



Berufliche Perspektiven Bildungsangebote für Frauen

1/2025



Kofinanziert von der
Europäischen Union



Niedersachsen



Marina Maksimenko, Jaqueline Demelis, Claudia Gerds

Herausgeber:

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft
Landkreis Grafschaft Bentheim
NINO-Allee 11 | 48529 Nordhorn

Kontaktpersonen:

Jaqueline Demelis, Marina Maksimenko, Claudia Gerds

Konzept und Design:

DoppelClic GmbH
Alfred-Mozer-Straße 50 | 48527 Nordhorn
www.dcwa.de | LGB24-0365

EIN WORT ZUM ANFANG – WEGE FINDEN

Nach einer beruflichen Auszeit in den Beruf zurückzukehren, benötigt eine gewisse Planung. Sie haben vielleicht neue Interessen und Fähigkeiten an sich entdeckt. Oder Vorstellungen entwickelt, die auf eine grundlegende Veränderung der Berufstätigkeit abzielen.

Nehmen Sie sich Zeit, um dies herauszufinden.

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft unterstützt Frauen, die sich beruflich weiterentwickeln wollen.

Unser Ziel ist es, Ihren beruflichen Erfolg zu sichern und den Wiedereinstieg nach der Familienphase zu optimieren. Zudem unterstützen wir Betriebe bei der Gewinnung ihrer Fachkräfte.

- Das Weiterbildungsprogramm wird kostenreduziert und zu familienfreundlichen Zeiten angeboten. Aktuelle Angebote und zusätzliche Veranstaltungen finden Sie auf der Homepage des Landkreises unter www.grafschaft-bentheim.de.
- Wir bieten Beratung und Informationen für Beschäftigte in der Elternzeit, Berufsrückkehrerinnen, arbeitssuchende Frauen und Personen, die aufgrund der Familienphase nicht erwerbstätig sind.
- Kooperationen mit dem Überbetrieblichen Verbund Grafschaft Bentheim e.V. sowie regionalen Weiterbildungsträgern.
- Einen individuellen Beratungstermin können Sie jederzeit vereinbaren (telefonisch oder per E-Mail).

Sie bilden sich weiter – wir betreuen Ihre Kinder

Bei Bedarf bieten wir zu Kursen (für die sie eine Förderung erhalten) eine kostenlose Kinderbetreuung an. Hierzu füllen Sie bitte im Förderantrag die Erklärung aus.



Organisatorisches

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft gewährt auf Antrag einen Zuschuss zu Kursgebühren bei Bildungsträgern, wenn der Inhalt des Kurses / der Veranstaltung einen direkten Bezug zu einer beruflichen Qualifizierung hat.

Anmeldebedingungen:

- Kurse können mit einem Zuschuss von max. 50 Prozent gefördert werden. Der Zuschuss ist gekoppelt an eine **persönliche Qualifizierungsberatung in der Koordinierungsstelle vorab**.
- Anmeldungen sind grundsätzlich zu allen Veranstaltungen erforderlich, entweder schriftlich (Formular im Anhang), telefonisch oder per E-Mail und sollten spätestens eine Woche vor Kursbeginn vorliegen. **Die Anmeldung ist verbindlich**. Wird eine Anmeldung nicht mindestens eine Woche vor Kursbeginn widerrufen, so wird die Gebühr auch bei Nichtteilnahme fällig.
- Die Kursgebühren für Kurse der Koordinierungsstelle werden per Rechnung erhoben.
- Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Sie werden benachrichtigt, wenn ein Kurs ausfallen sollte oder Terminänderungen notwendig sind. Veranstaltungen können bei zu geringer Beteiligung auch kurzfristig abgesagt werden.
- **Stellen Sie vor Kursbeginn den Antrag auf Förderung!** Sie können eine Ermäßigung beantragen, wenn Sie als Berufsrückkehrerin seit mindestens einem Jahr nicht mehr sozialversicherungspflichtig beschäftigt sind und keine Leistungen nach SGB II oder SGB III beziehen. Weiterhin gilt das Angebot für Elternzeitnehmende, geringfügig Beschäftigte (max. 556,00 €) und wenn Sie wegen der Familienphase nicht erwerbstätig sind. Ein Rechtsanspruch auf eine Förderung besteht nicht, da Gelder hierfür nur in begrenztem Rahmen zur Verfügung stehen. Den Förderantrag können Sie sich auf unserer Homepage herunterladen.
- Gebührenermäßigungen, die der Weiterbildungsträger gewährt, sind vorrangig geltend zu machen.
- Eine Kombination von Förderungen ist ausgeschlossen.
- Wenn Sie eine Förderung durch die Koordinierungsstelle erhalten, wird Ihnen vom Weiterbildungsträger nur der ermäßigte Kursbeitrag in Rechnung gestellt bzw. abgebucht.

Datenschutz

Hinweise zum Datenschutz finden Sie auf unserer Homepage
www.koordinierungsstelle.grafschaft-bentheim.de

- 3 Ein Wort zum Anfang – Wege finden
- 5 Organisatorisches

UNSER ANGEBOT

- 9 Kindertagespflege im Landkreis Grafschaft Bentheim
- 10 Individuelle Beratung
- 11 Bewerbungcheck
- 12 Integration und Vernetzung
- 12 Nach der Familienphase beruflich „Neu starten!“
- 13 Individuelle Beratung für geflüchtete Frauen/Migrantinnen in der FABI Nordhorn
- 15 Individuelle Beratung für geflüchtete Frauen/Migrantinnen in der Volkshochschule in Nordhorn



DER ÜBERBETRIEBLICHE VERBUND GRAFSCHAFT BENTHEIM E. V.

- 17 Der Überbetriebliche Verbund
- 18 Mitgliedsunternehmen



PERSÖNLICHE QUALIFIZIERUNG | ORIENTIERUNG | KARRIERE

- 21 Vorstellungsgespräche als Chance sehen & strategisch für sich nutzen
- 22 Brainpower in Highheels (oder Sneakern)!
- 24 Rechte von Frauen in Teilzeit und Minijob
- 25 Trennung und Scheidung – was ist zu beachten?
- 26 Jobsuche verstehen und überstehen
- 27 Raus aus dem Jobgefängnis, rein in den Traumjob
- 28 Die Arbeitswelt der Zukunft: Das New Work
- 29 Innere Souveränität im beruflichen Kontext
- 30 Meine Wechseljahre & ich
– ein erster Blick auf das Tabuthema
- 31 Mental-Load im Arbeitskontext und Privatleben
- 32 Lehrgänge



PÄDAGOGIK

- 35 Qualifizierung zur Kinder-Tagespflegeperson
- 36 Die Kleinsten ganz groß
- 37 Selbstbewusstsein und Resilienz
- 38 Nachhaltigkeit in der Kita
– Die Welt mit Kinderaugen sehen



SPRACHEN

- 41 Sprachkurse für den privaten und beruflichen Bereich



BUCHFÜHRUNG/EDV

- 43 Sorglos zum Finanzamt
- 44 Fit am eigenen Laptop
- 45 Fit für die Berufspraxis – EDV für Frauen
- 46 Word und Internet
- 47 Effizientes Arbeiten mit Word
- 47 Die KI als Schreibassistent
- 49 ChatGPT



KOMMUNIKATION

- 51 Die Kunst des Smalltalks:
Vom Small Talk zum Smart Talk
- 52 Stärke, Selbstvertrauen, Überzeugungskraft
und Durchsetzungsvermögen
- 53 Rhetorik für Frauen
- 55 Förderantrag/Anmeldung



Unser ANGEBOT



Kindertagespflege im Landkreis Graftschaft Bentheim

Was ist Kindertagespflege?

