

**Presseverteiler LK Hameln-Pyrmont**

Träger: Landkreis Schaumburg  
Amt 80

**Achtung: neue Telefonnummer**

Tel.-Durchwahl: **+49 5721 703 7436**  
mobil: +49 171 – 3 75 13 29

Auskunft erteilt: Marina Groppe

Bürozeiten Montag – Donnerstag 9.00 – 12.30 Uhr  
und 14.00 – 15.30 Uhr  
Freitag 9.00 – 11.00 Uhr

Web: [www.frau-wirtschaft-weserbergland.de](http://www.frau-wirtschaft-weserbergland.de)

E-Mail: [kostelle-weserbergland@landkreis-schaumburg.de](mailto:kostelle-weserbergland@landkreis-schaumburg.de)

Datum

13.02.2020

**Pressemitteilung**

**„Glück bedeutet, - Frau kann alles schaffen!“ – Neues Qualifizierungsprogramm der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft im Weserbergland mit vielen Informationen und spannenden Terminen**

**Bild Plakat einfügen (s. Anlage)**

Fast jede Frau kennt das: Zuerst kommt die Familie, dann komme ich! Da bleiben das Selbstvertrauen, das da noch mehr für einen möglich sein kann und die Zeit für die eigene Weiterbildung auf der Strecke.

Gerade wenn Frau zurück in den Beruf möchte, ist es essenziell, sich auf Stand zu bringen und Wissen wieder aufzufrischen. Die Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft im Weserbergland (Ko-Stelle) möchte gerade Frauen, die beruflich wiedereinsteigen wollen, unterstützen. Denn so ein Wiedereinstieg ist viel leichter gesagt, als getan und fordert auch Mut. Durch Kinder- und Pflegezeiten unterbrechen Frauen oft jahrelang ihre berufliche Tätigkeit. Da ist es oft gar nicht leicht, wieder den Weg zurück in den Beruf zu finden.

Neben Einzelberatungen, die die Ko-Stelle anbietet, wurde ein neues Qualifizierungsangebot herausgebracht, dass von Februar - Juli 2020 vielfältige Angebote für Frauen im Weserbergland anbietet. Hier ein paar Highlights für Hameln, die Frau den Rückenwind geben sollen, ihr Leben in die Hand zu nehmen, um ihren Weg zu finden:

**Wie bewerbe ich mich erfolgreich?**

Die Projektleiterin bringt jede Frau auf den aktuellen Stand, was ein neuer Arbeitgeber oder Arbeitgeberin in der Bewerbungsmappe lesen will. Sie gibt Ihnen Tipps für die Onlinebewerbung und es besteht die Möglichkeit bereits erstellte Bewerbungsunterlagen checken zu lassen. Kommen Sie zum Elternplus Treffen am **Mittwoch, 29.04.2020, um 19.00 Uhr** in das FiZ in Hameln.

### **Frauen, denkt an euch – und an später! Impulse für die eigene Rente**

„Ein Mann ist keine Altersvorsorge“, das sollten wir Frauen eigentlich alle wissen. Das Thema Rente zieht sich durch unser Leben. Erst sind wir so jung und wollen daran doch noch gar nicht denken. Und später sind wir in der Familienphase und unser Kopf voll von Kindererziehung und Haushalt usw. Aber früher oder später flattert er ins Haus, der Rentenbescheid. Irgendwo liegt er dann tief in der Schublade. Haben sie Ihren schon gelesen? Wissen Sie, was Sie später bekommen? Was bleibt am Ende als Rente? Ob mit oder ohne Mann diese und andere Fragen werden in einem Kurzvortrag beantwortet. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem SoVD-Kreisverband Hameln-Pyrmont am **Mittwoch, 08.07.2020, von 15.00 – 17.30 Uhr** in der VHS statt.

### **Ich kann das! Ich schaffe das! Wie komme ich mit meinen Selbstzweifeln klar?**

Wie Sie Selbstzweifel in gesunden Optimismus umwandeln können und das eigene Selbstbild mit mehr Selbstbewusstsein, Selbstakzeptanz und Wertschätzung für sich selbst füllen können, lernen Sie in einem interaktiven Workshop am **10.06.2020, in der Zeit von 9.00 – 12.00 Uhr** in der VHS in Hameln.

### **Aktionswoche Kindertagespflege**

Auch während der bundesweiten *Aktionswoche "Gut betreut in der Kindertagespflege"* bietet die Ko-Stelle zwei Veranstaltungen in Zusammenarbeit mit dem Landkreis Hameln-Pyrmont und der AK Kinderbetreuung des Jobcenters Hameln-Pyrmont an. Zunächst lädt sie zu einem Vortrag ein, in dem es um die Grundlagen der Selbstständigkeit in der Tagespflege geht. Anschließend findet ein Workshop statt, der insbesondere bestehende Tagesmütter, wie auch neue Tagesmütter steuerlich auf den neusten Stand bringt. Gerne können Sie auch Ihre eigenen Fragen einbringen. Die Veranstaltungen finden statt am **14.05.2020**, der Vortrag von 14.00 - 15.00 Uhr und der Workshop ab 15.30 Uhr in der Elisabeth-Selbert-Schule in Hameln.

