kommt mit ins Spiel.

Kreative Impulse für einen Neustart nach Familienarbeit können die Teilnehmer:innen aus diesem spannenden „Selbsthilfe Baukasten“ Webinar mitnehmen.

Referentinnen: Kerstin Gude-Benderoth, Gelnaz Safina-Wright mitnehmen.



Juni

Sympathiefaktor Stimme

13. Juni, 09:30 bis 11 Uhr

Manchen Menschen ist sie einfach gegeben, die warme, runde und wohlklingende Stimme, die sofort Vertrauen und Sympathie erzeugt. Für diejenigen, die aus den verschiedensten Gründen mehr Mühe haben, ihre Stimme als „aufschließendes Instrument“ einzusetzen, kann dieses Training dabei unterstützen, Störfaktoren wie Lampenfieber, Aufregung, Müdigkeit oder schlicht falsches Atmen zu bewältigen.

Das Ziel: im Job oder Bewerbungsgespräch trotz Stress und emotionaler Belastung professionell sprechen. Tipps und Übungen inklusive.

Referentin: Christel Thomas, Atem-, Stimm- und Sprechtrainerin

Wie kann ich meine Online-Bewerbung erfolgreich umsetzen?

15. Juni, 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 potenziellem Arbeitgeber:innen einzureichen.

Referentin: Heidi Knapp, Job-Coach, das JOBKONZEPT, Berufliches Bildungsinstitut in Marburg

Juli

Frauen im Arbeitsmarkt von Morgen- Digitalisierung- Qualifizierung 04. Juli, 9:30 bis 11:00 Uhr

Wie sieht der Arbeitsmarkt der Zukunft aus?

Welche Veränderungen gibt es in der Arbeitswelt? Welche Chancen und Risiken kommen auf Frauen zu?

Darum geht es in einer Online-Veranstaltung unter dem Thema Digitalisierung und Qualifizierung. Inhalte sind u.a. der Wandel der Arbeitswelt, Veränderungen in den Berufen und digitale Herausforderungen, Chancen für Frauen und Entgeltgleichheit. Aber auch die Selbstreflexion sollte nicht zu kurz kommen. Unterstützungsmöglichkeiten durch die Agentur für Arbeit werden vorgestellt.

Referentinnen: Kerstin Wickert-Strippel, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt und die Berufsberatung im Erwerbsleben Agentur für Arbeit Korbach

Gekonnt recherchiert -Selbstinformationsangebote der Agentur für Arbeit erfolgreich nutzen 18. Juli, 09:30 bis 11:00 Uhr

Auf den Internetseiten der Arbeitsagenturen gibt es viele Angebote zur Selbstinformation. Daten und Fakten zu Berufen, Weiterbildungen und Stellen können oft mit wenigen Klicks erfasst werden.

Für welche Situation und welches Anliegen eignet sich welches Tool und wie kann ich es am besten für mein individuelles Anliegen nutzen? Wo lege ich ein Profil an und wie kann ich es verwalten? Diese und weitere Fragen möchten wir in unserer Online-Veranstaltung beantworten.

Referentinnen: Bärbel Kesper und Nina Heimroth-Propf, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agenturen Korbach und Kassel



August

Outfit, Stil, Erscheinungsbild Das Job-Interview

31. August, 9:30 bis 11:00 Uhr

Wie wichtig ist es, sich mit passendem Outfit, einem freundlichen Auftreten und positiver Körpersprache auf ein Vorstellungsgespräch vorzubereiten?

Referentin: Barbara Rumpf, stil-image-erfolg

Das erfahren interessierte Frauen in diesem Online-Seminar. Die Referentin beantwortet dazu auch die Fragen der Teilnehmerinnen.



Eine Woche voller Angebote rund um das Thema Frau, Arbeit und Beruf

25.9.-29.9.23

Nach wie vor unterbrechen vor allem Frauen ihre Erwerbstätigkeit, um Familienarbeit, sogenannte Carearbeit, zu leisten. Wenn sie nach einer Familienphase wieder in den Job einsteigen möchten, können Sie sich mit ihren Fragen zum Thema Arbeit und Beruf an die Arbeitsagenturen wenden.