Die Kindertagespflege ist eine auf ihr Kind zugeschnittene zeitlich flexible Betreuungsform im familiennahen Umfeld. Qualifizierte Tagespflegepersonen betreuen vorrangig Kinder unter drei Jahren im eigenen Haushalt, im Haushalt der Eltern oder in anderen geeigneten Räumen.

Sie suchen eine Betreuungsmöglichkeit für Ihr Kind?

Das Familien Service Büro vor Ort unterstützt Sie gern bei Ihrer Suche nach einer geeigneten Tagespflegeperson für die Betreuung Ihres Kindes.

Den Mitarbeiterinnen sind die Tagespflegepersonen persönlich bekannt. Sie können Ihnen unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Bedürfnisse, wie z.B. Betreuungszeiten, pädagogischen Vorstellungen etc., eine qualifizierte Tagesmutter oder einen Tagesvater vermitteln.

Im Familien Service Büro erhalten Sie ebenfalls Auskünfte zu allen finanziellen Fragen rund um die Betreuung Ihres Kindes.

Ansprechpersonen in den Familien Service Büros

Stadt Nordhorn	Britta Becker, Christina Kruse	05921 963805 05921 963806
Stadt Bad Bentheim	Friedel Blume	05921 963721
Samtgemeinde Schüttorf	Ellen Tessin	05921 963731
Samtgemeinde Neuenhaus	Gerlinde Kalmer	05921 963740
Samtgemeinde Uelsen	Tabea Kamps	05921 963711
Samtgemeinde Emlichheim	Tanja Gysbers	05921 963701
Gemeinde Wietmarschen	Heike Grothues	05921 963750



Individuelle Beratung

Marina Maksimenko und Jaqueline Demelis, Projektleiterinnen der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft bieten eine kostenlose und vertrauliche Beratung an. In Einzelgesprächen wird individuell auf Ihre Fragen und Lebenssituation eingegangen und gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen gesucht. Das Beratungsangebot bezieht sich auf Themen wie:

- Planung der Elternzeit und Berufsrückkehr
- Wie lassen sich Beruf und Familie gut vereinbaren?
- Welche Weiterbildung ist sinnvoll und welche Unterstützung oder Förderung gibt es?
- Hilfestellung bei Bewerbungsunterlagen und -strategien
- Welche Rahmenbedingungen sind Ihnen für einen beruflichen Wiedereinstieg wichtig?

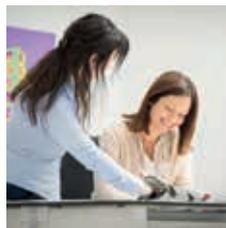
Beratungen vor Ort

Ergänzend bieten wir fortlaufend einmal monatlich donnerstagvormittags Beratungstermine von 08:30–10:00 Uhr im FSB in Emlichheim sowie von 10:30–12:30 Uhr im FSB in Uelsen und in der Zeit von 08:30–10:00 Uhr im FSB in Bad Bentheim sowie von 10:30–12:00 Uhr im FSB Schüttorf an.

Bitte vereinbaren Sie Ihren **Beratungstermin immer vorab telefonisch unter 05921 96-2302 oder per E-Mail unter koordinierungsstelle@grafschaft.de**. Die Termine in Nordhorn können Sie auch über die Homepage des Landkreises (www.grafschaft-bentheim.de) online buchen.

Termine

20. Februar 2025
 20. März 2025
 24. April 2025
 15. Mai 2025
 19. Juni 2025



Jaqueline Demelis

Telefon 05921 962303

E-Mail jaqueline.demelis@grafschaft.de

Marina Maksimenko

Telefon 05921 962314

E-Mail marina.maksimenko@grafschaft.de



Bewerbungcheck

Erfolgreich für sich werben – wie geht das heute? Vielfältige Wege führen zur neuen Arbeitsstelle. Per E-Mail, Post oder über firmeneigene Bewerbungsportale bewirbt man sich in der heutigen Zeit. Ihnen fehlt nach einer langen Pause aufgrund von Familien- oder Pflegezeit die Erfahrung? Sie haben Fragen rund um Bewerbungsunterlagen oder das Vorstellungsgespräch? Ob online oder auf Papier: Erstellen Sie eine Bewerbung, die überzeugt! Gerne unterstützen wir Sie! Vereinbaren Sie einen Termin.

Bereits vorhandene Bewerbungsunterlagen bitte mitbringen.

Nach der Familienphase beruflich „Neu starten!“ Sprechtage für Berufsrückkehrerinnen mit der Agentur für Arbeit Nordhorn

Mittwochs von 9 bis 12 Uhr informieren Berater der Agentur für Arbeit Nordhorn und Marina Maksimenko, Leiterin der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft beim Landkreis Grafschaft Bentheim gemeinsam über die Möglichkeiten des beruflichen Wiedereinstiegs.

Ort NINO-Hochbau, NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn,
Besprechungsraum der Wirtschaftsförderung.
Termine werden nach Bedarf vereinbart!

Weder für Mütter noch für Väter ist der Wiedereinstieg auf dem Arbeitsmarkt einfach. Berufliche Kenntnisse müssen aufgefrischt werden und oft mangelt es nach einigen Jahren Familienarbeit am beruflichen Selbstbewusstsein.

Eine optimale Berufsrückkehr hängt von vielen Faktoren ab, wie z.B. der Verwertbarkeit der beruflichen Qualifikation, den Angeboten auf dem regionalen Arbeitsmarkt, dem Wunsch nach Teilzeit oder Vollzeit und den Kinderbetreuungsangeboten in der Region, um nur einige der wichtigsten zu nennen.

Erforderlich für eine erfolgreiche Berufsrückkehr sind vor allem auch eine optimale Bewerbung und die Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch. Aktuelle Informationen sind dabei ein wichtiger Baustein auf dem Weg zur passenden Arbeitsstelle.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Zur Planung ist jedoch eine vorherige **Anmeldung unter der Telefonnummer 05921 962302 oder per E-Mail: koordinierungsstelle@grafschaft.de** erforderlich! Planen Sie ca. 1 Stunde für die Beratung ein.



Integration und Vernetzung

für geflüchtete Frauen aus der Ukraine und russischsprachige Frauen aus Osteuropa im Landkreis Grafschaft Bentheim

Gesprächsrunde

Wir unterstützen Sie dabei, Ihr Berufs- und Familienleben in Grafschaft erfolgreich aufzubauen. Sind Sie und Ihre Familie vor kurzem nach Deutschland gekommen? Sie sprechen „russisch“, aber leider noch zu wenig Deutsch? Sie haben einen qualifizierten Berufsabschluss und möchten berufliche Perspektiven? Sie suchen Kontakt zu anderen Zugezogenen? In einer lockeren Gesprächsrunde tauschen wir Erfahrungen aus, unterstützen uns gegenseitig und geben gezielt beruflichen Input. Wo kann ich Sprachkurse machen? Wo werden meine Abschlüsse anerkannt? Wie kann ich hier beruflich Fuß fassen? Wo finde ich eine Kinderbetreuung.

Termin Freitag, 25.04.2025, 10:00–12:30 Uhr (или: при необходимости мы так же можем встретиться после обеда с 15:00 до 17:00 часов)

Ort NINO-Hochbau, NINO-Allee 11, Besprechungsraum der Wirtschaftsförderung

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 10 Personen begrenzt (bei mehr Anmeldungen gibt es eine Warteliste). **Die Teilnahme ist kostenfrei.** Zur Planung ist jedoch eine vorherige **Anmeldung unter der Telefonnummer 05921 962314 oder per E-Mail: koordinierungsstelle@grafschafft.de** erforderlich!