### **Computergrundlagen für Frauen aller Kulturen**

Der Computer ist aus der Arbeitswelt nicht mehr wegzudenken. So möchte die Ko-Stelle Frauen **aller** Kulturen ohne EDV Kenntnisse die Scheu vor der Benutzung nehmen und den Einstieg mit dem PC erleichtern. Im Kurs gibt es daher ganz einfache Unterstützung bei Tablet-, Smartphone-, Laptopenrichtung und -nutzung. Er findet in Hameln statt am Do, 18.06., Fr, 19.06., Do. 25.06. und Fr., 26.06., 8.30 – 12.30 Uhr.

Wichtig ! **Alle** genannten Veranstaltungen und Workshops können durch die Förderung der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft **kostenlos** angeboten werden. Für alle Qualifizierungsangebote der Ko-Stelle ist eine Anmeldung erforderlich. Anmeldungen per E-Mail unter [kostelle-weserbergland@landkreis-schaumburg.de](mailto:kostelle-weserbergland@landkreis-schaumburg.de) oder telefonisch unter ACHTUNG NEUE TELEFONNUMMER 05721 – 703-7436. Das komplette Programm und viele Infos zu weiteren Angeboten, Anmeldung zum Newsletter und Neuigkeiten sind unter [www.frau-wirtschaft-weserbergland.de](http://www.frau-wirtschaft-weserbergland.de) abzurufen.

Das Projekt Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft wird über die Investitions-und Förderbank Niedersachsen NBank, aus europäischen Fördermitteln (ESF), aus Mitteln des Landes und der drei Landkreise Hameln-Pyrmont, Holzminden und Schaumburg finanziert. Träger der Ko-Stelle im Weserbergland ist die Wirtschaftsförderung des Landkreises Schaumburg. Die 25 niedersächsischen Koordinierungsstellen fördern die berufliche Gleichstellung von Frauen und ihre Integration in das Erwerbsleben nach der Familien-oder Pflegephase.

Mit freundlichen Grüßen  
Landkreis Schaumburg  
Der Landrat  
Amt 80  
Im Auftrag

gez. Juliane Rohlfing (Projektleitung)



„Manchmal muss  
Frau den Mut haben,  
die Richtung zu ändern,  
um ihren Weg zu finden.“



## Termine im Überblick

Veranstaltungen für geflüchtete Frauen

### Februar

- Aerzen**, Di, 18.02.2020, 9.00 – 12.00 Uhr  
**Ko-Stelle meets interkulturelle Frauentreff 's**
- Hamel**, VHS, Sa, 22.02.2020, 10.00 – 14.00 Uhr  
**So punkten Sie im Bewerbungsgespräch -  
Stärken bewusst erkennen und kommunizieren**
- Hamel**, VHS, ab Mo, 24.02.2020, 18.00 – 21.15 Uhr  
**Microsoft Office Kompakt  
Wann war ihr letztes Update?**
- Bodenwerder**, Do, 27.02.2020, 10.00 – 12.00 Uhr  
**Ko-Stelle on Tour**

### März

- Holz****minden**, KVHS, Mo, 02.03.2020, 17.00 – 20.15 Uhr  
montags und donnerstags, jeweils 17.00 – 20.15 Uhr,  
samstags jeweils 9.00 – 16.00 Uhr,  
**Pädagogische Mitarbeit an Grundschulen (vhsConcept)**
- Holz****minden**, KVHS, Di, 03.03.2020, 18.30 – 20.30 Uhr  
dienstags und donnerstags, jeweils 18.30 – 20.30 Uhr  
**Bequem lernen von zu Hause aus!**
- Stadthagen**, Fr, 06.03.2020, 9.00 – 17.00 Uhr  
Sa, 07.03.2020, 9.00 – 13.00 Uhr  
**Talente-Werkstatt**
- Holz****minden**, VHS, Mo, 09.03.2020 bis Fr, 13.03.2020,  
jeweils 08.30 – 11.45 Uhr  
**Office 2013 - Kompakt**
- Hamel**, Di, 10.03.2020, 10.00 – 11.30 Uhr,   
**Ko-Stelle meets interkulturelle Frauentreff 's**
- Stadthagen**, VHS, Di + Do, 10.03. – 26.03.,  
18.00 - 21.15 Uhr,  
**Computer Aktuell Teil I**
- Bücke****burg**, VHS, Di, 10.03., 19.00 – 21.15 Uhr,  
**Selbstbewusst Nein sagen für  
Frauen mit Job und Familie**
- Stadthagen**, Mi, 11.03.2020, 15.30 – 18.00 Uhr  
**Altersvorsorge von Frauen -  
Gut informiert macht sich im Alter bezahlt**
- Stadthagen**, Fr, 13.03.2020, 14.00 – 17.30 Uhr   
**Frau und Arbeit – Workshop für Migratinnen**
- Hamel**, VHS, ab Mo, 16.03.2020, 18.00 – 21.00 Uhr  
**Sich selbst präsentieren  
und „sicher“ wahrgenommen werden**

