



# BILDUNGS ANGEBOTE

für Frauen  
Berufsrückkehrerinnen  
Elternzeitler\*innen  
Existenzgründerinnen  
Unternehmen

in Göttingen  
Duderstadt  
Hann. Münden  
Osterode

# Inhalt



Vorwort, Impressum	3
Anmeldung	4
Beratung	5
Weiterbildungsscheck	6 – 8
Integrationskursberatung und Anerkennungsberatung (ausländische Berufsabschlüsse)	9
Kindertagespflege Göttingen	10
Informationsveranstaltungen	11 – 19
Beruflicher Wiedereinstieg	20 – 29
Angebote für Gründerinnen und Unternehmerinnen	30 – 37
Weiterbildungsangebote in Göttingen <b>GÖ</b>	38 – 51
Weiterbildungsangebote in Duderstadt <b>DUD</b>	52 – 53
Weiterbildungsangebote in Hann. Münden <b>HMÜ</b>	54 – 57
Weiterbildungsangebote in Osterode <b>OHA</b>	58 – 60

# Inhalt



Verbund „Frau & Betrieb“	2 – 3
Jahresplan 01/24	4
Online Business-Impulse	5
Unsere Mitglieder im Überblick	6

*Broschüre bitte wenden.*

# Vorwort

Haben Sie Ihre Berufstätigkeit für die Arbeit in der Familie unterbrochen? Befinden Sie sich in der Elternzeit und wollen während dieser Zeit beruflich am Ball bleiben?

Wollen Sie Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt verbessern?

Möchten Sie Ihre berufliche Qualifikation erweitern?

Die Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“ bietet Einzelberatung und Weiterbildungsangebote für

- Frauen
- Mütter und Väter in der Elternzeit
- Berufsrückkehrerinnen
- Existenzgründerinnen

Sie möchten Ihre Mitarbeiter\*innen halten und neue gewinnen? Sie setzen in Ihrem Unternehmen familienfreundliche Maßnahmen um und würden sich gerne mit anderen darüber austauschen?

Dann sind Sie in unserem Unternehmensnetzwerk „Frau & Betrieb“ e.V. richtig! Ziel des Verbundes ist es, zukunftsorientierte Personalentwicklung und familienorientierte Beschäftigungsstrukturen zu fördern.

Herausgeber: Stadt Göttingen, die Oberbürgermeisterin, Redaktion: Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“ Konzeption, Layout und Druck: Klartext GmbH Die Koordinierungsstelle wird gefördert aus Mitteln des Landes Niedersachsen, der Europäischen Union, der Stadt und des Landkreises Göttingen und des Verbundes „Frau und Betrieb“.



# Anmeldung

Informationen zu Anmeldung, Terminen und Veranstaltungsorten finden Sie unter jedem Angebot. Die Kosten entnehmen Sie bitte dem Programmheft. Gerne können Sie bei uns einen Weiterbildungsscheck beantragen (s. Seite 7 – 8).

Die Kurse finden in der Zusammenarbeit mit den regionalen Bildungsträgern und Kooperationspartnern statt.

Wenn Sie Fragen zu den angebotenen Kursen oder den Förderbedingungen haben, sprechen Sie uns an:

Koordinierungsstelle  
„Frauen und Wirtschaft“  
Stadt Göttingen  
Neues Rathaus  
Hiroshimaplatz 1–4, Zimmer 922 (9. Stock)  
37083 Göttingen

Tel: 0551 400 2860  
kostelle@goettingen.de

Weitere Infos haben wir für Sie auch auf unserer Website zusammengestellt:

[www.frauen-wirtschaft.de](http://www.frauen-wirtschaft.de)



# Beratung

Lassen Sie sich bei der Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“ beraten:

- Zu Fragen und individueller Planung des beruflichen Wiedereinstiegs
- Bei beruflichen Veränderungen
- Während der Elternzeit
- Zu Weiterbildungsmöglichkeiten und zu finanzieller Unterstützung
- Zu allen Aspekten der Existenzgründung

## Wir beraten:

- Vor Ort in Göttingen, Duderstadt, Hann. Münden und Osterode
- Telefonisch
- Online

## Vereinbaren Sie mit uns einen kostenlosen Termin

Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“

Tel: 0551 400 2860

[kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

Weitere Infos unter: [www.frauen-wirtschaft.de](http://www.frauen-wirtschaft.de)



Beratung  
Natalia Hefele

# Weiterbildungsscheck

Mit dem Weiterbildungsscheck unterstützt die Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“ Aktivitäten zum Erhalt und zur Anpassung von Kompetenzen für den Arbeitsmarkt. Für berufliche Qualifizierungskurse aus diesem Programm und auf dem freien Weiterbildungsmarkt erhalten zuschussberechtigte Personen von der Koordinierungsstelle auf Antrag eine Förderung.

## Zuschussberechtigt sind:

- Mütter und Väter in Elternzeit
- Berufsrückkehrerinnen
- Erwerbslose Frauen und Frauen mit geringerem Einkommen

Sozialversicherungspflichtig beschäftigte Frauen können einen Weiterbildungsscheck beantragen, wenn die Fortbildung ihre Führungskompetenz erweitert.

Mit dem Weiterbildungsscheck können die Kosten Ihrer beruflichen Weiterbildung bis zu 50 % (aber maximal 100,- €) aus Projektmitteln bezuschusst werden.

## Antragsstellung – was Sie tun müssen:

- Sie wählen ein geeignetes Bildungsangebot aus und beantragen bei der Koordinierungsstelle die Einlösung des Weiterbildungsschecks.
- Sie erhalten von uns eine Bestätigung der Zuteilung des Gutscheins nach Prüfung der Förderfähigkeit.
- Nach Kursende reichen Sie eine Kopie der Teilnahmebescheinigung und Ihres Zahlungsbelegs bei uns ein und wir erstatten Ihnen bis zu 50 % der Kosten.



# Weiterbildungsscheck

## Antragsteller\*in

\_\_\_\_\_

Name / Vorname

\_\_\_\_\_

Straße / Hausnummer

\_\_\_\_\_

PLZ / Ort

\_\_\_\_\_

Telefon

## Ausgewählte Weiterbildung

Ich möchte an folgender Weiterbildung teilnehmen und Ihren Weiterbildungsscheck in Anspruch nehmen:

\_\_\_\_\_

Titel

\_\_\_\_\_

Weiterbildungsträger

\_\_\_\_\_

Zeit/Umfang

\_\_\_\_\_

Gebühr

## Angaben zum Erwerbsstatus:

- Elternzeit
- Familienzeit / nicht erwerbstätig
- geringfügig beschäftigt
- arbeitslos (ohne Leistungsbezug)
- Sonstiges (Zuschussberechtigung nur nach Rücksprache ggf. möglich)

Hiermit wird die Vollständigkeit und Richtigkeit der im Weiterbildungsscheck erfolgten Angaben versichert.

---

Ort / Datum

---

Unterschrift

**Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“**  
Stadt Göttingen  
Neues Rathaus  
Hiroshimaplatz 1–4, Zimmer 922 (9. Stock)  
37083 Göttingen

Tel: 0551 400 2860  
kostelle@goettingen.de

Weitere Infos haben wir für Sie auch auf unserer Website zusammengestellt:

[www.frauen-wirtschaft.de](http://www.frauen-wirtschaft.de)



## Integrationskursberatung

### ZENTRALER EINSTUFUNGSTEST:

Die **Bildungsgenossenschaft Südniedersachsen eG (BIGS)** bietet eine kostenlose Beratung zum Thema Spracherwerb. Sie arbeitet in Kooperation mit allen Anbietern von Integrationskursen in der Stadt Göttingen und führt zentral die Einstufungstests für die Berechtigten oder Verpflichteten zum Integrationskurs durch. Bei weiteren Fragen zum Spracherwerb bietet die BIGS zweimal pro Woche eine offene Sprechstunde an, in der Möglichkeiten zum Deutschlernen außerhalb der Integrationskurse aufgezeigt werden.

### Informationen und Beratung:

#### **Bildungsgenossenschaft Südniedersachsen eG**

Lange-Geismar-Str. 73, 37073 Göttingen

Tel: 0551 384210-46/50

[info@bildungsgenossenschaft.de](mailto:info@bildungsgenossenschaft.de)

[www.bildungsgenossenschaft.de](http://www.bildungsgenossenschaft.de)

## Anerkennungs- und Qualifizierungsberatung Südniedersachsen-Harz

### AUSLÄNDISCHE BERUFSABSCHLÜSSE:

Die Anerkennungsberatungsstelle der BIGS begleitet Menschen mit ausländischen Berufsabschlüssen während eines Anerkennungsverfahrens und verweist an die zuständigen Anerkennungsstellen. Im Rahmen der Anerkennungsberatung werden Ratsuchende unterstützt, um ihre ausländischen Abschlüsse offiziell bewerten zu lassen. Es wird Auskunft über die nötigen Unterlagen und die Kosten der Bewertung erteilt. Die Anerkennungsberatung richtet sich an Fachkräfte mit ausländischen Studien- und Berufsabschlüssen.

Zudem unterstützt die BIGS im Rahmen der **Qualifizierungsberatung** im Anschluss an ein Anerkennungsverfahren bei der Suche nach einer passenden Anpassungsqualifizierung, sofern dies notwendig ist.

Informationen und Beratung: s.o.

# Kindertagespflege Göttingen

## DIE KINDERTAGESPFLEGE GÖTTINGEN E.V. BIETET:

### Service für Kindertagespflegepersonen und Eltern:

- Beratung in allen Fragen der Kindertagespflege
- Vermittlung von Tagesmüttern/-vätern bzw. Tageskindern
- ein abwechslungsreiches Kursangebot zur Weiterbildung von Kindertagespflegepersonen
- ausführliches Informationsmaterial
- fachliche Begleitung bestehender Tagespflegeverhältnisse

### Service für Betriebe:

- Notfallbetreuung
- Ferienbetreuung
- Veranstaltungsbegleitende Kinderbetreuung

## Informationen und Beratung

Kindertagespflege Göttingen e.V.  
Waageplatz 8, 37073 Göttingen  
Tel: 0551 384 385-0  
info@kindertagespflege-goe.de  
www.kindertagespflege-goe.de

Instagramm:



Facebook:



# Informationsveranstaltungen

## SPEZIELL FÜR FRAUEN – ANGEBOTE FINDEN, CHANCEN ERHÖHEN!

### Wissen, wo's langgeht – Berufliche Chancen für Frauen in der Region sichtbar machen!

Der Arbeitskreis „Frauen und Erwerbstätigkeit“ und die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Göttingen laden zu einer besonderen Veranstaltung ein.

Beratung, Coaching, Weiterbildungen oder Umschulungen – spezielle Angebote für Frauen in und um Göttingen werden vorgestellt!

**Wann?** Dienstag, 13.08.23, 09:00 Uhr / 11:00 Uhr  
**Wo?** Sitzungssaal der Agentur für Arbeit Göttingen  
(6. Stock), Bahnhofsallee 5, 37081 Göttingen.

Nach einer Kurzvorstellung der Angebote haben Besucher\*innen Zeit (bis 11:30 Uhr), in individuellen Gesprächen mit den Ausstellerinnen und Ausstellern ihre Fragen zu stellen und neue Möglichkeiten für sich zu entdecken!