Individuelle Beratung für geflüchtete Frauen/Migrantinnen

in der FABI Nordhorn

Sprachbarrieren oder die Angst vor unbekanntem Institutionen hindert geflüchtete Frauen/Migrantinnen oft daran, an Aktivierungs- und Qualifizierungsmaßnahmen teilzunehmen. Einige verfügen trotz Qualifizierung oder Berufserfahrung nicht über anerkannte Zeugnisse, entweder weil diese in ihrem Heimatland nicht üblich sind – oder aber die Dokumente sich nicht mehr im eigenen Besitz befinden. Der Wunsch nach Erwerbstätigkeit ist jedoch bei einer deutlichen Mehrheit dieser Frauen vorhanden. Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Erhebungen zeigen: Geflüchtete Frauen sind hoch motiviert zur gesellschaftlichen Teilhabe, benötigen aber aufgrund von „Startnachteilen“ besondere Unterstützung.

Daher sind Maßnahmen zur Berufsorientierung, Kompetenzfeststellung und Anerkennung ausländischer Abschlüsse enorm wichtig für den ersten Schritt ins Berufsleben. Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft vor Ort berät Sie gerne, welche Möglichkeiten bestehen. Weiterhin besteht das Angebot für alle Frauen mit Migrationshintergrund, die Fragen zur Ausbildung in Deutschland, dem Erwerb der deutschen Sprache sowie Anerkennung von ausländischen Berufsabschlüssen haben.

Bei Bedarf erfolgt die Beratung auch in russischer Sprache. Ansprechpartnerin: Marina Maksimenko, Telefon 05921 962314.

Консультационный центр по вопросам женщин и экономики. Консультации для женщин на темы: изучение языка в Германии, подтверждение диплома, трудоустройство и другое. Мы так же говорим по-русски.

Termin Montag, 24.02.2025, 09:30–11:30 Uhr

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich. Planen Sie ca. 1 Stunde für die Beratung ein!



Individuelle Beratung für geflüchtete Frauen/Migrantinnen

in der Volkshochschule in Nordhorn

Marina Maksimenko, Projektleiterin der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft bietet eine kostenlose individuelle und vertrauliche Beratung an. Das Beratungsangebot bezieht sich auf Themen wie: Wo kann ich mich beraten lassen, wenn ich mich beruflich neu orientieren oder in meinen Beruf zurückkehren möchte? Was gibt es an Alternativen zu meinem erlernten Beruf? Wie lassen sich Beruf und Familie gut vereinbaren? Welche Weiterbildung ist sinnvoll und welche Unterstützung oder finanzielle Förderungen gibt es? Welche Rahmenbedingungen sind Ihnen für einen beruflichen Wiedereinstieg wichtig?

Termine 01.04. und 24.06.2025

Bei Bedarf erfolgt die Beratung auch in russischer Sprache. Консультационный центр по вопросам женщин и экономики. Консультации для женщин на темы: изучение языка в Германии, подтверждение диплома, трудоустройство и другое. Мы так же говорим по-русски.

Marina Maksimenko, Telefon 05921 962314,
E-Mail marina.maksimenko@grafschaft.de
Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn, Raum 211



Der Überbetriebliche Verbund

Gemeinsam für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Unser Netzwerk verbindet Unternehmen, Institutionen und Vereine, welche die Graftschaft Bentheim in Bezug auf die Vereinbarkeit von Familie und Beruf weiterentwickeln und eine moderne, familienbewusste Lebens- und Arbeitswelt in der Region schaffen wollen.

- Das Nr. 1-Arbeitgeber-Netzwerk für Arbeit und Familie
- Für starke Unternehmen mit familienfreundlichen Arbeitsplätzen

Unsere Dienstleistungen

- Kostengünstige Schulungsangebote für Betriebsinhaber/-innen, Führungskräfte und Mitarbeiter/-innen
- Durchführung von Vortragsveranstaltungen und Netzwerktreffen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Innovative Ideen zu familienbezogenen Themen in der Arbeitswelt
- Zusammenbringen von Betrieben und Wiedereinsteigerinnen

Geschäftsführung

Jaqueline Demelis
NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn
Telefon 05921 962303
E-Mail jaqueline.demelis@grafschaft.de



Jaqueline Demelis

Der Vorstand des ÜBV

Dagmar Alf's
FA-NOH GmbH Gebäudereinigung



Dagmar Alf's

Andrea Moggert-Kemper
H. Klümper GmbH & Co. KG

Jaqueline Demelis
Kordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft



Andrea Moggert-Kemper

Beirat

Ralf Hilmes
Landkreis Graftschaft Bentheim

Heike Voget
Landkreis Graftschaft Bentheim



Ralf Hilmes

Die Kordinierungsstelle übernimmt die Geschäftsstellenarbeit für den Verbund. **Sprechen Sie uns an. Wir freuen uns auf Sie!**



Mitgliedsunternehmen

Wir sind dabei

- AWO Kreisverband Grafschaft Bentheim e.V.
- AXA Center Kai Ickerott e.K.
- bekuplast GmbH
- Bookholter Apotheke e.K.
- Caritas Sozialstation
- DILANO GmbH
- Evangelische Erwachsenenbildung
- Euregio Klinik Grafschaft Bentheim Holding GmbH
- Eylarduswerk Gildehaus e.V.
- FA-NOH GmbH Gebäudereinigung
- FEEL GOOD Beratung
- Finanz-Union AG
- Gemeinde Wietmarschen
- Grafschafter Nachrichten
- Grafschafter Technologie-Zentrum
- Grafschafter Volksbank eG
- Grams & Partner Wirtschaftsprüfer + Steuerberater
- Karkossa OHG
- Katholische Familienbildungsstätte
- Klümper GmbH & Co. KG
- Kreishandwerkerschaft Grafschaft Bentheim
- Kreissparkasse Grafschaft Bentheim
- Landkreis Grafschaft Bentheim
- Lebenshilfe gGmbH
- Linden-Apotheke
- Loepke Office Solutions e.K.
- Malteser Hilfsdienst e.V.
- Markt-Apotheke Uelsen
- Mehrgenerationenhaus Senfkorn
- Obremba + Partner Steuerberatungsgesellschaft
- Optidee Marketing GmbH
- Pflegeambulanz Löcken
- Pflegezentrum Nordhorn
- 3P Services GmbH & Co. KG
- Rappelkiste e.V.
- Rechtsanwälte Hewig & Partner
- Reinert-Ritz GmbH
- Samtgemeinde Neuenhaus
- Samtgemeinde Schüttorf
- SMART Coaching Sandra Lerch
- Soziale Dienste Nordhorn
- Stadt Bad Bentheim
- Stadt Nordhorn
- St. Vincenz-Haus GmbH
- Traytec GmbH
- Volksbank Niedergrafschaft eG
- Volkshochschule Grafschaft Bentheim
- Von Poll Immobilien Grafschaft Bentheim
- Wink Stanzwerkzeuge GmbH & Co. KG



Persönliche QUALIFIZIERUNG ORIENTIERUNG KARRIERE



Vorstellungsgespräche als Chance sehen & strategisch für sich nutzen

Onlineveranstaltung

Für viele fühlt sich ein Bewerbungsgespräch wie eine Prüfung an. Dabei ist es ein gegenseitiges Kennenlernen, ein Austausch auf Augenhöhe, wo Frau die Chance hat einen Eindruck zu gewinnen, ob das Unternehmen zu ihr passt. Um ein Vorstellungsgespräch effektiv für sich zu nutzen, ist eine gute Vorbereitung unabdingbar! In diesem Workshop erlernen Sie, wie Sie sich auf das Gespräch vorbereiten können, wie Sie das Gespräch strategisch für sich nutzen können, welche Fragen im Gespräch auf Sie zukommen könnten und wie Sie professionell und authentisch agieren können.