Ihre ersten Ansprechpartnerinnen in den Agenturen für Arbeit sind die Beauftragten für Chancengleichheit.

Bitte beachten Sie unser komplettes, hessenweites Angebot zur Woche der Chancengleichheit vom 25. bis 29. September in der Veranstaltungsdatenbank: www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen

> Hessenlink

**Ein Anruf bringt Sie weiter
Telefonsprechstunde**

25. September, 9 – 12 Uhr

Fragen an die Beauftragten für Chancengleichheit.

0561/7011524

Oktober

Aktive Väter - Beruf und Familie neu gestalten

10. Oktober, 19 Uhr

Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist ein viel diskutiertes Thema. Väter wollen heute mehr Zeit für ihre Kinder haben und Verantwortung in der Familie übernehmen. Eine partnerschaftliche Aufteilung in der Familie wird durch die klassische Aufgabenverteilung erschwert bzw. verhindert.

Wunsch und Wirklichkeit liegen weit auseinander und die meisten Väter sind die Hauptverdiener in der Familie.

Wir wollen mit dieser Veranstaltung ermutigen, neue Wege zu gehen und uns austauschen, was brauchen Väter, um mehr Zeit für ihre Kinder zu haben.

Referent: Christoph Lyding, Diplompädagoge

Pädagogischer Mitarbeiter im Referat Erwachsenenbildung EKK, Projekt Mann wird Vater



November

Vorstellungsgespräche

Tipps und Tricks für eine erfolgreiche Selbstpräsentation

2. November, 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, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de oder www.vhs-wetterau.de, Suchwort: schramm



Frauen gründen anders

2. November, 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 umsetzen 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

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

Wir sind bunt - Vielfalt bringt weiter!

15. November, 9:30 bis 11 Uhr

Gemischte Teams bieten Vorteile. Mitarbeiter:innen bringen aufgrund ihrer Verschiedenheit unterschiedliche Kompetenzen und diverse Sichtweisen ein. Mit welchen Besonderheiten können Sie Teams bereichern? Dem wollen wir in der Online-Veranstaltung auf die Spur kommen. Insbesondere für Menschen mit gesundheitlichen Anforderungen an den Job, mit Migrationshintergrund oder auch mit Familienaufgaben.

Vielfalt in Unternehmen setzt sich vielerorts durch. Nicht nur in kreativen Branchen oder bei Startups, sondern auch in traditionelleren Arbeitsbereichen. Der Grund ist der mittlerweile anerkannte wirtschaftliche Vorteil durch die sogenannte Diversität.

Da aber nicht jedes Unternehmen Erfahrungen mit allen denkbaren Besonderheiten haben kann, ist es an den Bewerber:innen selbst, mit vielleicht falschen Vorstellungen umzugehen und die eigenen Vorteile für Arbeitgeber:innen herauszuarbeiten und zu präsentieren.

Den Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Marion Guder und Melanie Bonacker geht es darum zu zeigen, dass Vielfalt Ressourcen beinhaltet und alle weiterbringt.

Referentinnen:

Marion Guder und Melanie Bonacker, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt



Dezember

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

5. 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

Sonstige Informationen und Ansprechpersonen

Örtliche Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte

Stadt Kassel

Dr. Ute Giebhardt
Tel. 0561/787-7069
E-Mail: ute.giebhardt@kassel.de
https://www.kassel.de/buerger/familie_und_soziales/frauen-und-maedchen

Landkreis Kassel

Anette Milas
Tel. 0561/1003-1540
E-Mail: frauenbuero@landkreiskassel.de
<https://www.landkreiskassel.de/service/oe/dezernat-ii/frauenbuero/frauenbuero.php>

Werra-Meißner-Kreis

Thekla Rotermund-Capar
Tel. 05651/302-10701
E-Mail: Thekla.Rothermund-Capar@Werra-Meissner-Kreis.de
<https://www.werra-meissner-kreis.de/fachbereiche-einrichtungen/gleichstellungsbuero>