Die Teilnahme ist kostenfrei.  
Eine Anmeldung ist erforderlich:  
<https://eveeno.com/speziell-fuer-frauen>



## JOB-FRÜHSTÜCK FÜR FRAUEN

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft, die Agentur für Arbeit Göttingen und der Landkreis Göttingen laden ein zum Jobfrühstück für Frauen:

- Infos rund um die Jobsuche
- Austausch mit anderen Interessierten
- Beratung und Unterstützung durch Expertinnen
- Bewerbungcheck

**16.08.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Familienzentrum Rosdorf, Anne-Frank-Weg 2

**29.08.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Familienzentrum Hann. Münden, Kurhessenstr. 4

**06.09.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Café Schauburg, Steintorstr. 68, 37115 Duderstadt

**20.09.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Café Dornemann, Marientorstr. 3,  
37520 Osterode am Harz

**25.10.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Z.a.k., Am Wochenmarkt 22, 37073 Göttingen

**08.11.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Café Schauburg, Steintorstr. 68, 37115 Duderstadt

**22.11.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Café Dornemann, Marientorstr. 3,  
37520 Osterode am Harz

**04.12.2024, 09.30–11.30 Uhr**

Z.a.k., Am Wochenmarkt 22, 37073 Göttingen

**Keine Anmeldung notwendig.**

**Fragen und Infos: [www.frauen-wirtschaft.de](http://www.frauen-wirtschaft.de)**

## OFFENES BERATUNGSANGEBOT: BERATUNG ZU BILDUNGS- UND TEILHABEPAKET UND ZUM BERUFLICHEN (WIEDER-)EINSTIEG FÜR FRAUEN

**Wann:** 21.08.2024, 13.11.2024 jeweils 14.00–16.00 Uhr

**Wo:** Bunter Laden in Herzberg  
Hauptstr. 7, 37412 Herzberg am Harz

### **Bildung und Teilhabe – Mitmachen möglich machen!**

Die Leistungen für Bildung und Teilhabe unterstützen junge Menschen aus Familien mit geringem Einkommen, damit sie gleichberechtigt Angebote in Schule, Kita, Vereinen und Freizeit nutzen können. Die Bildungskarte ermöglicht Kindern und Jugendlichen einen einfachen Zugang zu verschiedenen Vereins-, Kultur-, Freizeit und Nachhilfeangeboten! Anspruchsberechtigt sind junge Menschen, wenn sie, beziehungsweise ihre Familien, Bürgergeld, Sozialhilfe, Wohngeld und Kindergeld oder Kinderzuschlag und Kindergeld oder Asylbewerberleistungen erhalten.

Wollen Sie sich als Anbieter im [www.but-konto.de](http://www.but-konto.de) registrieren? Auch hier beraten wir gerne und nehmen die Registrierung gemeinsam vor! In diesem Fall, melden Sie sich bitte kurz vorab bei [but@landkreisgoettingen.de](mailto:but@landkreisgoettingen.de), damit wir abstimmen können, was hierfür erforderlich ist.

### **Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ Göttingen**

Haben Sie Ihre Berufstätigkeit für die Arbeit in der Familie unterbrochen? Befinden Sie sich in der Elternzeit und wollen während dieser Zeit beruflich am Ball bleiben? Wollen Sie Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt verbessern?

Die Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“ bietet Einzelberatung für Frauen, Mütter und Väter in der Elternzeit, Berufsrückkehrerinnen und Existenzgründerinnen:

- Zu Fragen und individueller Planung des beruflichen Wiedereinstiegs
- Bei beruflichen Veränderungen und beruflichen Neuorientierung
- Zu Weiterbildungsmöglichkeiten und zu finanzieller Unterstützung
- Zu allen Aspekten der Existenzgründung
- Mehr Infos unter: [www.frauen-wirtschaft.de](http://www.frauen-wirtschaft.de)

Wir beraten Sie gerne!

## MESSE FRAU UND BERUF IN OSTERODE: WEIBLICH, ERFOLGREICH UND SICHTBAR – MEINE ZUKUNFT BIN ICH!

Expertinnen und Experten beraten Besucherinnen und Besucher zu den Themen Weiterbildung und Qualifizierung, beruflicher (Wieder-) Einstieg und finanzielle Familienleistungen.

Zudem stellen Arbeitgeber\*innen aus der Region ihre Unternehmen und vorhandene Vakanzen vor.

**Der Zugang ist barrierefrei und für Kinderbetreuung ist gesorgt.**

**Mittwoch, 28.08.2024 , 09.00–13.00 Uhr**  
Stadthalle Osterode, Dörgestraße 28, 37520 Osterode

### Vorträge:

- |           |   |
|-----------|---|
| 09.30 Uhr | Finanzielle Hilfen für Familien   |
| 10.00 Uhr | Arbeitsmarktakteur*innen aus der Region im Gespräch                       |
| 11.30 Uhr | Neue Wege – neue Chancen. Berufliche Integration von zugewanderten Frauen |

Diese Messe ist eine Kooperationsveranstaltung der Agentur für Arbeit Göttingen, des Jobcenters Landkreis Göttingen, des Regionales Managements MEKOM und der Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ Göttingen.



## WANDERAUSSTELLUNG „FRAUEN IM HANDWERK VON HIER!“

**04.09.2024–07.10.2024 Rathaus Stadt Osterode**  
(Eisensteinstr. 1, 37520 Osterode)

**13.11.2024–13.12.2024 Kreishaus LK Göttingen**  
(Reinhäuser Landstr. 4, 37083 Göttingen)

**16.12.2024–18.01.2025 Rathaus Stadt Duderstadt**  
(Marktstr. 66, 37115 Duderstadt)

Um das vielfältige Bild der Frauen in unterschiedlichen Handwerken der Region zu zeigen, initiierte die Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“ das Erstellen der Broschüre „Frauen im Handwerk von hier!“. 18 Handwerkerinnen aus der Stadt und dem Landkreis Göttingen erzählen in den Interviews, wie sie zum Handwerk gekommen sind, was sie erreicht haben und welche Hürden sie überwinden mussten.

Um noch mehr Menschen Einblicke in die Lebenswelten von Handwerksfrauen zu ermöglichen und Frauen aus der Region zum Einstieg ins Handwerk zu ermutigen, wurde die Broschüre zu einer gleichnamigen Wanderausstellung ausgeweitet. Die Ausstellung ist im Jahr 2022 an verschiedenen Standorten in Stadt und im Landkreis Göttingen zu sehen.

Diese Ausstellung entstand aus der Kooperation der Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ Göttingen mit dem Unternehmen „HandWert“. Sie wurde vom Landesnetzwerk UnternehmerFrauen im Handwerk Niedersachsen e.V., den Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Göttingen und der Landkreise Göttingen und Northeim sowie der Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ und des Unternehmensnetzwerkes „Familie & Wirtschaft“ Northeim unterstützt.

## JOB BÖRSE FÜR MENSCHEN MIT MIGRATIONSHINTERGRUND

**NIEDERSACHSEN PACKT AN:**  
Die Integrationsinitiative vom Amt für regionale  
Landesentwicklung Braunschweig

Datum 12.09.2024  
Zeit 09.00–12.00 Uhr  
Ort Bürgerhaus Bovenden  
Rathausplatz 3  
37120 Bovenden

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist für Besucherinnen und Besucher kostenlos.



## DIGITALE INFOREIHE FÜR FRAUEN: WIE FUNKTIONIERT DAS BERUFSLEBEN 4.0?

10.00–11.30 UHR VIA ZOOM

**23.10.2024 Auf zum neuen Job –  
eigene Stärken als Wegweiser nutzen  
und mutig den Wunschjob erschließen!**

Sie spüren schon lange den Wunsch nach mehr: mehr Sinn, mehr Wertschätzung, erfüllende Aufgaben. Oder Sie wollen den beruflichen Einstieg meistern. In diesem Workshop sprechen wir über den Weg, sich selbst, eigene Talente und Bedürfnisse neu zu entdecken, um Schritt für Schritt zum Traumjob loszugehen. Ideenfindung, eigenes Profil und Selbstvertrauen stehen im Fokus des Gesprächs.

**Impuls:** Marketa Burger  
**Anmeldung:** bis zum 21.10.2024 an  
kostelle@goettingen.de

**20.11.2024 Mit Social Media zum Traumjob:  
wie Sie LinkedIn & Co als Booster nutzen**

Wussten Sie, dass zwei Drittel aller Recruiter Bewerberinnen im Netz suchen? Eine gepflegte digitale Präsenz ist dann ein riesiger Vorteil. Im Workshop lernen Sie, wie Sie ein passendes Unternehmen finden, ein Profil gestalten, das von Personalentscheidern gefunden wird und in ihnen den Wunsch auslöst, Sie ins Vorstellungsgespräch einzuladen. Sichtbarkeit auf Social Media, Jobsuche, Kontaktaufnahme sind u.a. Themen dieses Workshops.

**Impuls:** Marketa Burger  
**Anmeldung:** bis zum 19.11.2024 an  
kostelle@goettingen.de

**11.12.2024 Wie bewerbe ich mich richtig?  
Erfolgsfaktoren für eine gelungene  
Bewerbung.**

Bewerbungsarten und Recruiting-Kanäle sind vielfältiger geworden. Die digitale Bewerbung ist mittlerweile state-of-the-art. Eines bleibt jedoch gleich: Der erste Eindruck zählt und als Eintrittskarte dienen noch immer die Bewerbungsunterlagen. Hier erhalten Sie professionelle Tipps für Ihre Bewerbung sowie einen Bewerbungsscheck von einer erfahrenen Personalberaterin.

**Impuls:** Bianca Sievert  
**Anmeldung:** bis zum 09.12.2024 an  
kostelle@goettingen.de

## ELTERNCAFÉ-THEMA: BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG TREFFEN FÜR ELTERN MIT BABYS UND KLEINEN KINDERN

Sie möchten nach der Familienphase wieder berufstätig werden? Sie benötigen Orientierung und fragen sich, wie der berufliche Wiedereinstieg gelingen kann? Informationen und Beratung erhalten Sie unverbindlich auf Wunsch im Rahmen des Elterncafés:

**07.11.2024, 10.00–11.30 Uhr**

Ev. Familien-Bildungsstätte Göttingen (Neustadt 18)

von Natalia Hefe,   
Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft,   
Stadt und Landkreis Göttingen  
und Susanne Wärow,   
Beauftragte für Chancengleichheit am   
Arbeitsmarkt Agentur für Arbeit Göttingen

**Anmeldung ist erforderlich:**

<https://www.fabi-goe.de/programm/familienleben/kurs/Elterncaf-Theme-Beruflicher-Wiedereinstieg/E1.5.17#inhalt>



## 6. BARCAMP – WOMEN ONLY

Am **21.11.2024** laden die Gründungsberatung MOBIL und die Koordinierungsstelle „Frauen und Wirtschaft“ Göttingen zum **6. Barcamp** für und von Frauen ein!

Sie haben die Möglichkeit, in offenen Workshops andere Gründerinnen und Unternehmerinnen kennenzulernen, aktiv den Vormittag mitzugestalten und neue Impulse für Ihr eigenes Business mitzunehmen. Die Impulsvorträge werden durch gestandene Unternehmerinnen moderiert.