Termin	Dienstag, 25.03.2025, 19:00–20:30 Uhr
Ort	Online mit der Software „Zoom“
Leiterin	Anika Werner, AW Coaching, Bonn zusammen mit Julia Munak
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine vorherige Anmeldung per E-Mail ist jedoch bis zum 17.03.2025 erforderlich.



Anika Werner
AW Coaching, Bonn



Brainpower in Highheels (oder Sneakern)!

Workshop-Reihe

In einer Welt, die von Wandel und Unsicherheit geprägt ist, verwundert es nicht, dass Agilität* von Führungskräften regelmäßig als wichtigste Eigenschaft genannt wird, um in wachsenden Organisationen erfolgreich zu sein. Allerdings haben längst nicht alle gelernt, wie genau sie diese Agilität abrufen und anwenden können – besonders dann, wenn sie mit Krisen konfrontiert werden. Es ist eine Sache, sich reaktiv auf eine neue Realität einzustellen und eine andere, inmitten einer Krise proaktiv darüber nachzudenken, was als nächstes kommt, um dem Wandel voraus zu sein, anstatt ihm hinterherzulaufen.

Dieses Programm hat das Ziel, weiblichen Führungskräften eine tiefgreifende Einsicht in ihre Denkpräferenzen zu bieten und gleichzeitig die Verbindung zwischen Denken, Kommunikation und Handeln zu stärken. Die Teilnehmerinnen werden dabei unterstützt, ihre Denkweise zu optimieren und so befähigt, als starke und authentische Führungskräfte zu agieren und ein agiles Mindset zu entwickeln.

Als Grundlage dient die Durchführung einer **HBDI® Denkstilanalyse**. Es zeigt Menschen, wie sie Ihr ganzes Gehirn nutzen können, nicht nur die Denkstile, die sie am häufigsten bevorzugen. Mit Hilfe des HBDI®-Einzelprofils wird das vorhandene Potenzial analysiert.

Denkpräferenzen verstehen: Individuellen Denkpräferenzen mithilfe des HBDI-Modells erkennen und verstehen.

Effektive Kommunikation entwickeln: Durch die Erkenntnis der Denkpräferenzen lernen die Teilnehmerinnen, wie sie ihre Kommunikation anpassen können, um effektiver mit verschiedenen Persönlichkeitsstilen zu interagieren.

Führungsexzellenz fördern: Führungsfähigkeiten der Teilnehmerinnen stärken. Vermittlung von Werkzeugen und Erkenntnissen, um Teams besser zu verstehen und zu leiten.



Selbstreflexion und Wachstum: Reflexion der eigenen Stärken und Identifizierung von Entwicklungsbereichen und Ausbau des Führungspotenzials.

Vernetzung und Erfahrungsaustausch: Der Workshop bietet Raum für Networking und den Austausch von Erfahrungen zwischen erfolgreichen Frauen in Führungspositionen.

*Agilität: Die Fähigkeit, sich schnell und flexibel über die eigenen Denkpräferenzen und Vorurteile hinwegzusetzen und sich neuen Umständen anzupassen.

Termine	Donnerstag, 20.03., 24.04. und 22.05.2025, 09:00–16:00 Uhr
Ort	NEW.WORK SPACE, Bosinks Kamp 5, 48529 Nordhorn
Referentin	Sandra Lerch, SMART Coaching
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	750,00 €/ermäßigt 400,00 €
Anmeldeschluss	12.03.2025



Sandra Lerch
SMART Coaching



Rechte von Frauen in Teilzeit und Minijob

Informationsabend

Arbeiten Sie in Teilzeit oder in einem Minijob? Auch für Sie gilt das Arbeits- und Sozialrecht!

Teilzeitbeschäftigte – dazu zählen auch geringfügig Beschäftigte im Minijob – dürfen gegenüber Vollzeitbeschäftigten nicht benachteiligt werden, das ist im Teilzeit- und Befristungsgesetz gesetzlich festgelegt.

An diesem Abend können Sie sich über die wichtigsten Regelungen und Rechte informieren, von denen Sie vielleicht glauben, dass sie Ihnen nicht zustehen wie:

- Mindestlohn
- Feiertagsvergütung
- bezahlter Erholungsurlaub
- Lohnfortzahlung im Krankheitsfall
- Einhaltung der Kündigungsfrist und ggf. Kündigungsschutz
- Rentenversicherung
- Mutterschaftsgeld
- Elterngeld und Elternzeit

Nach einer kurzen Einführung durch die Dozentin werden Ihre Fragen diskutiert und beantwortet.

Die Veranstaltung richtet sich ausschließlich an Frauen, da in Teilzeit und in Minijobs überwiegend Frauen arbeiten.

Termin	Donnerstag, 20.03.2025, 19:00–20:30 Uhr
Ort	NINO-Hochbau, NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn, Besprechungsraum der Wirtschaftsförderung
Leiterin	Rechtsanwältin Zamirah Rabiya, Nordhorn
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine Anmeldung ist bis zum 13.03.2025 erforderlich.



Trennung und Scheidung – was ist zu beachten?

Informationsabend

Was sollte eine Frau bei einer Trennung/Scheidung beachten? Was ist mit den Kindern, dem gemeinsamen Haus und eventuellen Schulden? Wie wird der Unterhalt nach einer Trennung geregelt? Muss die Frau eine bezahlte Arbeit aufnehmen? Welche rechtlichen und finanziellen Hilfen gibt es? Welche Vor- und Nachteile beinhalten ein gemeinsames Sorgerecht? Welchen Regelungen zum Umgang können getroffen werden?

Viele Fragen und Unsicherheiten tun sich auf bei einer Trennung oder Scheidung. Die Themenschwerpunkte werden sich an den Wünschen der Zuhörerinnen orientieren.

Die Veranstaltung ist ausschließlich für Frauen.

Termin	Donnerstag, 08.05.2025, 19:00–20:30 Uhr
Ort	NINO-Hochbau, NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn, Besprechungsraum der Wirtschaftsförderung
Leiterin	Rechtsanwältin Zamirah Rabiya, Nordhorn
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine Anmeldung ist bis zum 01.05.2025 erforderlich.



Jobsuche verstehen und überstehen

Onlineseminar

Was braucht es für eine erfolgreiche Jobsuche?

- Wie unterscheiden sich die Suche des Arbeitgebers von der Suche des Arbeitnehmers?
- 10+1 Möglichkeiten, sich optimal aufzustellen
- Besondere Herausforderungen bei der Jobsuche und wie man sie meistert z.B.: persönliche Dispositionen (Alter, Qualifikation, Schüchternheit, Behinderungen, Lücken im Lebenslauf, Vorbestrafung...)

Termin	Mittwoch, 23.04.2025, 09:00–11:00 Uhr
Ort	Online mit der Software „Zoom“
Leiterin	Carsten Goldberg, Goldberg Life Vision, Hamburg
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine Anmeldung ist bis zum 15.04.2025 erforderlich.

Fotograf Fabijan Vuksic



Carsten Goldberg
Goldberg Life Vision, Hamburg



Raus aus dem Jobgefängnis, rein in den Traumjob

Online-Workshop

- Auszüge aus „Jobsuche verstehen und überstehen“
- (Un-)Zufriedenheits-Checkup
- Stärkenanalyse
(Zusatzkosten für Fremdportal von 28 € pro Person)
- Selbst-/Fremdwahrnehmung
- Identifizierung von Werten, Fähigkeiten und Leidenschaften
- Zielfindung
- Strategieplan

Für wen ist dieser Workshop?