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Jobcenter

Stadt Kassel

Nicole Eckhardt
Tel. 0561/92999554
E-Mail: Nicole.Eckhardt@jobcenter-ge.de
<https://www.jobcenter-stadt-kassel.de/chancengleichheit-am-arbeitsmarkt>

Landkreis Kassel

Jeannette Steinbach
Tel. 05692/984962
E-Mail: Jeannette.Steinbach@jobcenter-ge.de
<https://www.jobcenter-landkreis-kassel.de/%C3%BCber-uns/chancengleichheit-am-arbeitsmarkt/>

Werra-Meißner-Kreis

Manuela Zimmermann
Tel. 05542/9300194
E-Mail: Manuela.Zimmermann2@jobcenter-ge.de

<https://jobcenter-werra-meissner.de/arbeitsuchende/chancengleichheit-am-arbeitsmarkt/>

Sie finden uns natürlich auch im Internet

Viele weitere Informationen und Angebote rund um das Thema Arbeit, Frauen, Wiedereinstieg etc. finden Sie auf unserer Homepage.

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

oder direkt mit dem **QR-Code** auf der Rückseite dieser Broschüre

- aktuelle Themen
- Kontakte
- Netzwerkaktivitäten
- klischeefreie Berufswahl





Richtung unklar?

Nach Familien- und Pflegezeit muss es weitergehen – nur ist es oftmals unklar, wie. Die Wiedereinstiegsberatung ist ein Service-Angebot für alle, die sich noch nicht ganz im Klaren sind, wie eine Veränderung nach Familien- oder Pflegezeit funktionieren kann. Das Angebot unserer Wiedereinstiegsberatung ist vielfältig und stellt die individuellen Bedürfnisse in den Mittelpunkt, um gemeinsam Lösungen für den Weg zurück in den Beruf zu erarbeiten.

Sie möchten eine Wiedereinstiegsberatung?

Unsere Berufsberater:innen helfen Ihnen weiter:

Kassel.Berufsberatung-im-Erwerbsleben
@arbeitsagentur.de

Wir bieten auch offene Telefon-Sprechzeiten an:

Immer Dienstag 15 - 18 Uhr und Mittwoch 7 - 9 Uhr

0561 701 1705

Außerhalb der Sprechzeiten können Sie uns gern eine Nachricht hinterlassen, wir rufen Sie dann zurück.

Kennen Sie schon unsere Onlineangebote?

New Plan – Kenne dein Können

Im Beruf vorankommen, die eigenen Stärken erkennen, eine neue Perspektive finden – New Plan unterstützt Sie auf Ihrem beruflichen Weg!

<https://www.arbeitsagentur.de/k/newplan>

Check-U – Das Erkundungstool für Ausbildung und Studium

Teste mit Check-U deine persönlichen Stärken und Interessen! Finde heraus, welche Ausbildungen oder Studienfelder dazu passen.

<https://www.arbeitsagentur.de/bildung/welche-ausbildung-welches-studium-passt>

BERUFECHECK

Starkes Ich — per Selbsteinschätzung die berufliche Passung herausfinden...

<https://web.arbeitsagentur.de/berufecheck/home>

BERUFENET

Start frei in die Welt der Berufe - das umfangreichste Lexikon der Berufe...

<https://web.arbeitsagentur.de/berufenet/>



eServices

für Bürgerinnen und Bürger

Eine Arbeitslosmeldung steht an oder Sie möchten Veränderungen melden, dies und vieles mehr ist auf elektronischem Weg möglich, erspart Ihnen Warte- und Fahrzeiten.

Eine Übersicht über das Angebot der vielfältigen elektronischen Serviceangebote und Möglichkeiten der Bundesagentur für Arbeit finden Sie hier.