Das Barcamp – women only richtet sich sowohl an Unternehmerinnen als auch an gründungsinteressierte Frauen. Die Initiative soll das Netzwerk weiblicher Gründerinnen und Unternehmerinnen in der Region stärken und den notwendigen Raum für Tipps, Tricks und Kennenlernen untereinander bieten. Das Barcamp findet in den Räumlichkeiten der Gründungsberatung MOBIL statt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Anmeldung unter:** <https://www.bfgoe.de/angebote/gruendungsberatung/seminare-veranstaltungen/events.html>



## INFORMATIONSVORANSTALTUNGEN DER AGENTUR FÜR ARBEIT GÖTTINGEN

Die Agentur für Arbeit und die Beauftragten für Chancengleichheit auf dem Arbeitsmarkt bieten viele unterschiedliche kostenfreie Veranstaltungen an. Es gibt regelmäßige Angebote aus verschiedenen Themenbereichen rund um Arbeit und Beruf. Einige davon speziell für Frauen und Berufsrückkehrende nach Familienzeit!

Informationsveranstaltungen, Sprechstunden, Messen, berufskundliche Veranstaltungen und vieles mehr – teils in Präsenz, teils online – finden Sie in unserer Datenbank: [www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen](http://www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen)

### Kontakt und Information:

Susanne Wärow  
(Stadt und Landkreis Göttingen)  
Tel. 0551 520 223  
[Goettingen.bca@arbeitsagentur.de](mailto:Goettingen.bca@arbeitsagentur.de)

Nadja Huttanus  
(Altkreis Osterode am Harz)  
Tel. 05551 9803 600  
[Goettingen.bca@arbeitsagentur.de](mailto:Goettingen.bca@arbeitsagentur.de)

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.arbeitsagentur.de/vor-ort/goettingen/chancengleichheit](http://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/goettingen/chancengleichheit)



# Beruflicher Wiedereinstieg

VHS Göttingen Osterode gGmbH

## PERSPEKTIVE BERUFSRÜCKKEHR

### COACHING UND KOMPETENZEN FÜR FRAUEN IN TEILZEIT

Sie möchten nach einer beruflichen Auszeit aus familiären, gesundheitlichen oder anderen Gründen (wieder) in den Beruf einsteigen und sich optimal vorbereiten? Wir unterstützen Sie dabei!

Sie können folgende Angebote nutzen:

#### Einzelcoaching

Im Einzelcoaching begleiten wir Sie individuell auf Ihrem Weg (zurück) in den Beruf. Sie können 26 Ustd. nach Absprache nutzen (bei Bedarf auch online). Der Beginn ist jederzeit möglich.

Drei aufeinander aufbauende Kursangebote, die Sie, ergänzt durch das Einzelcoaching, optimal auf den Berufseinstieg vorbereiten:

#### Wiedereinstieg – so geht's

(Start 12.08.2024)

4 Wochen, 8.30–12.45 Uhr (100 Ustd.)  
Stärkenanalyse, Gesundheit und Work-Life-Balance, Berufsorientierung und Zielfindung, Grundlagen EDV, Bewerbungsunterlagen optimieren

#### Kompetenzen für den Wiedereinstieg

(Start 05.09.2024)

8 Wochen, 8.30–13.30 Uhr (240 Ustd.)  
Digitale Kompetenz (MS Word und Excel), Zeitmanagement und Organisation, Kommunikation und Teamarbeit, Selbstbewusst auftreten, Vorstellungsgespräche, Strategien zur Integration in den Arbeitsmarkt.

#### Digitale Kompetenz/Vertiefung

(Start 25.11.2024)

nur in Kombination mit „Kompetenzen für den Wiedereinstieg“  
6 Wochen, 8.30–13.30 Uhr (180 Ustd.)  
Textverarbeitung (MS Word), Tabellenkalkulation (MS Excel), (Erwerb von Xpert-Zertifikaten möglich), Gesundheitsprävention am PC, kaufmännische Grundlagen, Datensicherheit und Internet.

*„Wenn du weißt, dass du auf dem richtigen Weg bist, wenn du diese innere Sicherheit hast, dann kann dich niemand abbringen, egal was sie sagen“*

Barbara McClintock  
(Medizin-Nobelpreisträgerin)

### Praktikum (optional)

6 Wochen in Teilzeit

Berufliche Orientierung / Erprobung in Betrieben oder Institutionen der Region.

Wir beraten Sie gerne zur Auswahl der Angebote.

### Kosten

Die Maßnahmegebühren sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten können vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit über einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) übernommen werden. Bitte sprechen Sie Ihre\*n Fallmanager\*in / Arbeitsvermittler\*in an bzw. wenden sich an das zuständige Jobcenter / die Agentur für Arbeit.

**Kontakt:** Susanne Berdelmann, Tel. 0551 4952-116,

s.berdelmann@vhs-goettingen.de

VHS Göttingen Osterode gGmbH, Bahnhofsallee 7,  
37081 Göttingen

Weitere Informationen unter [https://vhs-goettingen.de/  
programm/arbeit](https://vhs-goettingen.de/programm/arbeit)

## INTEGRATIONSCOACHING PLUS

### Berufliche Bildung, Sprachpraxis und Coaching für Migrant\*innen

Sie verfügen über Deutschkenntnisse auf dem Sprachniveau A2/B1 oder besser und benötigen Unterstützung bei der Arbeits- und Ausbildungsplatzsuche?

Wir unterstützen Sie beim Einstieg in den deutschen Arbeitsmarkt. Sie verbessern Ihre berufsbezogenen Sprachkenntnisse. Sie bereiten Sie sich auf Ihre Berufstätigkeit vor. Zudem bieten wir Ihnen Unterstützung bei Bewerbungen und Vorstellungsgesprächen.

### Unsere Angebote

#### Einzelcoaching

eine Person begleitet Sie dabei, Ihre beruflichen Ziele zu erarbeiten und zu erreichen, bis zu 18 Termine a 1,5 Stunden, bei Bedarf auch online, Einstieg jederzeit möglich, nur in Kombination mit mindestens einem Gruppenangebot.

#### Gruppenangebote

jeweils 8 Wochen, 8:30–13:30 Uhr. Sie können die Angebote auswählen, die für Sie passend sind. Jeweils zwei Angebote können parallel besucht werden, da die Kurse nur an zwei oder drei Tagen in der Woche stattfinden. Alle Angebote werden zweimal pro Jahr angeboten.

#### Praktikum

bis zu 6 Wochen

(in Kombination mit dem Einzelcoaching).

## Gruppenangebote:

- **Besser Deutsch schreiben**  
(Start 11.09.24)  
Förderung der berufsbezogenen Schriftsprache
- **Besser Deutsch sprechen**  
(Start 13.11.2024)  
Berufsbezogene Kommunikation und Sprache
- **Computerkenntnisse für den Beruf**  
(Start 13.11.24)  
Wie benutze ich einen Computer, wie schreibe und gestalte ich einen Text und wie kann ich das Internet sicher nutzen?
- **Fit für den Beruf – Sprache und Schlüsselkompetenzen trainieren**  
(Start 11.09.24)  
Diskussion und Sprachtraining anhand der Themen Kommunikation und Konflikte u. a. im Arbeitsalltag
- **Wie finde ich einen Job?**  
Welche Arbeit passt zu mir, wo finde ich Stellenangebote, wie schreibe ich eine Bewerbung und führe ein Vorstellungsgespräch? – mit Bewerbungsfoto und Videoaufnahme

## Kosten

Die Maßnahmegebühren sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten können vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit über einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) übernommen werden. Bitte sprechen Sie Ihre\*n Fallmanager\*in / Arbeitsvermittler\*in an bzw. wenden sich an das zuständige Jobcenter / die Agentur für Arbeit.

**Kontakt:** Caroline Kurz, Tel. 0551 4952-272,  
c.kurz@vhs-goettingen.de  
VHS Göttingen Osterode gGmbH, Bahnhofsallee 7,  
37081 Göttingen  
Weitere Informationen unter <https://vhs-goettingen.de/programm/arbeit>

## MY WAY GÖTTINGEN

Empowerment, Begleitung und Arbeit für Frauen mit Migrationserfahrung im Landkreis Göttingen (Duderstadt | Hann. Münden | Osterode am Harz | Göttingen)

### Ihr Weg in Qualifizierung, Ausbildung und Arbeit

MY WAY Göttingen wird im Landkreis Göttingen von der VHS Göttingen Osterode und in der Stadt Göttingen von der Beschäftigungsförderung Göttingen und dem AWO Kreisverband-Göttingen-Northeim umgesetzt.

**Unser Angebot wendet sich an zugewanderte Frauen ab 16 Jahren mit Unterstützungsbedarf.**

- Sie möchten besser Deutsch lernen?
- Sie möchten sich beruflich qualifizieren?
- Sie möchten ein Praktikum oder eine Ausbildung beginnen?
- Sie möchten eine passende Arbeit finden?
- Sie müssen Familie und Beruf vereinbaren?
- Sie benötigen Informationen zu verschiedenen Hilfsangeboten?

### Wir unterstützen Sie bei allen diesen Themen!

- Wir beraten Sie unabhängig und vertraulich.
- Wir geben Ihnen die Zeit, die Sie brauchen.
- Wir erarbeiten gemeinsam mit Ihnen, was Sie gut können und was Sie tun möchten.
- Wir organisieren mit Ihnen eine passende Kinderbetreuung.
- Wir vermitteln Sie in Sprachkurse und passende Qualifizierungsmaßnahmen.
- Wir suchen mit Ihnen einen Praktikumsplatz oder eine Ausbildung und begleiten Sie während der Durchführung.
- Wir unterstützen Sie bei einer Arbeitsaufnahme und darüber hinaus.
- Wir organisieren bei weiteren Themen über unser Netzwerk die passende Unterstützung für Sie.

### MYWAY Göttingen ist kostenlos, freiwillig, unabhängig.

Es wird im Rahmen des Programms „MY TURN – Frauen mit Migrationserfahrung starten durch“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.

**Kontakt:** Maja Eidmann-Weigle, Tel. 0179 4103194,  
m.eidmann@vhs-goettingen.de  
VHS Göttingen Osterode gGmbH, Marktstraße 75,  
37115 Duderstadt  
Weitere Informationen unter <https://vhs-goettingen.de/programm/arbeit>

## TAFF PLUS

### Teilhabe und Arbeit für Familien im Landkreis Göttingen (Duderstadt | Hann. Münden | Göttingen)

TaFF Plus wird von der VHS Göttingen Osterode als Projektträger im Landkreis Göttingen, von der Beschäftigungsförderung in der Stadt Göttingen und von der Werk-statt-Schule e.V. im Landkreis Northeim umgesetzt.

#### Unser Angebot wendet sich an

- arbeitslose und erwerbstätige Eltern, die Bürgergeld (SGB II) oder Sozialhilfe (SGB XII) beziehen oder hierauf einen Anspruch haben.
- Familien, die Kinderzuschlag sowie künftig Kindergrundsicherung beziehen oder hierauf einen Anspruch haben.
- Maßnahmen richten sich sowohl an Eltern sowie bei Bedarf an andere erwachsene Haushaltsmitglieder wie z. B. Lebenspartner\*innen.

#### Wir bieten Unterstützung

- Sie und/oder Ihre Familie benötigen individuelle Beratung zur Verbesserung Ihrer Lebenssituation?
- Sie benötigen Hilfe bei der Beantragung finanzieller Leistungen oder Informationen zu anderen Unterstützungsangeboten?
- Sie möchten sich beruflich qualifizieren und/oder eine Ausbildung bzw. Arbeit finden?
- Sie möchten z. B. Ihren Minijob zu einer sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung ausweiten?