Menschen, die sich umfassend über ihre Ziele klarwerden möchten, Begleitung bei ihren Veränderungsprozessen wünschen/benötigen, die sich beruflich umorientieren möchten/müssen, die den nächsten Schritt in ihrer Karriere machen möchten, die beruflich (noch) mehr wollen.

Bei Interesse an einem Einzelcoaching wenden Sie sich bitte direkt an den Referenten (Carsten Goldberg, Tel. 040 81992090, E-Mail: kontakt@carstengoldberg.de)

Termine	Donnerstag, 08.05.2025 und Freitag, 09.05.2025, 09:00–16:00 Uhr
Ort	Onlineseminar mit der kostenlosen Software „Zoom“
Leiter	Carsten Goldberg, Goldberg Life Vision, Hamburg
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine Anmeldung ist bis zum 30.04.2025 erforderlich.



Die Arbeitswelt der Zukunft: Das New Work

Tagesseminar

Wie können wir die Arbeitswelt der Zukunft gestalten? Welche Herausforderungen kommen auf uns zu? Lernen Sie den Ansatz von „New Work“ kennen und entdecken Sie transformative Strategien und Methoden, um die Arbeitswelt neu zu gestalten.

Wir geben Einblicke in das New Work Mindset, innovative Rekrutierungsstrategien, inspirierende Führungsstile im Rahmen von New Leadership und praxisnahe Organisationsentwicklung-Tipps. Rüsten Sie sich mit dem Wissen und den Werkzeugen aus, um in der modernen Arbeitslandschaft erfolgreich zu sein und Strategien im Wettbewerb um die besten Fachkräfte entwickeln zu können.

Termin	Donnerstag, 12.06.2025, 09:00–16:30 Uhr
Ort	NINO-Hochbau, NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn, Raum Povel
Referentin	Sarah Fays, Experte für New Work und Beraterin für Organisationen und Führungskräfte Gründerin von FAYS people and culture consulting
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	220,00 €/ermäßigt 110,00 €



Sarah Fays
Gründerin von FAYS | people and
culture consulting



Innere Souveränität im beruflichen Kontext

Onlineveranstaltung

Du wirst immer wieder unterbrochen? Man hört dir gar nicht zu? Dein Gegenüber überschreitet deine Grenzen? Dein Nein wird nicht gehört? Und immer wieder diese viel zu hohen Erwartungen? – Wie schön wäre es da, nicht gleich verärgert, enttäuscht, überfordert oder resigniert zu sein, sondern klar in der Sache, entspannt im Tonfall, eindeutig in der Aussage und im besten Fall auch noch wohlwollend der anderen Person gegenüber. Wir möchten dich zu mehr Klarheit, eindeutiger Selbstführung und damit Selbstwert-schätzung einladen, indem wir dir in einem Impuls-Online-Workshop kleine Tools an die Hand geben, die dich auf schwierige Gespräche souverän vorbereiten und dich schlagfertig reagieren lassen.

Termin	Mittwoch, 02.04.2025, 19:00–20:30 Uhr
Ort	Online-Seminar mit der kostenlosen Software „Zoom“
Referentin	Anika Werner, AW Coaching, Bonn zusammen mit Julia Munak
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine vorherige Anmeldung per E-Mail ist jedoch bis zum 25.03.2025 erforderlich.



Meine Wechseljahre & ich – ein erster Blick auf das Tabuthema

Onlineseminar

Du nimmst körperliche Veränderungen oder ein emotionales Auf und Ab wahr und bist über 40? Vielleicht zeigen sich die ersten Anzeichen deiner Wechseljahre! Über diese sehr besondere Lebensphase wird leider immer noch viel zu wenig gesprochen – sei es gesellschaftlich, noch im privaten Kontext und viele Frauen haben keine oder eher irreführendes Wissen über Wechseljahre. Im Rahmen dieses Themenabends wollen wir erste Fragen klären, die verschiedenen Phasen der Wechseljahre und mögliche Beschwerden besprechen und eine Bestandsaufnahme machen. Die Teilnehmerinnen bekommen zahlreiche Tipps für die individuelle Auseinandersetzung mit einem Thema, dass uns alle angeht!

Termin	Mittwoch, 07.05.2025, 19:00–20:30 Uhr
Ort	Onlineseminar mit der kostenlosen Software „Zoom“
Referentin	Anika Werner, AW Coaching, Bonn
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine vorherige Anmeldung per E-Mail ist bis zum 29.04.2025 erforderlich.



Mental-Load im Arbeitskontext und Privatleben

Onlineveranstaltung

Tagtäglich nehmen wir uns ihr an: unserer To-Do- Liste. Aber über all den anstehenden Aufgaben im Job, im Haushalt und als Familienmanagerin kommen oft unterbewusst noch To-Dos dazu – meistens Aufgaben, für die wir „offiziell“ keinen Auftrag bekommen haben. An diesem Themenabend setzen wir uns mit den Fragen auseinander: „Welche mentale Belastungen trage ich in meinem Berufs- und Privatleben? Welche Aspekte dieses Mental-Load, wie es in der Forschung heißt, bin ich weiter bereit zu tragen und wie kann ich mich von ungeliebten, unbewussten Aufgaben abgrenzen?“

Termin	Dienstag, 03.06.2025, 19:00–20:30 Uhr
Ort	Onlineseminar mit der kostenlosen Software „Zoom“
Referentin	Anika Werner, AW Coaching, Bonn
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail koordinierungsstelle@grafschaft.de
Gebühren	Gebührenfrei – eine vorherige Anmeldung per E-Mail ist bis zum 25.05.2025 erforderlich



Lehrgänge

Verschiedene Weiterbildungsträger in der Grafschaft Bentheim bieten längerfristige Fortbildungsmaßnahmen an, in denen Sie eine zusätzliche Qualifikation erwerben können. Nähere Informationen zu den Kursinhalten erhalten Sie bei den Anbietern.

Titel Finanzbuchhalter/in mit Zertifikat

Kurs-Nr. 5810
Termine Montag/Mittwoch,
ab 10.02.2025, 18:30–21:30 Uhr
Ort Volkshochschule, Raum 205
Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Telefon 05921 83650

Titel Ausbildung der Ausbilder kompakt

Kurs-Nr. 5800
Termine Dienstag/Donnerstag, ab 22.04.2025,
18:30–21:30 Uhr
Ort Volkshochschule, Raum 205
Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Telefon 05921/83650

Titel Geprüfte/r Wirtschaftsfachwirt/in (IHK)

Kurs-Nr. 5803
Termin Dienstag, ab 29.04.2025, 18:30–21:30 Uhr
Ort Volkshochschule, Raum 205
Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Telefon 05921/83650

Titel Betreuungskraft für Pflegebedürftige nach § 53c SGB XI

Kurs-Nr. 3038
>> Infoabend Donnerstag, 06.03.2025, 18:00 Uhr
Ort Volkshochschule, Raum 115
Termin Mittwoch, 07.05.2025, 18:00–21:00 Uhr
Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Telefon 05921 83650

Titel Heilpraktiker/in

Kurs-Nr. 3031
Termine Ab Herbst 2025, 19:00–21:15 Uhr
Ort Volkshochschule, Raum 215
Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Telefon 05921 83650

Titel Palliative Care

Kurs-Nr. 3009
Termine Ab 31.03.2025, 08:30–17:00 Uhr
>> Infoabend Donnerstag, 13.03.2025, 18:00 Uhr,
Volkshochschule, Raum 114
Ort Volkshochschule, Raum 114
Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Telefon 05921 83650



Qualifizierung zur Kinder-Tagespflegeperson

Kinder-Tagespflegepersonen betreuen als Tagesmütter/-väter entweder in ihrer eigenen Familie Kinder berufstätiger Eltern oder im Haushalt des Kindes oder in anderen geeigneten Räumen (auch Großtagespflegestellen). Er wird in Zusammenarbeit mit dem Jugendamt des Landkreises Grafschaft Bentheim durchgeführt. Die Qualifizierung vermittelt angehenden oder bereits tätigen Tagesmüttern/-vatern pädagogische Kenntnisse und praktisches Handwerkszeug für den Erziehungsalltag. Der Lehrgang basiert auf dem gemeinsamen Konzept des Bundesverbandes für Kindertagespflege e.V. und des Deutschen Jugendinstituts (DJI).