<https://www.arbeitsagentur.de/eservices>

Hilfen für Familien Kinderzuschlag (KIZ) der Familienkasse

Sie haben noch nie vom Kinderzuschlag gehört? Dieser ergänzt das Kindergeld und ist eine Leistung für Familien mit bis zu mittlerem Einkommen. Er beträgt bis zu **250 Euro monatlich pro Kind**. Eltern können unter bestimmten Voraussetzungen den Zuschlag bekommen. Der KIZ muss allerdings separat beantragt werden. Dazu kann über den KiZ-Lotsen unter www.kiz-digital.de unkompliziert ein Anspruch geprüft und auch online beantragt werden. Für weitere Fragen unterstützt die Familienkasse unter anderem mit einer Videoberatung zum KIZ. Letztere ist auch über das Smartphone möglich. Neben unseren Online-Angeboten können Sie sich auch persönlich oder telefonisch an die Familienkasse wenden.

Zusätzliche Vorteile des Kinderzuschlags

Besteht ein Anspruch auf den KIZ, ergibt sich sogar ein Anspruch auf zusätzliche Leistungen. Familien können sich von Kita-Gebühren befreien lassen. Weiterhin generieren sich finanzielle Vorzüge aus dem Bildungs- und Teilhabepaket, wie z. B.

- Kosten für mehrtägige Klassenfahrten
- 174 Euro pro Schuljahr für Schulmaterialien
- 15 Euro monatlicher Zuschuss für Mitgliedschaft im Sport- oder Musikverein



Die Leistungen für Bildung und Teilhabe beantragen Sie bitte beim Sozialamt der Stadt Kassel. Informationen zur Befreiung von den KiTa-Gebühren erhalten Sie beim Amt Kindertagesbetreuung der Stadt Kassel.

Noch ein Tipp: Eventuell haben Sie zusätzlich einen Anspruch auf Wohngeld. Informationen hierzu erhalten Sie von Ihrer zuständigen Wohngeldstelle.

Besucheradresse:

Familienkasse Hessen
Lewinskistraße 6, 34127 Kassel

Öffnungszeiten

Mo. bis Fr.: 08:00 - 12:00 Uhr
Do.: 08:00 - 12:00 Uhr und 16:00 - 18:00 Uhr

Kontaktnummer

Tel.: 0800 4 5555 30 (kostenlos)

E-Mail und Homepage:

familienkasse-hessen
@arbeitsagentur.de
www.familienkasse.de



**Servicestelle
Teilzeit-Ausbildung
Chancen nicht dem Zufall
überlassen**

Alle Menschen sollen die Chance bekommen, eine betriebliche Ausbildung zu absolvieren. Ein für sie passender Einstieg in Beruf und Karriere ermöglicht ihnen eine eigene Existenzsicherung. Für manche ist der Weg zum Berufsabschluss nur in Teilzeit möglich.

Mit dem Angebot einer Berufsausbildung in Teilzeit können Erziehende, Familiensorgende, Menschen mit Flucht- und Migrationsgeschichte, mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen, aber auch Menschen im Leistungssport einen

Berufsabschluss erlangen. Darüber hinaus tragen Teilzeitangebote zur Fachkräftesicherung bei.

Bei einer Ausbildung in Teilzeit gibt es keinen Weg, der für alle gleich ist. Jede Teilzeitausbildung wird zwischen Unternehmen / Betrieb und Auszubildenden individuell vereinbart. Daher ist eine gute Beratung sehr wichtig.

Erste Orientierungshilfe bietet die Servicestelle Teilzeit-Ausbildung unter:

06151/2710-100

www.teilzeitausbildung.de

[servicestelle-teilzeitausbildung](mailto:servicestelle-teilzeitausbildung@bwhw.de)

[@bwhw.de](mailto:servicestelle-teilzeitausbildung@bwhw.de)

Frauen mit Migrationserfahrung starten durch

Frauen mit Migrationsgeschichte haben es oft schwerer, einen Ausbildungsplatz oder eine Arbeitsstelle zu finden. Aus diesem Grund haben sich vier Organisationen aus der Stadt Kassel im geförderten Projekt DIGI TURN gefunden, um diese Frauen zu begleiten, zu unterstützen und weiterzubilden.