Wir unterstützen Sie bei allen diesen Themen!

#### Wie wir das machen

- Wir beraten Sie unabhängig und vertraulich.
- Wir geben Ihnen die Zeit, die Sie brauchen.
- Wir erarbeiten gemeinsam mit Ihnen, welche Schritte Sie gehen wollen und wie das gelingen kann.
- Wir begleiten Sie beim Übergang in eine neue Lebensphase.
- Wir unterstützen Sie beim Ausfüllen von Anträgen und beim Kontakt mit Behörden.

- Wir begleiten Sie zu Terminen bei Behörden, Beratungsstellen und anderen Institutionen.
- Wir organisieren mit Ihnen eine passende Kinderbetreuung.
- Wir finden mit Ihnen passende Qualifizierungen.
- Wir unterstützen Sie bei der Ausbildungsplatzsuche, einer Arbeitsaufnahme und darüber hinaus.

Wir fangen einfach an und bleiben dran.

#### TaFF Plus

ist kostenlos – freiwillig – unabhängig.

„TaFF Plus – Teilhabe und Arbeit für Familien“ wird im Rahmen des Programms „Akti(F) Plus – Aktiv für Familien und ihre Kinder“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

**Kontakt:** Maja Eidmann-Weigle, Tel. 0179 4103194,  
m.eidmann@vhs-goettingen.de  
**VHS Göttingen Osterode gGmbH**, Marktstraße 75,  
37115 Duderstadt  
Weitere Informationen unter [https://vhs-goettingen.de/  
programm/arbeit](https://vhs-goettingen.de/programm/arbeit)

## GUf – BILDUNG GARANTIERT ZUKUNFT VIA für Berufsrückkehrende und Wiedereinsteigende

... ist ein Angebot für berufsrückkehrende und wiedereinsteigende Frauen und Männer, um sich durch Qualifizierung bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt zu sichern. Persönliches Coaching, berufliche Orientierung und auch Neuorientierung, sowie Unterstützung bei Bewerbungen sind durch kompetente Anleiter\*innen garantiert. Wir betrachten gemeinsam Ihre Kompetenzen und begleiten Sie bei der Umsetzung Ihrer eigenen beruflichen Vorstellungen. Während eines Praktikums können Sie Ihre erworbenen Kenntnisse in einem Betrieb einbringen, wodurch sich Ihre Chancen auf einen zukünftigen Arbeitsplatz deutlich erhöhen.

### Qualifikationsmodule:

#### Internationaler Computerführerschein mit Zertifikat

- Computer & Online Essentials
- MS Outlook
- MS Word
- MS Excel
- MS Access
- MS PowerPoint
- Online Zusammenarbeit
- IT Sicherheit
- Datenschutz

#### Kaufmännische Module

- Einführung in die Buchführung mit DATEV
- Einführung in das Büromanagement
- Fachenglisch

#### Betriebspraktikum

**Dauer:** Montag – Freitag 08.00–15.00 Uhr, 5 Monate  
Montag – Freitag 08.00–13.00 Uhr, 6,5 Monate

**Termine:** Einstieg jederzeit möglich

**Kontakt:** GUf Umschulung & Fortbildung,  
**Inhaber:** RiStart GmbH  
Ute Eichhorn, Tel. 0551 5054221, eichhorn@guf.de  
Abich-Thiele-Straße 1, 37079 Göttingen, www.guf.de

#### Kosten:

Vorbehaltlich der Förderung durch die Agentur für Arbeit bzw. das Jobcenter werden die Teilnahmegebühren über einen Bildungsgutschein sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten erstattet. Bitte sprechen Sie Ihre/n Arbeitsvermittler\*in oder Fallmanager\*in an.

## GUf – GEWERBLICH-TECHNISCHE UMSCHULUNGEN FÜR FRAUEN ZUR:

### MASCHINEN- UND ANLAGENFÜHRERIN

Einstieg erfolgt zum 01. März oder 01. Oktober\*

#### Teilnahme

- 11 Monate Unterricht GUf, praktisch und theoretisch
- 5 Monate Praktikum in Betrieben der Region
- Montag – Freitag 07.00–16.00 Uhr in Göttingen

### INDUSTRIEMECHANIKERIN FACHRICHTUNG INSTANDHALTUNG

Einstieg erfolgt zum 01. April oder 01. Oktober\*

#### Teilnahme

- 22 Monate Unterricht GUf, praktisch und theoretisch
- 6 Monate Praktikum in Betrieben der Region
- Montag – Freitag 07.00–16.00 Uhr

### ELEKTRONIKERIN ENERGIE- UND GEBÄUDETECHNIK

Einstieg erfolgt zum 01. April oder 01. November\*

#### Teilnahme

- 22 Monate Unterricht GUf, praktisch und theoretisch
- 6 Monate Praktikum in Betrieben der Region
- Montag – Freitag 07.00–16.00 Uhr

### KAUFFRAU FÜR BÜROMANAGEMENT

Einstieg erfolgt zum 01. Februar oder 01. August\*

#### Teilnahme

- 18 Monate Unterricht GUf, praktisch und theoretisch
- 2 x 3 Monate Praktikum in Betrieben der Region
- Montag – Freitag 07.00–16.00 Uhr

\*Nach Absprache und Zuweisung durch die Agentur für Arbeit oder das Jobcenter sind spätere Starttermine, unter bestimmten Voraussetzungen, möglich.

**Kontakt:** GUf Umschulung & Fortbildung,  
**Inhaber:** RiStrat GmbH  
Stefan Richers, 0551 50542-13, richers@guf.de  
Abich-Thiele-Straße 1, 37079 Göttingen, www.guf.de

#### Kosten

Vorbehaltlich der Förderung durch die Agentur für Arbeit bzw. das Jobcenter werden die Teilnahmegebühren über einen Bildungsgutschein sowie Fahrt- und Kinderbetreuungskosten erstattet. Bitte sprechen Sie Ihre/n Arbeitsvermittler\*in oder Fallmanager\*in an.



# Angebote für Gründerinnen und Unternehmerinnen

Beschäftigungsförderung Göttingen /  
Gründungsberatung Mobil

## Gründungsberatung MOBIL

Lotzestr. 22 c,  
37083 Göttingen,  
Tel: 0551 400-3230  
mobil@goettingen.de



## STARTER CAFÉ – WOMEN ONLY

Im Rahmen von WomActivity haben Frauen bei uns die Möglichkeit, sich kostenfrei weiterzubilden und beraten zu lassen. Starten Sie mit unserem unverbindlichen Informationsgespräch, bei welchem Sie unsere Angebote kennenlernen können.

Wir geben Ihnen eine Übersicht und machen Vorschläge für Ihre nächsten Schritte und interessante Weiterbildungsveranstaltungen.

Unter der Telefonnummer 0551 400-3230 können Sie Ihren kostenfreien Termin vereinbaren.

## NETWORKING – WOMEN ONLY

Sie möchten sich gern mit der Möglichkeit einer Selbständigkeit auseinandersetzen und dabei auf Erfahrung und Wissen anderer zurückgreifen? Wir möchten Sie dabei unterstützen.

Lernen Sie andere Frauen kennen, die sich selbständig machen wollen und knüpfen Sie erste Kontakte. Zudem gibt es Kurzvorträge zu unterschiedlichen Themen rund um das Thema Gründung, z. B. Außendarstellung, Preisgestaltung oder Finanzierung für Frauen.

Das Netzwerktreffen ist für alle gründungsinteressierten Frauen, Gründerinnen und Chefinnen offen!

Termine: 07.08., 04.09., 02.10. und 04.12.2024  
jeweils von 9.30 Uhr bis ca. 12.30 Uhr

**Kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.**

## GRÜNDERINNENFRÜHSTÜCK – WOMEN ONLY

Neugierig auf Selbständigkeit? So geht es nicht nur Ihnen! Vielleicht haben Sie nur eine erste vage Idee? Vielleicht stehen Sie schon kurz vor der Gründung? Beim Gründerinnenfrühstück treffen Sie andere Frauen, die in der gleichen Situation sind wie Sie, und haben die Gelegenheit zum Austausch. In gemütlicher Runde mit Frühstück können Sie bereits erste fachliche Fragen mit einer Gründungsberaterin besprechen.

Das Gründerinnenfrühstück ist offen für alle, die noch nicht oder innerhalb der letzten 6 Monate gegründet haben.

**Termine:** 13.03.2024, 08.05.2024 und 14.08.2024  
jeweils von 09.30 Uhr bis 11.30 Uhr

**Kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten.**  
Z.a.K., Am Wochenmarkt 22, 37073 Göttingen

Dieses Angebot findet in Kooperation mit der Koordinierungsstelle »Frauen & Wirtschaft« Göttingen statt. Gefördert aus Mitteln des Landes Niedersachsen, der Europäischen Union (ESF+), der Stadt und des Landkreises Göttingen.

## GRUNDLAGEN DER EXISTENZGRÜNDUNG

Sie machen sich selbständig? Vielleicht sind Sie ja der Typ, der alles erst der Reihe nach plant. Oder Sie probieren sich lieber von Anfang an praktisch aus. Beide Wege können zum Ziel führen. In jedem Fall brauchen Sie einen Leitfaden, damit Sie an alles Wichtige denken und Ihre Ziele vor Augen behalten.

In diesem Seminar erhalten Sie einen Überblick, was Sie bei einer Gründung beachten müssen und wie Sie Ihre Umsätze und Kosten plausibel planen.

**Um Anmeldung wird gebeten.**

*Siehe Link oder QR-Code rechts.*

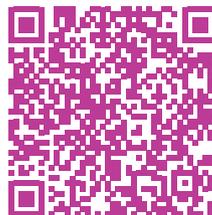
## NEBENBERUFLICH GRÜNDEN

Sie haben eine Geschäftsidee, die Sie nicht loslässt? Sie sind unzufrieden mit Ihrem Job, wollen aber nicht gleich kündigen? Sie wollen mehrere berufliche Standbeine haben? Sie wollen mit Ihrem Hobby ein paar Euro nebenbei verdienen oder Sie wollen einfach mal etwas Neues ausprobieren!

In diesem Seminar erfahren Sie die Vorteile einer nebenberuflichen Selbständigkeit und auf was Sie dabei achten müssen.

**Um Anmeldung wird gebeten.**

<https://www.bfgoe.de/angebote/gruendungsberatung/seminare-veranstaltungen/events.html>



## **Weiterbildungsförderung für Freiberufliche und Selbstständige**

KOMPASS Niedersachsen wird im Verbund der VHS Göttingen Osterode und der kvhs Ammerland niedersachsenweit umgesetzt.

### **Sie ...**

- sind freiberuflich oder selbstständig in Deutschland tätig
- sind seit mindestens zwei Jahren im Haupterwerb angemeldet
- generieren mindestens 51 % Ihrer Einkünfte aus Ihrer Freiberuflichkeit oder Selbstständigkeit
- beschäftigen maximal eine angestellte Person in Vollzeit

### **Sie möchten ...**

- sich mit Ihrer freiberuflichen oder selbstständigen Tätigkeit krisenfest und zukunftsfähig aufstellen
- gezielt passgenaue Weiterbildungen wahrnehmen
- Fördergelder für Ihre Weiterbildung nutzen

### **Sie können ...**

- nach Beratung durch unsere Anlaufstelle Fördermittel der EU und des BMAS beantragen, um Ihre Weiterbildung zu finanzieren.