Inhalte sind u.a.:

- Kinderbetreuung bei einer Tagesmutter: Anforderungen, Aufgaben, Pflichten und Rechte
- Erziehung, Förderung und Betreuung der Kinder
- Kooperation und Kommunikation mit den Eltern
- Probleme in der Tagespflege und ihre Bewältigung
- Erste Hilfe für Kleinkinder, Gesunde Ernährung, Sicherheit im Haushalt
- Erstellung einer Bewerbungsmappe

Es gelten folgende Zuschussregelungen:

Das Jugendamt übernimmt von der Gesamtsumme in Höhe von 790 € einen Beitrag von 711 €, somit beträgt der Eigenanteil nur 79 €. Voraussetzung ist, dass Sie sich rechtzeitig vor der Anmeldung bei dem zuständigen Jugendamt oder in dem Familienservicebüro Ihres Wohnortes vorstellen. Vorzuweisen ist ein Abschlusszeugnis der Hauptschule und eine Bescheinigung des zuständigen Familienservicebüros. Die Qualifizierung umfasst insgesamt 160 Unterrichtsstunden und eine Abschlussveranstaltung.

Kurs-Nr. 1606

- Information [Es wird eine Interessentenliste geführt](#)
Ort [Volkshochschule, Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn, Raum 114](#)
Leitung [Dozententeam](#)
Anmeldung [Volkshochschule Grafschaft Bentheim
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Telefon 05921 83650
E-Mail \[info@vhs-nordhorn.de\]\(mailto:info@vhs-nordhorn.de\)](#)



Die Kleinsten ganz groß

Zertifikatskurs für Fachkräfte in der Kleinstkindpädagogik

Das Tagesbetreuungsbaugesetz sieht einen qualifizierten und bedarfsgerechten Ausbau der Kinderbetreuung vor, insbesondere für Kinder unter drei Jahren. Hierzu gehört auch die Weiterqualifizierung der Erzieher/-innen.

Die frühkindliche Forschung belegt den Stellenwert der frühen Förderung. Gerade in den ersten Lebensjahren verfügen Kinder über ein erhebliches Lernpotential, das für ihre emotionale, soziale und kognitive Entwicklung besser genutzt werden kann. Eine solche Förderung kann jedoch nur gelingen, wenn sie sich an nachprüfbar Qualitätsmaßstäben orientiert. Kinder unter drei Jahren haben aber ganz andere Bedürfnisse als Kinder über drei. Diese berufsbegleitende Qualifizierung bereitet auf die Herausforderung mit der Arbeit mit den Kleinsten vor. Im Kurs werden Schlüsselsituationen aus dem Krippen- und Gruppenalltag analysiert. Daraus werden Pädagogik und Konzeption entwickelt.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- die Entwicklung von Kindern unter 3 Jahren
- gesetzliche Rahmenbedingungen/räumliche Bedingungen
- Eingewöhnungsmodelle/Erziehungspartnerschaft mit Eltern
- Umsetzung der Betreuung und Bildung U3
- Wahrnehmungsförderung von 0–3 Jahren
- Sprachentwicklung und Sprachförderung
- Die Rolle der pädagogischen Fachkräfte
- Konzeptentwicklung in Kindertagesstätten

Nach regelmäßiger Teilnahme und einer abschließenden Prüfung wird ein Zertifikat vergeben.

Kurs-Nr. **0806a**

Kursbeginn	Freitag, ab 28.02.2025, 09:00–12:15 Uhr, 7 Termine
Ort	Kath. Familienbildungsstätte, Steinmaate 2, 48529 Nordhorn, Seminarraum 1
Leitung	Suzanne von Melle und Dozententeam
Anmeldung	Kath. Familienbildungsstätte, Steinmaate 2, 48529 Nordhorn Telefon 05921 89910 E-Mail Anmeldung@FABI-Nordhorn.de
Kosten	640,00 €



Selbstbewusstsein und Resilienz

Workshop für pädagogische Fachkräfte

Die Arbeit mit Kindern und deren Eltern erfordert eine hohe Belastbarkeit, bei pädagogischen Fachkräften. Dies führt oft zu großem Stress, welcher oft zu psychischen und körperlichen Erkrankungen führt. Resilienz kann dabei helfen mit diesem Stress, besser umzugehen. „Resilienz kann als psychische Widerstandskraft bezeichnet werden. Es ist die Fähigkeit schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen, sich also gut angesichts von Widrigkeiten, Trauma, Bedrohungen oder anderen wesentlichen Quellen von Stress anpassen zu können.“

Resilienz verhilft dazu:

- Stressresistenter zu sein
- Anpassungsfähiger zu sein
- Die eigenen Stärken besser zu nutzen
- Selbstbewusster zu sein
- Die eigene Stimmung besser zu kontrollieren
- Mit Problemen positiv umzugehen
- An sich selbst zu glauben
- Gezielt Rat und Hilfe anderer zu nutzen, wenn man nicht weiterkommt
- Probleme als Herausforderungen anzunehmen und mutig zu lösen

Kurs-Nr. **0819a**

Kursbeginn	Donnerstag, 13.03.2025, 09:00–16:00 Uhr
Ort	Kath. Familienbildungsstätte, Steinmaate 2, 48529 Nordhorn, Seminarraum 1
Leitung	Sabrina Berning
Anmeldung	Kath. Familienbildungsstätte, Steinmaate 2, 48529 Nordhorn Telefon 05921 89910 E-Mail Anmeldung@FABI-Nordhorn.de
Kosten	118,00 €/ermäßigt 59,00 €



Nachhaltigkeit in der Kita – Die Welt mit Kinderaugen sehen

Konzeptentwicklung für Nachhaltigkeit in der Kita am Beispiel eines Miniprojekts

Unsere Eine Welt ist stärker vernetzt als je zuvor. Jeden Tag legen Konsumprodukte tausende von Kilometern zurück, um auf unseren Tellern, in unseren Wohnzimmern oder unseren Kleiderschränken zu landen.

Oft bleiben die globalen Spuren in unserem privaten und beruflichen Alltag eher unbemerkt. Zu groß die Verlockung, möglichst viel möglichst günstig zu konsumieren.

Es bleibt scheinbar immer weniger Zeit, sich mit dem Ursprung dieser Produkte zu befassen. Wer hat meine Jeans hergestellt? Unter welchen Bedingungen wurden die Orangen für meinen O-Saft oder der Kakao für meine Lieblingsschokolade angebaut? Und gibt es Alternativen?

Mit verschiedenen aktivierenden Methoden wollen wir herausfinden, wie es gelingen kann, im pädagogischen Arbeitsalltag mit Kindern globale Spuren zu entdecken und mehr globale Achtsamkeit einzuüben und zu praktizieren.

In einer praxisorientierten Werkstattphase erarbeiten wir ein Mini-projekt, was sich mit ein paar Hilfsmitteln kinderleicht in der Kita umsetzen lässt.