### März

- Holz****minden**, KVHS, Di, 17.03.2020, 9.00 – 13.30 Uhr  
jeweils 08.30 – 11.45 Uhr  
**Qualifizierungskurs für Kindertagespflegepersonen  
Grundqualifizierung**
- Holz****minden**, Do, 19.03.2020, 10.00 – 13.00 Uhr   
**Meine Möglichkeiten und mein Weg  
in den deutschen Arbeitsmarkt**
- Rinteln**, Mi, 25.03.2020, 18.00 Uhr   
**Für Unternehmen: Einladung zur  
Mitgliederversammlung**
- Stadthagen**, Fr, 27.03.2020, 9.00 – 12.00 Uhr  
**Frauen und Resilienz im beruflichen Alltag -  
Wie Frau die Mehrfachbelastung von Familie  
und Beruf gesund meistert**

### April

- Stadthagen**, VHS, Sa, 25.04., 10.00 – 14.15 Uhr  
**Atem- und Stimmcoaching für Beruf und Freizeit  
Mühe los zur starken Stimme!**
- Hamel**, Mi, 29.04.2020, 19.00 – 20.30 Uhr  
**Das A und O einer guten Bewerbung -  
Wie Sie erfolgreich für sich werben**

### Mai

- Holz****minden**, Di, 05.05.2020, 10.00 – 15.15 Uhr  
**Selbst- und Zeitmanagement für Frauen -  
Wie Sie Familie und Beruf geplant meistern**
- Stadthagen**, VHS, Di + Do, 05.05. – 14.05.,  
18.00 – 21.15 Uhr  
**Microsoft Office kompakt –  
Wann war Ihr letztes Update?**
- Rinteln**, VHS, ab Mi, 06.05.2020, 10.00 – 12.15 Uhr   
**Einstiegscomputerkurs für Frauen aller Kulturen**
- Rineln**, Do, 07.05.2020, 10.00 – 12.00 Uhr  
**Ko-Stelle on Tour**
- Hamel**, VHS, Mo, 11.05.2020, 18.00 – 21.00 Uhr  
**Nein sagen - warum es uns so schwer fällt**
- Hamel**, Do, 14.05.2020, Vortrag 14.00 – 15.00 Uhr,  
Workshop 15.30 – 17.30 Uhr  
**Vortrag - Selbstständigkeit in der Tagespflege  
Workshop - Steuern und Sozialversicherung  
in der Tagespflege**

### Mai

- Eschershausen**, Do, 14.05.2020, 10.00 – 12.00 Uhr   
**Faire Arbeit – Faire Beschäftigung –  
Faire Integration**
- Hamel**, VHS, ab Mo, 18.05.2020, 18.00 – 21.15 Uhr  
**Excel professionell**
- Holz****minden**, KVHS, Mo, 25.05.2020 bis Fr, 29.05.2020,  
jeweils 09.00 – 16.00 Uhr  
**Business English Update**

### Juni

- Hamel**, Mi, 10.06.2020, 9.00 – 12.00 Uhr  
**Ich kann das!  
Mein selbstbewusster Weg im Berufsleben**
- Holz****minden**, Di, 16.06.2020, 10.00 – 15.15 Uhr  
**Mit Plan B zum neuen Job -  
Der Kurs für die Jobsuche mit neuer Perspektive**

- Hamel**, Do, 18.06., Fr, 19.06., Do, 25.06., Fr, 26.06.  
8.30 – 12.30 Uhr   
**Digitale Welten für Frauen aller Kulturen -  
Unterstützung bei Tablet-, Smartphone-,  
Laptopeinrichtung und Nutzung**

### Juli

- Stadthagen**, Mi, 01.07., Do, 02.07., Mi, 08.07., Do, 09.07.,  
15.00 – 18.00 Uhr   
**Digitale Welten für Frauen aller Kulturen  
- Unterstützung bei Tablet-, Smartphone-,  
Laptopeinrichtung und Nutzung**
- Hamel**, Mi, 08.07.2020, 15.00 Uhr – 17.30 Uhr  
**Altersvorsorge von Frauen -  
Gut informiert macht sich im Alter bezahlt**

Das Projekt wird über die Investitions- und Förderbank Niedersachsen – NBank -, aus europäischen Fördermitteln (ESF), aus Mitteln des Landes Niedersachsen und der drei Landkreise Hameln-Pyrmont, Holzminden und Schaumburg finanziert. Projektträger ist die Wirtschaftsförderung des Landkreises Schaumburg.

Projektträger:  
 Landkreis Schaumburg

**Koordinierungsstelle  
Frau und Wirtschaft**  
im Weserbergland