Die Fördersumme umfasst 90 % der reinen Qualifizierungskosten in Höhe von bis zu 5.000 € begrenzt auf einen maximalen Erstattungs-Zuschuss von 4.500 € einmal pro Jahr.

### **Wir bieten Ihnen...**

- Beratung und Erfassung Ihres Weiterbildungsbedarfs
- Unterstützung bei der Suche nach qualitativ hochwertigen Angeboten
- anbieterneutrale Empfehlungen
- Prüfung der Förderfähigkeit
- administrative Begleitung bei der Beantragung
- Ausstellung des Qualifizierungsschecks
- Verweis auf weitere Beratungsangebote

Als Volkshochschulen stellen wir unsere Beratungs- und Unterstützungsleistungen zur KOMPASS Förderung Freiberuflichen in der Erwachsenenbildung ebenso wie Selbstständigen aus allen anderen Bereichen und Branchen zur Verfügung.

KOMPASS Niedersachsen wird im Rahmen des Programms „KOMPASS – Kompakte Hilfe für Solo-Selbstständige“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

### **Kontakt:**

Dr. Birgit Elend  
0551 4952 140  
b.elend@vhs-goettingen.de

**VHS Göttingen Osterode gGmbH**  
Bahnhofsallee 7, 37081 Göttingen

Weitere Informationen unter <https://vhs-goettingen.de/programm/arbit>

## ENTDECKEN SIE DEN WEG ZUR SELBSTSTÄNDIGKEIT MIT "WALK & TALK"

Haben Sie schon einmal über Selbstständigkeit nachgedacht? Wissen Sie, wo Sie anfangen sollen oder wie Sie Ihre Ideen in die Tat umsetzen können? Wir haben genau das Richtige für Sie – "Walk & Talk".

Als Teil der BMWi-Initiative "Frauen unternehmen", laden wir Sie ein, sich uns anzuschließen. "Walk & Talk" ist ein niedrigschwelliges Angebot, das darauf abzielt, gründerwillige Frauen – ob Studierende, an einer Umschulung Teilnehmende oder einfach Interessierte – bei einem Spaziergang durch den alten botanischen Garten, in den Austausch zu bringen.

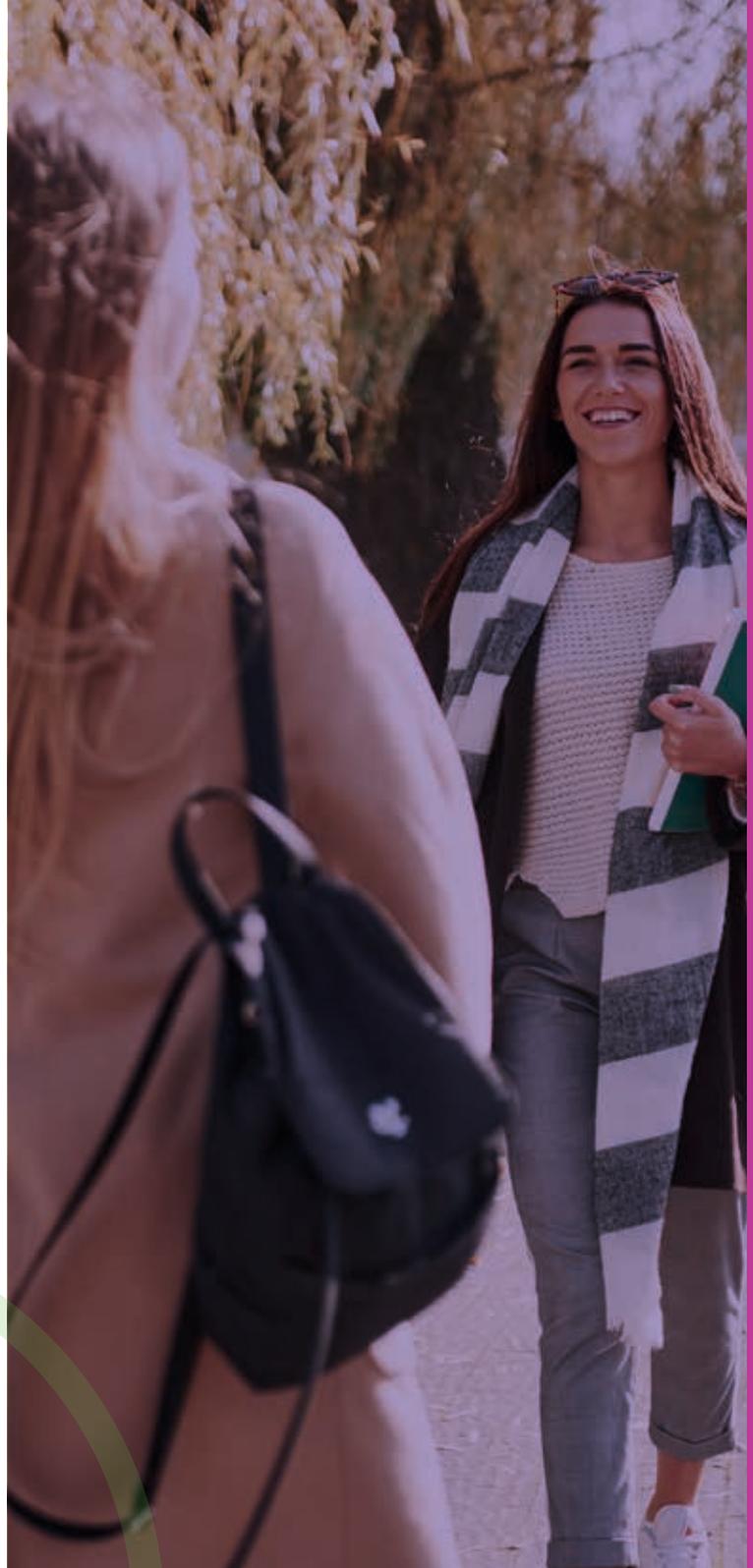
Gemeinsam mit den Vorbildunternehmerin(nen) aus der Region, Dr. Martina Henn-Sax, Sigrid Krings und Dr. Nadine Haandrikman-Lampen, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, in einer entspannten Atmosphäre Fragen zu stellen, Erfahrungen auszutauschen und wertvolle Einblicke in die Welt der Selbstständigkeit zu gewinnen.

Nutzen Sie diese Gelegenheit, um Ihre Träume zu verwirklichen und so einen Einblick in eine Selbstständigkeit zu erhalten. Wir freuen uns auf Sie!

**Termine:** 05.09.2024, 05.12.2024  
jeweils um 12.30 Uhr

**Dauer:**  
ca. 1 Stunde – wer sich länger austauschen möchte, kann dies spontan tun, z. B. im Café Botanik

**Treffpunkt:**  
Eingang alter botanischer Garten „Auditorium/Weender Straße“





# Weiterbildungsangebote Göttingen

**DAA – Deutsche Angestellten-Akademie GmbH**  
PRAXISNAH WEITERBILDEN – FÜR IHRE BERUFLICHE  
ZUKUNFT

Die DAA bietet Ihnen dafür vielfältige Lösungen. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beraten Sie gerne. In einem ersten Schritt erstellen wir mit Ihnen in einem kostenlosen Beratungsgespräch einen passgenauen Qualifizierungsplan. Sie wählen aus einer Vielzahl von Lernbausteinen, wie z. B.

- MS Office und modernes Büromanagement
- Finanzbuchhaltung und Lohnbuchhaltung
- Verkauf
- Gesundheit und Soziales
- Lager und Logistik
- Grafik Design

Alle Kurse sind für eine Förderung eines öffentlichen Kostenträgers (z. B. Agentur für Arbeit, Jobcenter, Rentenversicherung) zugelassen. Den Starttermin stimmen sie individuell mit uns ab. Die Kurse können Sie auch in Teilzeit oder – nach Absprache – von zu Hause aus besuchen.

Erhöhen Sie Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt durch eine **Umschulung mit IHK Abschluss**. Wir bieten Ihnen Umschulungen in den Berufsbildern:

- Industriekaufleute
- Kaufleute für Büromanagement
- Kaufleute im Gesundheitswesen
- Kaufleute im Einzelhandel
- Fachinformatiker\*in für Anwendungsentwicklung
- Fachinformatiker\*in für Systemintegration

Starttermine sind jährlich im Januar/Februar und Juli/August. In Vollzeit dauert die Umschulung 24 Monate, in Teilzeit 36 Monate.

Vereinbaren Sie einen persönlichen Beratungstermin:  
DAA Göttingen  
Rodeweg 20, 37081 Göttingen  
Tel: 0551 9971932, E-Mail: [info.goettingen@daa.de](mailto:info.goettingen@daa.de)  
[www.daa-son.de](http://www.daa-son.de)

## WEITERBILDUNGEN FÜR DAS GESUNDHEITSWESEN

Das Thema „Weiterbildung“ steht für alle Berufsgruppen im Gesundheitswesen ganz oben auf der Tagesordnung. Seit mehr als 30 Jahren bietet ARBEIT UND LEBEN in Südniedersachsen vielfältige Weiterbildungsmöglichkeiten in diesem Segment an. Ziel unserer Lehrgänge ist die Erweiterung/Vertiefung der fachlichen Kenntnisse oder der berufliche Aufstieg.

Wir bieten neben den abschlussorientierten Weiterbildungen auch ein umfangreiches Seminarprogramm, wie z.B.:

**Betreuungskraft nach § 53b SGB XI (TZ mit Praktikum)**  
Wer über den Abschluss „Betreuungskraft gem. § 53b SGB XI“ verfügt, darf in der Betreuung und Aktivierung von Menschen mit eingeschränkten Alltagskompetenzen nach § 45 SGB XI arbeiten.

Dafür erhalten Sie im Lehrgang Grundkenntnisse im Bereich Krankheitslehre, Kommunikation, Interaktion, Rechtskunde und Hygiene. Außerdem erlernen Sie das sichere Verhalten in Notfällen und bauen Ihr Wissen über Hauswirtschaft, Ernährungslehre, Bewegung von Menschen mit Beeinträchtigungen und deren Freizeitgestaltung aus.

Lassen Sie sich beraten:

Arbeit & Leben Südniedersachsen gGmbH

Petra Freyer-Jüsten  
Fon: 0551 49507-33  
E-Mail: petra.freyer-juesten@aul-nds.de

Matthias Rose  
Fon: 0551 49507-45  
E-Mail: matthias.rose@aul-nds.de

Volkshochschule Göttingen Osterode gGmbH/  
VHS Hauptgeschäftsstelle Göttingen

Kursinformation und Anmeldung:

VHS Hauptgeschäftsstelle Göttingen  
Bahnhofsallee 7  
37081 Göttingen  
Tel: 0551 4952120  
vhs-goettingen.de/programm

*Für die nachfolgenden Kurse können Sie eine Unterstützung in Form des Weiterbildungsschecks bei der Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ beantragen.*

## VHS AKADEMIE: "EFFEKTIV FÜHREN BEI KONFLIKTEN UND DISKRIMINIERUNG"

Eine vormals hoch motivierte Mitarbeiterin macht nur noch Dienst nach Vorschrift. Ein anderer Mitarbeiter meldet sich neuerdings häufig krank. Die Stimmung im Team ist schlecht. Was tun als Führungskraft? Abwarten, bis sich das Problem hoffentlich von alleine löst? Oder einschreiten, dann aber wie?