Kurs-Nr.	0813b
Kursbeginn	Mittwoch, 14.05.2025, 09:00–16:00 Uhr
Ort	Kath. Familienbildungsstätte, Steinmaate 2, 48529 Nordhorn, Seminarraum 1
Leitung	Lena Schoemaker
Anmeldung	Kath. Familienbildungsstätte, Steinmaate 2, 48529 Nordhorn Telefon 05921 89910 E-Mail Anmeldung@FABl-Nordhorn.de
Kosten	118,00 €/ermäßigt 59,00 €





Sprachkurse für den privaten und beruflichen Bereich

Die Sprachkurse der VHS Grafschaft Bentheim bieten Kurse in 9 Sprachen zum Erwerben, Auffrischen und Vertiefen von Sprachkenntnissen

- für die berufliche Weiterbildung
- zum Kennenlernen von Sprache, Land und Leuten
- für zügiges oder geruhames Lernen
- mit Prüfungsabschluss

Es gibt Kurse in verschiedenen zeitlichen Varianten: 1 x wöchentlich vormittags oder abends über einen Zeitraum von 10 bis 15 Wochen, kompakt am Wochenende oder als Intensivwoche (als Bildungsurlaub).

Sie können gern in bereits laufende Kurse einsteigen. Lassen Sie sich vorab beraten, welcher Kurs zu Ihnen passt!

Angebote finden Sie unter www.vhs-nordhorn.de.

Information und Beratung:

Kaire Kivisalg-Straukamp, Telefon 05921 8365-18 oder per E-Mail info@vhs-nordhorn.de

Eine anteilige Übernahme der Kosten ist für Kundinnen der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Landkreis Grafschaft Bentheim bei Vorlage der persönlichen Voraussetzungen möglich.



Sorglos zum Finanzamt

Buchführung leicht gemacht

Die meisten Existenzgründer/innen, Kleinunternehmen, Freiberufler/innen und nebenberuflich Selbständigen praktizieren die „einfache Buchführung“, das heißt die Aufzeichnung und Gegenüberstellung von Einnahmen und Ausgaben des Betriebes. Daraus ergibt sich der Jahresabschluss der nicht buchführungspflichtigen Unternehmer/innen, die Einnahmen-Überschuss-Rechnung.

Der Workshop möchte Gründer/innen und Unternehmer/innen in die Lage versetzen, die Buchführung und den Jahresabschluss selbst erstellen zu können und ihn zu verstehen. Selbst wenn man sich später entscheidet, diese Arbeit einer Buchhaltungskraft bzw. dem Steuerberater zu übertragen, so sind die Unternehmer/innen nach diesem Workshop in der Lage, Zahlen und Vorgänge zu hinterfragen.

Inhalte des kompakten theoretischen Abschnitts sind u.a.: gesetzliche Grundlagen der Buchführung, Prinzip der einfachen Buchführung, Belegwesen, Rechnungsinhalte, Betriebseinnahmen und -ausgaben, Abschreibung sowie Einkommen-, Gewerbe- und Umsatzsteuer und die Kleinunternehmerregelung.

Daran schließt sich der praktische Teil an, in dem die Teilnehmer/innen anhand eines fiktiven Unternehmens die laufende Buchführung, die Erstellung der Umsatzsteuer-Voranmeldung sowie den Jahresabschluss mit Einnahmen-Überschuss-Rechnung und Steuererklärungen üben bzw. erlernen können.

Die Teilnehmer/innen erhalten begleitende Unterlagen, Arbeitsmaterialien und eine Teilnahmebescheinigung.

Kurs-Nr. 5754

Termine **Freitag, 20.06.2025, 13:00–21:00 Uhr (Theorie)**
Samstag/Sonntag, 21./22.06.2025,
09:00–17:00 Uhr (Praxis)

Ort **GTZ Schulungsraum**
Enschedestraße 14, 48529 Nordhorn

Leiter **Andreas Muchowitsch**

Anmeldung **Grafschafter TechnologieZentrum**
Enschedestraße 14, 48529 Nordhorn
Telefon 05921 8790; E-Mail info@gtz.info

Gebühren **Kompletter Workshop 120,00 €,**
nur theoretischer Teil 75,00 €
Ermäßigt 60,00 € / 37,50 €



Fit am eigenen Laptop

Kurs mit Internet und E-Mail

Für alle, die nach einer kompakten und systematischen Einführung in die Internet- und E-Mail-Nutzung am eigenen Laptop suchen.

Inhalte

- Einstieg in das Thema Internet
- Theorie und Begriffe
- Umgang mit dem Browser
- Einführung in die Nutzung von Suchmaschinen
- Downloads
- E-Mails

Voraussetzung

Grundkenntnisse in der Anwendung von Windows, Kenntnisse in der Dateiverwaltung

Bitte bringen Sie Ihr Gerät vollgeladen zusammen mit dem eigenen Netzteil mit. Bitte denken Sie auch daran, Ihre Zugangsdaten für Ihr E-Mail-Konto mitzubringen. Falls Sie keinen Laptop besitzen, können Sie auch die PCs der Volkshochschule nutzen.

Kurs-Nr.	5108
Termine	Mittwoch, 26.03.2025, 15:00–17:15 Uhr, 6 Termine
Ort	Volkshochschule Grafschaft Bentheim, Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn Raum 204
Leiter	Thomas Adriaans
Anmeldung	Volkshochschule Grafschaft Bentheim Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn Telefon 05921 83650 E-Mail info@vhs-nordhorn.de
Gebühren	85,00 €/ermäßigt 42,50 €



Fit für die Berufspraxis – EDV für Frauen

Word, Excel, PowerPoint, Outlook

Nicht nur Berufsrückkehrerinnen können hier ihre EDV-Kenntnisse systematisieren, aktualisieren und erweitern.

Inhalte

- Word (Formatierung, Tabellen, Seriengestaltung)
- Excel (Dateneingabe, Formeln, Funktionen)
- PowerPoint (Präsentation erstellen mit Texten, Bildern, Tabellen)
- Outlook (E-Mails, Adress- und Terminverwaltung)

EDV-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt.

Kurs-Nr.	5209
Termine	Mittwoch, ab 05.02.2025, 08:30–11:45 Uhr
Ort	Volkshochschule Grafschaft Bentheim, Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn Raum 204
Leiterin	Ingrid Buitkamp
Anmeldung	Volkshochschule Grafschaft Bentheim Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn Telefon 05921 83650 E-Mail info@vhs-nordhorn.de
Gebühren	146,70 € / ermäßigt 73,35 €



Effizientes Arbeiten mit Word

In diesem Kurs geht es um Format- und Dokumentvorlagen und Serienbriefe.

- Vertiefung des Basiswissens
- Formatvorlagen erstellen, nutzen und bearbeiten
- Anspruchsvolle Dokumentvorlagen erstellen und einsetzen

Kurs-Nr. 5255

Termine Montag, ab 28.04.2025, 08:30–12:30 Uhr

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Raum 203

Leiterin Andrea Bartsch

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Telefon 05921 83650
E-Mail info@vhs-nordhorn.de

Gebühren 100,00 €/ermäßigt 50,00 €

Word und Internet

für Frauen am Vormittag

Der Kurs baut auf Kenntnissen aus einem EDV-Grundlagenkurs oder auf vergleichbarem Vorwissen auf.

Er vermittelt Kenntnisse in der Textverarbeitung mit MS Word und zeigt das Arbeiten mit dem Internet.