Diese vier Organisationen: BENGI, Kulturzentrum Schlachthof, Outlaw Kassel und die Frauencomputerschule haben hierfür unter anderem folgenden

Schwerpunkte:

- Individuelle Beratung und Begleitung
- Informationen zum Bildungs- und Arbeitsmarkt und gemeinsame Suche nach dem passenden Beruf/Arbeitsplatz
- Förderung der beruflichen Sprachpraxis
- Vermittlung von digitalen Grundkompetenzen
- Unterstützung bei der Kinderbetreuung
- Hilfe bei Bewerbungen
- Beruf und Familie vereinbaren

Je nach Bedarfen der Frauen geht die Begleitung über einen individuellen Zeitraum. Gemeinsam erarbeiten wir ein berufliches Ziel und den Weg dorthin.

Während des Zeitraums kann jede Teilnehmerin betreut werden.



Wer kann teilnehmen:

- Frauen mit Migrationsgeschichte, die seit 2015 in Deutschland sind
- bisher eher geringe Sprachkenntnisse haben
- noch Bedarf an Ausbildung und Weiterbildung haben
- bei der Organisation der Kinderbetreuung Unterstützung möchten

Alle Angebote werden auf Ihre ganz persönlichen Bedarfe und Wünsche abgestimmt.

Rufen Sie das Zentraltelefon

0561 35161 an.

Wir leiten Sie an „Ihre“ Organisation weiter, Kosten entstehen für Sie keine.

Digitalisierung - Chance oder Risiko für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Das Thema Digitalisierung hat Auswirkungen auf den Arbeitsmarkt und damit auch auf die bestehenden Geschlechterungleichheiten. Es gibt Argumente, die diese Ungleichheiten durch die Digitalisierung wachsen sehen, und solche, die einen gegenteiligen Effekt prognostizieren. In dem hier aufgegriffenen Beitrag zeigt sich, dass Frauen durchschnittlich seltener als Männer Tätigkeiten verrichten, die durch die Digitalisierung zu ersetzen sind. Dennoch kann daraus nicht geschlossen werden, dass dies auch zwangsläufig ein Gewinn sein wird, denn vor allem auch in Berufen mit geringem Frauenanteil und großer Möglichkeit, die Tätigkeiten langfristig zu ersetzen, ist die Beschäftigung insgesamt zurückgegangen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Digitalisierung zu einer Verringerung der Geschlechterungleichheiten auf dem Arbeitsmarkt führen könnte, je nachdem wie und wo neue Technologien eingesetzt werden.

Vergl.: Burkert, Carola, Katharina Dengler & Britta Matthes (2022): Die Folgen der Digitalisierung für die Geschlechterungleichheit auf dem Arbeitsmarkt – Substituierbarkeitspotenziale und die Beschäftigungsentwicklung bei Frauen



und Männern. In: Sozialer Fortschritt, Jg. 71, H. 1, S. 3-27., 2021-09-01

Lust auf mehr Informationen zum Thema Frauen und Arbeitswelt?

Stöbern Sie doch einmal auf den Seiten des Instituts für Arbeitsmarkt und Berufsforschung (IAB)

Unter www.iab.de finden Sie eine große Anzahl an wissenschaftlichen Beiträgen zu verschiedensten Themen aus den Bereichen der Arbeitswelt.

Spannende Informationen zum Thema Entgeltgleichheit

Die Lohnlücke zwischen Männern und Frauen in Hessen beträgt im Jahr 2021 noch 9 Prozent. Seit 2012 hat sie sich damit um fast die Hälfte verringert. Diese Entwicklung wird in Hessen immer deutlicher sichtbar, denn die Zahl der Kommunen, Branchen und Berufe mit erreichter Entgeltgleichheit wächst.

www.hessischer-lohnatlas.de

Herausgeberin

Bundesagentur für Arbeit

90327 Nürnberg

Beauftragte für Chancengleichheit

Agentur für Arbeit Kassel

Januar 2023

www.arbeitsagentur.de

Druck: Druckereibetrieb

Strasse Str. 00, 12345 Ortschaft



Angabe Internet-Zielseite oder erklärender Text