Leitung: Monika Wolff  
Mi./Do. 09./10.09.2024, 8.30–16.00 Uhr, 2 Termine;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 400,00  
Kurs 24H87510

## VHS AKADEMIE: LEADERSHIP EVOLUTION: MODERN FÜHREN – AUCH MICH SELBST

In Zeiten des Wandels ist es für Führungskräfte von entscheidender Bedeutung, kontinuierlich an der eigenen Entwicklung zu arbeiten und die individuellen Führungskompetenzen zu stärken. Nur wer sich selbst führen kann, vermag auch andere zu führen. Dieses Seminar unterstützt nicht nur die eigene Persönlichkeitsentwicklung, sondern setzt den Fokus auch auf die praktische Umsetzung. Es unterstützt Führungskräfte dabei, authentische und effektive Leader zu werden.

Leitung: Konrad Gühlstorf  
Do./Fr. 24./25.10.2024, 9.00–16.00 Uhr, 16 UE;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 440,00,00  
Kurs 24H87515

## VHS-AKADEMIE: ALS TEAMLEITUNG IN DER SANDWICHPOSITION

Teamleitungen haben eine besondere Stellung in Organisationen – sie führen und werden geführt und befinden sich damit in einer Sandwichposition. Die Erwartungen und Herausforderungen an diese Rolle sind vielfältig und gleichen oft einem Spagat. Dieses Seminar gibt Stärkung und Tipps für Führungskräfte auf der mittleren Ebene. Sie reflektieren Ihre Rollen und die damit verbundenen Aufgaben. Sie erfahren, wie Sie sich sicherer zwischen den Polen bewegen können.

Leitung: Katrin Schöft  
Do. 05.12.2024, 9.00–16.30 Uhr, 8 UE;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 220,00  
Kurs 24H87505

## VHS-AKADEMIE: WIE CHANGE-PROZESSE GELINGEN KÖNNEN

Den Wandel begleiten, Projekte prozessorientiert steuern: In diesem Seminar werden Sie für den Umgang mit Veränderungen sensibilisiert. Bei einem stetig steigenden Veränderungstempo müssen wir uns immer schneller auf neue Situationen und Gegebenheiten einstellen.

Sie lernen typische Verhaltensmuster und Einflussfaktoren in Veränderungsprozessen kennen und setzen sich mit den unterschiedlichen Rollen und Perspektiven in Veränderungen auseinander. Experten für Change-Prozesse brauchen Kommunikationsgeschick, Hartnäckigkeit, wache Sinne, Ausdauer, Fachwissen und Reflexionsvermögen.

Leitung: Dr. Stefan Pilz  
Do./Fr. 21./22.11.2024,  
Do. 9.00–16.30 Uhr, Fr. 9.00–12.30 Uhr, 12 UE;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 390,00  
Kurs 24H87520

## VHS-AKADEMIE: GUT ZUSAMMENARBEITEN MIT DER „GENERATION Z“

Das geht ja gar nicht! Oder doch? Die Zeiten haben sich geändert – und mit ihnen die jungen Auszubildenden und Mitarbeiter\*innen: Schwungvoll überschreiten sie ungeschriebene betriebliche Gesetze und lösen, ohne es zu wollen, Irritationen aus.

Der Umgang mit Vorgesetzten und Arbeitstugenden, die hohen Erwartungen an den Arbeitgeber, das allgegenwärtige Handy und die Frage „Kann ich früher gehen?“... hier prallen unterschiedliche „Normals“ zwischen den Generationen aufeinander und sorgen für Reibung. Was tun, damit die Arbeit vom Tisch kommt und das Klima gut bleibt?

Leitung: Dr. Silke Mensching  
Mi. 15.01.2025, 9.00–16.30 Uhr, 8 UE;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 200,00  
Kurs 25F87503

## VHS-AKADEMIE: EXZELLENZ IN KOMMUNIKATION UND VERHAND- LUNGSFÜHRUNG

In diesem Seminar optimieren Sie Ihre Argumentationstechniken und Ihre Verhandlungssicherheit. Sie lernen, durch professionelle Instrumente der modernen Rhetorik, Verhandlungstechnik und Körpersprache zu überzeugen.

Kommunikation wird dabei wie ein Spiel verstanden, das besser oder schlechter gespielt werden kann, und sich immer in einem kreisförmigen Prozess abspielt. Es geht nicht darum, wer angefangen hat, sondern darum, das gemeinsame Spiel konstruktiv und lösungsorientiert zu gestalten und zu steuern, um Ihre Ziele zu erreichen.

Leitung: Heike Quante-Vollstedt  
Mi./Do. 25./26.09.2024, 9.00–16.00 Uhr, 16 UE;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 510,00  
Kurs 24H87006

## VHS-AKADEMIE: MENTALES TRAINING: AUFGABEN FOKUSSIERT MEISTERN

Mentales Training findet seit vielen Jahren im Spitzensport seine Anwendung. Dass „der Kopf“ eine zentrale Rolle beim Erreichen von Zielen spielt – in Training und Wettkampf gleichermaßen – ist dort völlig unstrittig. Mehr und mehr wird aber erkannt, dass auch der berufliche und private Alltag Herausforderungen, ähnlich denen im Spitzensport, bereithält.

Ziel des mentalen Trainings ist es daher, das Bewusstsein, die Selbstreflexion und die Fähigkeit zur Selbstregulierung zu entwickeln, um die eigene – private und berufliche – Wirksamkeit zu steigern.

Leitung: Johannes Kaindl  
Mi. 02.10. und 23.10.2024, 8.30–16.00 Uhr, 16 UE;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 380,00  
Kurs 24H87220

## VHS-AKADEMIE: GELINGENDE KOMMUNIKATION IN EINFACHER SPRACHE

Einfache Sprache ist inhaltlich klar, sprachlich korrekt und ästhetisch ansprechend. Sie erhalten in diesem Online-Kurs eine Einführung in die Grundregeln der Einfachen Sprache und einen Leitfaden.

Sie übertragen mit Hilfe einer Expertin für Einfache Sprache exemplarisch Textbeispiele aus Ihrem Arbeitsalltag. Gemeinsam schauen wir, wie Kommunikation in Einfacher Sprache gelingen kann.

Leitung: Judith Kalinowski  
Di. 22.10.2024, 9.00–11.30 Uhr, 3 UE;  
Online-Schulung  
Gebühr: € 75,00  
Kurs 24H70101

## VHS-AKADEMIE: VERHALTENSSTILE VERSTEHEN – PERSÖNLICHKEIT ENTWICKELN

Der Schlüssel zum Erfolg liegt im positiven Umgang mit sich selbst und anderen. Das Persolog® Verhaltensprofil ermöglicht, eigene persönliche Stärken und Schwächen zu entdecken und andere Menschen besser zu verstehen. Es ist damit ein grundlegendes Instrument, um ein motivierendes Arbeitsumfeld für sich und andere zu gestalten.

Leitung: Katrin Schöft  
Do. 14.11.2024, 9.00–16.30 Uhr, 8 UE;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 257,00 inkl. Persolog®-Test  
Kurs 24H87207

## VHS-AKADEMIE: SOVERÄNES AUFTRETEN MIT KRAFTVOLLER STIMME

Wie Sie als Frau in Führungsposition wahrgenommen werden, beeinflussen Sie direkt über Ihre Stimme. Um nicht in eine "mädchenhafte" Stimmrolle zu verfallen, helfen gezielte Stimm- und Sprechtechniken. Erkennen Sie hier Ihre kraftvolle Stimme und Ihre klare, professionelle Präsenz.

Leitung: Mona Heilek  
**Do. 05.12.2024, 9.00–16.30 Uhr, 1 Termin;**  
**Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7**  
Gebühr: € 200,00  
**Kurs 24H87230**

## VHS-AKADEMIE: MIT OUTLOOK IHR SELBST- UND ZEITMANAGEMENT OPTIMIEREN

Viele Erwerbstätige klagen über Zeitnot und haben Sorge, den Überblick über ihre Termine und Aufgaben zu verlieren. Mit Outlook haben Sie ein Werkzeug zur Verfügung, das Ihnen hilft, Emails, Termine und Aufgaben sinnvoll zu sortieren, priorisieren und Sie ggf. zu erinnern. In diesem Seminar lernen Sie die dafür hilfreichen Funktionen kennen und wie Sie Outlook für Ihr persönliches Selbst- und Zeitmanagement einrichten und nutzen können.

Zugangsvoraussetzungen: geübter Umgang mit Windows und Grundkenntnisse in Outlook.

Leitung: Stephan Heidemann  
**Di. 24.09.2024, 8.30–16.00 Uhr, 8 UE;**  
**Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7**  
Gebühr: € 225,00  
**Kurs 24H87418**

## VHS-AKADEMIE: LINKEDIN ALS BERUFSNETZWERK ERFOLGREICH NUTZEN

Soziale Medien nehmen auch beruflich zunehmend einen großen Raum ein. LinkedIn ist ein Netzwerk, das auch für Unternehmen immer relevanter wird. Berufliche Kontakte pflegen, Events teilen, berufliche Erfolge feiern – all das findet bei LinkedIn statt. Für ein erfolgreiches Netzwerken ist es sinnvoll, die Möglichkeiten und Wirkungen des eigenen Profils zu kennen. Folgenden Fragen gehen wir nach: Wie gestalte ich mein Profil auf LinkedIn? Wie nutze ich das Netzwerk für meine beruflichen Aufgaben? Wie wirkt mein Profil auf andere? Welche Rolle spielt das Unternehmensprofil? Für eine aktive Teilnahme an den Übungen ist ein eigener Account auf LinkedIn erforderlich. Dieser Account kann auch die Pflege des Unternehmensprofils beinhalten.

Leitung: Dr. Ines Beeck  
**Mo. 04.11.2024, 9.00–12.15 Uhr, 4 UE;**  
**Online-Schulung**  
Gebühr: € 100,00  
**Kurs 24H87406**

## VHS-AKADEMIE: BUCHFÜHRUNG LEICHT GEMACHT – FÜR SELBSTSTÄNDIGE

Kleinbetriebe mit einem Gewinn von weniger als EUR 60.000/Jahr und einem Umsatz von weniger als EUR 600.000/Jahr sowie alle Freiberufler\*innen können als Buchführungsverfahren eine einfache Einnahmen-/Überschussrechnung einsetzen. In diesem Seminar erlernen Sie die Grundlagen der Buchführung für Ihren Kleinbetrieb/Ihre Freiberuflichkeit.

Leitung: Susann Heddergott  
**Fr./Sa. 08./09.11. und 15./16.11.2024,**  
**Fr. 18.30–22.00 Uhr, Sa. 9.00–12.30 Uhr, 16 UE;**  
**Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7**  
Gebühr: € 219,00  
**Kurs 24H87124**

## VHS-AKADEMIE: DIGITALE ORDNUNG UND NEUE ROUTINEN AM ARBEITSPLATZ

An unserem digitalen Arbeitsplatz sammelt sich vieles an: Termine, E-Mails, Dateien... und wir verlieren manchmal den Überblick. Aber anstelle von Dateienchaos und unerledigten Aufgaben gibt es kleine Schritte und Methoden, um die eigene Kontrolle zu behalten oder zurückzuerlangen. Dieser Kurs geht systematisch unsere digitalen Ordnungsbereiche durch und motiviert, digital aufzuräumen. Für mehr Struktur und Effizienz gibt es Tipps, wie wir die geschaffene Ordnung und neue Routinen beizubehalten können.