Kurs-Nr. 5224

Termine Freitag, ab 07.02.2025, 08:30–11:45 Uhr

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Raum 204

Leiterin Ingrid Buitkamp

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Telefon 05921 83650
E-Mail info@vhs-nordhorn.de

Gebühren 100,00 € / ermäßigt 50,00 €

Die KI als Schreibassistentz

Vielleicht haben Sie schon von ChatGPT gehört? In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie ChatGPT und andere Tools nutzen können, um Texte zu schreiben. Von der ersten Idee bis zur Korrektur des fertigen Dokuments kann KI Ihnen dabei helfen, optimale Ergebnisse zu erzielen.

Bitte bringen Sie Ihr Notebook und Ihr Smartphone zur Veranstaltung mit.

Kurs-Nr. 5352

Termine Mittwoch, 12.02.2025, 19:00–21:15 Uhr

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim,
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Raum 206

Leiterin Silvia van den Berg

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Telefon 05921 83650
E-Mail info@vhs-nordhorn.de

Gebühren 45,00 € / ermäßigt 22,50 €



ChatGPT

Onlineveranstaltung

Ein Chatbot wie ChatGPT ist ein textbasiertes Dialogsystem, das Chatten mit einem technischen System erlaubt. ChatGPT ist ein großes, generatives Sprachmodell, das auf künstlicher Intelligenz beruht. Entwickler OpenAI.

Vom Kundenservice, über digitale Kaufberatung oder Marketing, die Einsatzgebiete sind vielfältig. Sie können neue Ideen sammeln, Aufgaben lösen, Programmieren oder einfach Texte schreiben. ChatGPT kann fast alle Aspekte des Geschäftslebens verbessern.

Wie funktioniert so ein Bot? In diesem Kurs loggen wir uns ein und legen los.

- Termine **Mittwoch, 25.06.2025, 17:00–19:00 Uhr**
Ort **Online-Seminar**
Leiterin **Merle Hübner, Braunschweig**
Anmeldung **Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft,
NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn,
Telefon 05921 962302,
E-Mail koordinierungsstelle@grafschafft.de**
Gebühren **Gebührenfrei – eine vorherige Anmeldung per
E-Mail ist jedoch bis zum 15.06.2025 erforderlich.**



Merle Hübner



Die Kunst des Smalltalks: Vom Small Talk zum Smart Talk

Onlineseminar

Inhalte:

- den Gesprächseinstieg finden
- Kontakte sicher aufbauen, auch zu Fremden
- Ihr (Arbeits-) Leben interessant gestalten und darüber reden
- spontan und unterhaltend sein
- offene und versteckte Komplimente machen
- kreativer werden und phantasievoller formulieren

Kurs-Nr. 1702

Termine Donnerstag, 06.02.2025, 18:30–21:30 Uhr

Ort Online am PC / Notebook

Leiterin Matthias Dahms

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Telefon 05921 83650
E-Mail info@vhs-nordhorn.de

Gebühren 65,00 €/ermäßigt 32,50 €



Stärke, Selbstvertrauen, Überzeugungskraft und Durchsetzungsvermögen

Onlineseminar

Inhalte:

- Ge- und Verbote für eine starke Persönlichkeit
- vom Mut aus dem Schatten herauszutreten
- die Rolle von Sprache und Körpersprache
- Strategien der Motivation und der Selbstmotivation
- Aufmerksamkeit erzeugen
- souverän und überzeugend auftreten

Kurs-Nr. 1707

Termine	Montag, 17.03.2025, 18:30–21:30 Uhr
Ort	Online am PC / Notebook
Leiterin	Matthias Dahms
Anmeldung	Volkshochschule Graftschaft Bentheim Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn Telefon 05921 83650 E-Mail info@vhs-nordhorn.de
Gebühren	65,00 €/ermäßigt 32,50 €



Rhetorik für Frauen

Selbstbewusst und überzeugend kommunizieren

Nicht selten verpassen Frauen wichtige Redesituationen und damit gute Gelegenheiten, wahrgenommen zu werden, eigene Ideen, Meinungen oder Wünsche einzubringen. Damit sich das ändert, werden wir unterschiedliche Übungen nutzen, um sich gut vorbereitet vor eine Gruppe zu stellen und eigene Gedanken auszuspoken und sogar Freude dabei zu haben. In einem geschützten Raum mit Gleichgesinnten gehen Sie die ersten Schritte und erweitern Ihre kommunikative Kompetenz.

Inhalte:

- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Lampenfieber
- Körpersprache
- Stichwortkonzept
- Perspektivwechsel
- Sprechdenkübungen

Die Kursleiterin ist Rhetorikdozentin und Sprecherzieherin.

Kurs-Nr. 1701

Termine	Montag, 28.04.2025, 18:00–21:00 Uhr
Ort	Volkshochschule Graftschaft Bentheim, Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn Raum 206
Leiterin	Sabine Schardelmann
Anmeldung	Volkshochschule Graftschaft Bentheim Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn Telefon 05921 83650 E-Mail info@vhs-nordhorn.de
Gebühren	84,00 €/ermäßigt 42,00 €



Förderantrag /Anmeldung

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Postadresse van-Delden-Straße 1-7

Besucheradresse: NINO-Allee 11 | 48529 Nordhorn

Telefon 05921 962302 | Fax 05921 9655302 | koordinierungsstelle@grafschafft.de

- Anmeldung zum Kurs
der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft**
- (und) Antrag auf Förderung**

Kursnummer

Kurstitel

Name/Vorname*

Geburtsjahr*

Straße/Hausnummer*

PLZ/Ort*

Telefon-Nummer

erlernter Beruf

- Ich bin* Berufsrückkehrer/-in
 in Elternzeit
 zu Erziehungszeiten meines/r Kinder/s zurzeit zu Hause
 geringfügig beschäftigt (max 556,00 EUR)
 erwerbslos (ohne Leistungsbezug ALG I oder ALG II)
oder AG ist Mitglied im Überbetrieblichen Verbund

Wünschen Sie
eine Kinderbetreuung?

- ja, ____ Kind(er) | Alter ____
 nein

Datum/Unterschrift

Allgemeine Hinweise: Eine Förderung wird nur nach vorheriger Beratung bewilligt. Die Kursanmeldung und Kinderbetreuung sind verbindlich. Der Antrag auf Förderung und/oder für eine Kinderbetreuung muss vor Kursbeginn gestellt werden. Sonstige Gebührenermäßigungen sind vorrangig geltend zu machen. Eine Kombination von Förderungen ist ausgeschlossen. Ein kostenloser Rücktritt ist bis zu 10 Tagen vor Veranstaltungsbeginn möglich. Eine Ermäßigung der Prüfungsgebühr ist zusätzlich zu beantragen. Bitte beachten Sie, dass Sie sich vorab bei den Bildungsträgern (FABI, EEB, VHS) anmelden müssen. **Bei finanzieller Unterstützung der Teilnehmerin ist eine Teilnahmebescheinigung oder die Vorlage eines Abschlusszertifikats notwendig. Bei Abbruch oder Nichtbestehen der Prüfung wird die Förderung entsprechend zurückgefordert.**

Für Ihre Anmeldung benötigen wir Ihre Einwilligung in unsere Datenschutzbestimmungen, die Sie auf unserer Homepage finden.

Mit der Verarbeitung meiner Daten gemäß der Datenschutzbestimmung bin ich einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Ort/Datum Unterschrift Teilnehmer/-in



Sie finden uns im Kompetenzzentrum Wirtschaft NINO-Hochbau

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Landkreis Grafenschaft Bentheim

NINO-Allee 11 · 48529 Nordhorn · Telefon 05921 96-2302

www.koordinierungsstelle.grafenschaft-bentheim.de

Postadresse

van-Delden-Straße 1–7, 48529 Nordhorn