Grundlegende Kenntnisse von digitalen Arbeitsplätzen werden vorausgesetzt.  
Der Kurs ist plattformunabhängig gestaltet.

Leitung: Dr. Ines Beeck  
**Mo. 18.11. und 25.11.2024, 9.00–12.15 Uhr, 8 UE;**  
**Online-Schulung**  
Gebühr: € 180,00  
**Kurs 24H87402**

## VHS-AKADEMIE: ENGLISCH A1 – WIEDERHOLUNG UND FESTIGUNG

In diesem Live-Online-Kurs haben Sie die Möglichkeit, alle Inhalte der Kompetenzstufe A1 zu wiederholen und zu festigen: Sie wiederholen den Basiswortschatz, die grundlegenden Aspekte der englischen Grammatik werden fortlaufend wiederholt und gefestigt, um so die Sprechfertigkeit zu erhöhen.

Leitung: Maria Schwanitz-Fröhlich  
**Mi. 04.09.2024–04.12.2024, 12.15–13.15 Uhr, 16 UE;**  
**Online-Schulung**  
Gebühr: € 260,00 zzgl. Lehrbuch, das im Kurs bekannt gegeben wird  
**Kurs 24H72713**

## BUSINESS ENGLISH B2

Ist mündlicher und schriftlicher Kontakt auf Englisch Ihre tägliche Herausforderung?

Hier erweitern Sie mündliche und schriftliche Kenntnisse, die in Geschäftssituationen gebraucht werden, wie z.B. Telefongespräche führen, E-Mails schreiben, geschäftlich reisen, etc.

Wir arbeiten mit dem Lehrbuch: "Basis for Business B2, New Edition" (Cornelsen).

Leitung: Katja Maier  
**Di. 10.09.2024–14.01.2025, 17.00–18.30 Uhr, 15 Termine;**  
**Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7**  
Gebühr: € 170,00 inkl. Zusatzmaterial, zzgl. Lehrbuch  
**Kurs 24H72703**

## ENGLISCHE SPRACHWOCHE A2 (*Bildungsurlaub*)

Eine Sprachwoche ist eine besonders intensive Form des Lernens. Eine Woche lang tauchen Sie ein in die Sprache und erfahren so einen besonders produktiven Lernschub. Geboten wird Ihnen ein vielfältiges Programm, in dem Sprechen und Hörverstehen im Mittelpunkt stehen.

Die Sprachwoche ist bestimmt für Anfänger\*innen mit Vorkenntnissen. Sie haben bereits ein Lehrwerk auf dem Niveau A1 abgeschlossen oder ca. 100 Unterrichtsstunden Englisch gehabt.

Leitung: Katja Maier, Kursleitungsteam  
**Mo.–Fr. 07.10.–11.10.2024, 9.00–16.00 Uhr, 5 Termine;**  
**Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7**  
Gebühr: € 273,00 inkl. Zusatzmaterial  
**Kurs 24H72001**

## ENGLISCHE SPRACHWOCHE B1 (Bildungsurlaub)

Für Leute mit ca. 5/6 Jahren Schulenglisch (Realschulenglisch) oder vergleichbaren Kenntnissen.

Sie üben hier vor allem Sprechen und Verstehen. Dabei werden vielfältige Themen in Partner- und Gruppenarbeit behandelt, hinzukommen ein wenig Grammatik- und Wortschatzarbeit.

Keine Vorbesprechung zu dieser Sprachwoche, lassen Sie sich aber beraten!

Leitung: Gunda Rauch  
Mo.–Fr. 14.10.–18.10.2024, 9.00–16.00 Uhr, 5 Termine;  
Göttingen, English room, Im Kolke 21  
Gebühr: € 273,00 inkl. Zusatzmaterial  
Kurs 24H72003

## SPANISCHE SPRACHWOCHE AUFFRISCHUNG A2 (Bildungsurlaub in Teilzeit)

Die Sprachwoche ist für Fortgeschrittene mit etwa 3 Jahren Schulspanisch oder Kenntnissen auf Niveau von "Con gusto A2" oder dem zweiten Band eines anderen Lehrwerks bestimmt.

Der Schwerpunkt liegt auf der gesprochenen Sprache.

Leitung: Viviana Castillo  
Mo.–Fr. 14.10.–18.10.2024, 9.15–12.30 Uhr, 5 Termine;  
Göttingen, VHS, Bahnhofsallee 7  
Gebühr: € 137,00 inkl. Zusatzmaterial  
Kurs 24H76004

## VHS-AKADEMIE: AUFFRISCHUNG ENGLISCH A2 – BASIS

Sie verstehen das Wesentliche von kurzen Mitteilungen, doch das freie Sprechen fällt Ihnen schwer? In diesem Live-Online-Kurs stehen das Sprechen und Hören im Vordergrund. Damit verbunden werden die grundlegenden Aspekte der englischen Grammatik fortlaufend wiederholt und gefestigt, um so die Sprechfertigkeit zu erhöhen.

Kompetenzstufe A2/B1 nach dem Europäischen Referenzrahmen.

Leitung: Gunda Rauch  
Mi. 24.10.2024–30.01.2025, 9.30–11.00 Uhr, 24 UE;  
Online-Schulung  
Gebühr: € 390,00 zzgl. Lehrbuch, das im Kurs bekannt gegeben wird  
Kurs 24H72711

## VHS-AKADEMIE: LUNCHTIME ENGLISH B1/B2 – FOKUS SPRECHEN

If one of your personal goals is to improve your spoken English (conversation, discussion, small talk) – then Lunchtime English is for you. The live-online-course will teach you how to express yourself comfortably and naturally in many everyday situations.

Leitung: Gunda Rauch  
Mi. 24.10.2024–30.01.2025, 11.30–12.30 Uhr, 16 UE;  
Online-Schulung  
Gebühr: € 260,00 zzgl. Lehrbuch, das im Kurs bekannt gegeben wird  
Kurs 24H72712

Weitere Bildungsangebote der VHS Göttingen Osterode gGmbH am Standort Göttingen finden Sie unter:  
<https://vhs-goettingen.de/programm>



# Weiterbildungsangebote in Duderstadt

## Kursinformation und Anmeldung

VHS Göttingen Osterode gGmbH  
Geschäftsstelle Duderstadt  
Marktstr. 75  
Tel: 05527 997327  
dud@vhs-goettingen.de  
vhs-goettingen.de/programm

Alle Bildungskurse der VHS Göttingen Osterode gGmbH  
am Standort Duderstadt finden Sie unter:

[vhs-goettingen.de/vhs-geschaeftsstelle-duderstadt](https://vhs-goettingen.de/vhs-geschaeftsstelle-duderstadt)



*Für die angebotenen berufsbezogenen Kurse können Sie  
eine Unterstützung in Form des Weiterbildungsschecks bei  
der Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ beantragen.*



# Weiterbildungsangebote in Hann. Münden

## Kursinformation und Anmeldung

VHS Göttingen Osterode gGmbH  
Geschäftsstelle Hann. Münden  
Wilhelmshäuser Straße 90  
Tel: 05541 903610  
E-Mail: hmue@vhs-goettingen.de  
vhs-goettingen.de/programm

*Für die nachfolgenden Kurse können Sie eine Unterstützung in Form des Weiterbildungsschecks bei der Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ beantragen.*

### ENGLISH CONVERSATION A2/B1

In this course, we can talk about anything that is of interest to the group, look at some song lyrics, and read short stories, newspaper articles, or even a book, which will be the basis for practicing our skills. At the same time, we revise grammar whenever we need to do so. Kursbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Leitung: Nancy Yathira Bacca Vacca  
Sa. 16.03.2024, 9.00–16.00 Uhr, 1 Termin;  
Hann. Münden, VHS, Wilhelmshäuser Straße 90  
Gebühr: € 79,00  
Kurs 24H72481

### ENGLISH CONVERSATION B2 AM VORMITTAG

This course is for learners with a good command of English who enjoy practicing and polishing their language skills on a regular basis. In our sessions we discuss and give our opinion on political, cultural topics and topics of general interest. Listening, reading and grammar are also on our priority list

Leitung: Viktoriia Yefremova  
Mi. 28.08.–18.12.2024, 10.00–11.30 Uhr, 15 Termine;  
Hann. Münden, VHS, Wilhelmshäuser Straße 90  
Gebühr: € 149,00

### **Kurs 24H72483** **SPANISCH A1.3**

In diesem Kurs erwerben Sie in gemäßigtem Tempo Grundkenntnisse der spanischen Sprache.

Lehrbuch: Con Gusto Nuevo A1 ab Lektion 8 (ISBN: 978-3-12-514671-6).

Leitung: Natalia Aristizabal Cortes

**Mi. 25.09.–04.12.2024, 18.30–20.00 Uhr, 10 Termine;**

**Hann. Münden, VHS, Wilhelmshäuser Straße 90**

Gebühr: € 99,00

### **Kurs 24H76281**

## **WORD AUFBAUKURS FÜR DEN BERUF**

Sie haben bereits gute Grundkenntnisse in der Textverarbeitung, aber spezielle Formate machen Ihnen noch Schwierigkeiten? Hier erfahren Sie z.B. wie Sie Dokumente komfortabel gestalten, wie Sie Privat- oder Geschäftsbriefe formulieren, Texte professionell formatieren.

Inhalte: Nutzung von Hilfsmitteln wie Rechtschreibung und Wörterbuch, Serienbriefe erstellen, Inhaltsverzeichnisse, Formatierungen.

Leitung: Andreas Lott

**Mo. 02.12.–09.12.2024, 18.30–21.30 Uhr, 2 Termine;**

**Hann. Münden, VHS, Wilhelmshäuser Straße 90**

Gebühr: € 49,00

### **Kurs 24H5418**

## **EXCEL - GRUNDKURS**

Excel ist der Standard für professionelle Tabellenkalkulation. Erwerben Sie die Grundkenntnisse in diesem wichtigen und vielseitigen Programm. Weitere Informationen auf der Website.

Leitung: Andreas Lott

**Mo. 04.11.–25.11.2024, 18.30–21.30 Uhr, 4 Termine;**

**Hann. Münden, VHS, Wilhelmshäuser Straße 90**

Gebühr: € 98,00

### **Kurs 24H54280** **ENTSPANNT IN DEN FEIERABEND: YOGA, FASZIEN TRAINING UND ENTSPANNUNG**

Den Arbeitstag ausklingen lassen, zu sich selbst finden, sich um das eigene Wohlbefinden kümmern. Das wichtigste Mittel gegen Stress und Hektik ist die Zeit, die man sich selber gönnt. Sie kräftigen, lockern und dehnen den Körper mit Yoga und Faszientraining und runden den Abend mit einer Schlusssentspannung ab.

Leitung: Anja Arends

**Mo. 21.08.–25.09.2024, 18.30–20.00 Uhr, 6 Termine;**

**Hann. Münden, VHS, Wilhelmshäuser Straße 90**

Gebühr: € 72,00

### **Kurs 24H04581**

## **ACHTSAMKEIT UND LEICHTE BEWEGUNG – RUHE UND KRAFT FINDEN**

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen für „Achtsamkeitspausen“, um mehr innere Ruhe und Frieden zu finden. Wir lernen eine kurze Meditation in (leichter) Bewegung im Stehen kennen, die uns hilft mehr Ruhe und Gelassenheit im Alltag zu finden. Praktische Hilfen werden vorgestellt, wie wir uns im Alltag bei Stress mit Achtsamkeit stärken können. Keine Erfahrung mit Meditation oder Yoga erforderlich

Leitung: Nora Wagner

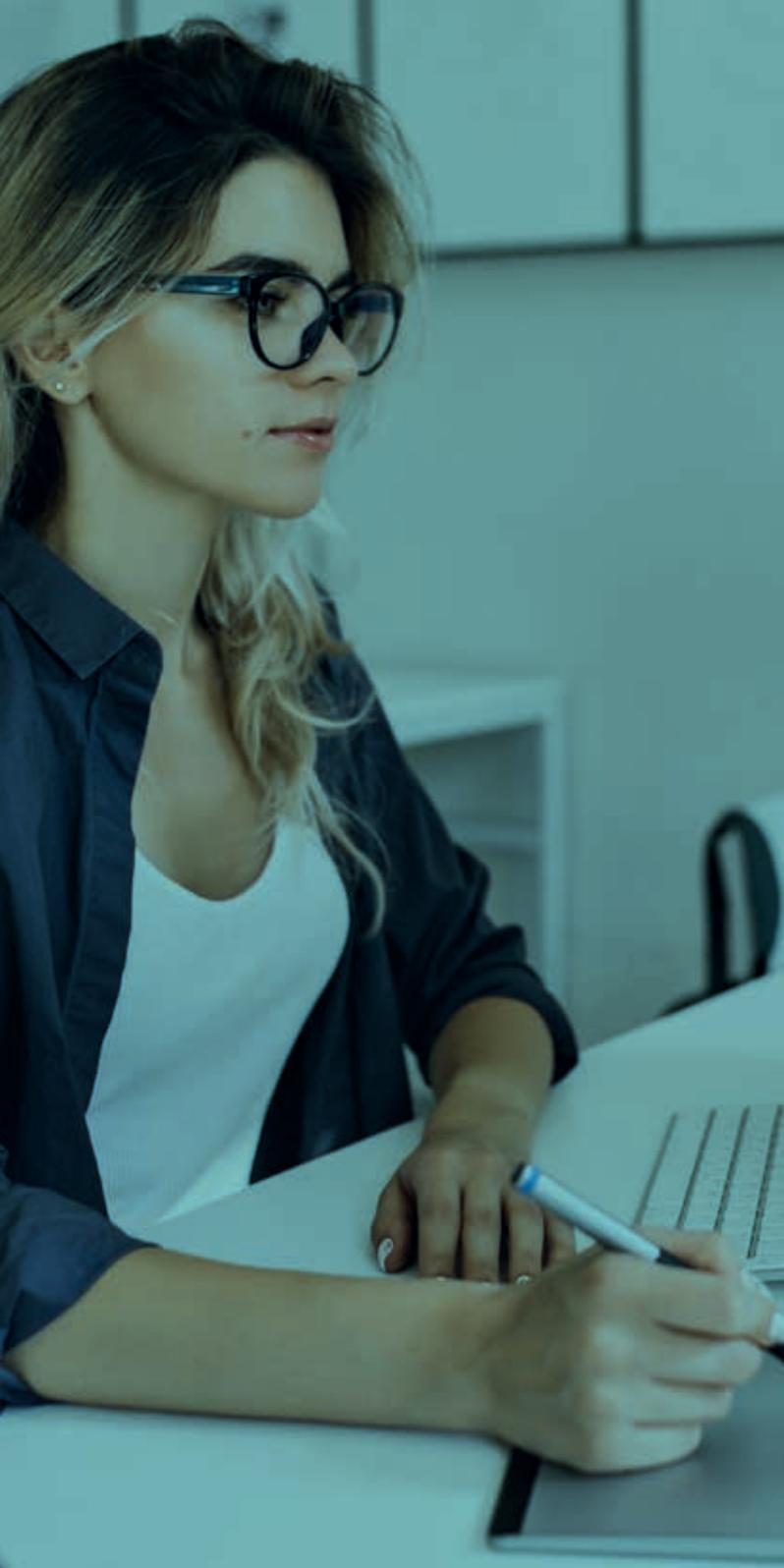
**Fr. 06.09.2024, 18.30–21.00 Uhr,**

**Sa. 07.09.2024 11.00–16.00 Uhr, 2 Termine;**

**Hann. Münden, VHS, Wilhelmshäuser Straße 90**

Gebühr: € 55,00

### **Kurs 24H04783**



# Weiterbildungsangebote in Osterode

## Kursinformation und Anmeldung

VHS Göttingen Osterode gGmbH  
Geschäftsstelle Osterode am Harz  
Neustädter Tor 1-3, 37520 Osterode  
Tel: 05522 314411  
oha@vhs-goettingen.de  
vhs-goettingen.de/programm

*Für die nachfolgenden Kurse können Sie eine Unterstützung in Form des Weiterbildungsschecks bei der Koordinierungsstelle „Frauen & Wirtschaft“ beantragen.*

### TEXTVERARBEITUNG MIT WORD – ABER RICHTIG!

Word ist der Standard für professionelle Textverarbeitung. Lernen Sie in diesem Kurs die Techniken für eine effizientere Anwendung im beruflichen Umfeld kennen.

Leitung: Gunnar Grüneberg  
Di./Do. 05.11.–14.11.2024, 18.15–20.30 Uhr, 4 Termine;  
Osterode, VHS, Neustädter Tor 1-3  
Gebühr: € 65,00  
**Kurs 24H54040**

### EXCEL – GRUNDKURS

Excel ist der Standard für professionelle Tabellenkalkulation. Erwerben Sie die Grundkenntnisse in diesem wichtigen und vielseitigen Programm. Weitere Informationen auf unserer Website.

Leitung: Gunnar Grüneberg  
Di./Do. 10.09.–01.10.2024, 18.15–20.30 Uhr, 7 Termine;  
Osterode, VHS, Neustädter Tor 1-3  
Gebühr: € 109,00  
**Kurs 24H54240**





# Online Business-Impulse

FÜR UNTERNEHMERINNEN UND FRAUEN  
IN VERANTWORTUNGSPPOSITIONEN:  
WISSEN, INSPIRATION & AUSTAUSCH

Montags, v. 12.00–13.30 Uhr via Zoom

[https://wirtschaftsfrauen-suedniedersachsen.de/  
veranstaltungen/businessimpuls](https://wirtschaftsfrauen-suedniedersachsen.de/veranstaltungen/businessimpuls)



Eine Voranmeldung ist nicht nötig.

**09.09.2024**

Impuls von Marketa Burger:  
Die Potenziale der 50+  
Eine neue Generation Silver Age

**11.11.2024**

Impuls von Helle Faupel:  
Von Frauen geführt – Der Wandel der Industrie

Diese Veranstaltungen finden in Kooperaion von Loyal-  
works by Miriam Engel, der Koordinierungsstelle Frauen  
& Wirtschaft und dem Verbund „Frau & Betrieb“ statt.

# Jahresplan 02/2024

**AUGUST**

**16.08.24 17.00 UHR**

**BUSINESSBRILLIANZTAG FÜR UNTERNEHMERINNEN  
UND FRAUEN IN FÜHRUNG**

unter dem Motto „Nachhaltigkeit im Female Business“.  
Anmeldung sowie das komplette Programm unter:



[https://wirtschaftsfrauen-suednieder-  
sachsen.de/veranstaltungen/business  
brillianztag?idU=3](https://wirtschaftsfrauen-suednieder-sachsen.de/veranstaltungen/business-brillianztag?idU=3)

**SEPTEMBER**

**19.09.2024 18.00 UHR**

**VERBUND ZU GAST BEI DER VHS GÖTTINGEN OSTERODE**

Networking Nexus – mehr voneinander erfahren, mehr  
vom Verbund profitieren.

Anmeldung bis 13.09.24 unter [kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

**OKTOBER**

**24.10.2024 17.30 UHR**

**NETZWERK FRAUEN IN FÜHRUNG ZU GAST BEI DER  
STADT GÖTTINGEN**

„Global Leadership – Ein Erfahrungsbericht aus 10 Jahren  
Top Management eines Konzerns“

Anmeldung bis 21.10.24 unter [kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

**NOVEMBER**

**07.11.2024 17.00 UHR**

**3. TALKRUNDE „ERFOLGSFAKTOR FRAU:  
FRAUEN IN DIE AUFSICHTSRÄTE!“**

Mehr Info und Anmeldung (ab September 2024):  
[www.frauen-wirtschaft.de](http://www.frauen-wirtschaft.de)

**DEZEMBER**

**06.12.24 09.00–11.00 UHR**

**VERBUND ZU GAST IM FAMILIENZENTRUM ROSDORF:**

Elternzeitler\*innen aus den Mitgliedsunternehmen  
treffen sich im FaZe Rosdorf.

Mehr Info unter [www.frauen-wirtschaft.de](http://www.frauen-wirtschaft.de)

## Warum es sich lohnt, Mitglied des Verbundes „Frau und Betrieb“ zu sein?

### Vorteile für Unternehmen:

- Information und Austausch untereinander, um das Thema „Lebensphasenorientiertes Arbeiten/Familienfreundliche Personalpolitik“ gemeinsam voranzubringen.
- Fachliche Unterstützung der Mitgliedsbetriebe durch Coaching und Beratung zu Themen wie Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Pflege von Angehörigen.
- Öffentlichkeitsarbeit und Transfer guter Praxisbeispiele zur Verbesserung der Arbeitgeberattraktivität.

### Das Angebot für die beschäftigten Frauen und Elternzeitler\*innen

- Erhalt der beruflichen Qualifikation durch Weiterbildung und finanzielle Hilfe durch Weiterbildungsscheck
- Individuelle Beratung bei der Berufsrückkehr
- Kontakt halten zum Betrieb auch während der Elternzeit

Gerne stehen wir Ihnen für ein persönliches Gespräch zur Verfügung und schauen mit Ihnen gemeinsam, wie Ihre Personalpolitik noch familienfreundlicher werden kann. Gerne auch in Ihrem Unternehmen vor Ort.



Der überbetriebliche Verbund ist ein Zusammenschluss von zurzeit 35 Unternehmen aus unterschiedlichen Branchen mit dem Ziel, zukunftsorientierte Personalentwicklung zur Verbesserung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf umzusetzen. Frauen und Wirtschaft sind eine starke, zukunftsweisende Verbindung.

Dahingehend unterstützt die Geschäftsstelle durch ihre Angebote sowohl Unternehmen als auch Beschäftigte mit Familienpflichten.

### Der Vorstand

Heike Gutknecht (1.Vorsitzende)  
Eliane Krüger (stellv. Vorsitzende)  
Natalia Hefe (Geschäftsführung)

Kassenprüferin: Miriam Engel



Natalia Hefe  
Tel: 0551 400 2862  
kostelle@goettingen.de

Weitere Infos haben wir für Sie auch auf unserer Website zusammengestellt

[www.frauen-wirtschaft.de/frau-und-betrieb](http://www.frauen-wirtschaft.de/frau-und-betrieb)





# Sie...

...möchten Ihre Mitarbeiter\*innen halten und neue gewinnen?

...setzen in Ihrem Unternehmen familienfreundliche Maßnahmen um und würden sich gerne mit anderen darüber austauschen?

**Dann sind Sie in unserem Unternehmensnetzwerk „Frau & Betrieb“ e.V. richtig!**

**Ziel des Verbundes ist es, zukunftsorientierte Personalentwicklung und familienorientierte Beschäftigungsstrukturen zu fördern.**