

+ + + Pressemitteilung + + +

Nr.: 338/2021

Hannover, 13.08.2021

## **Power, Integration und Workhacks**

### **Online-Seminare der Koordinierungsstelle Frau und Beruf im September**

*Region Hannover.* Am Arbeitsplatz die richtigen Worte finden, wissen was geht – und was eben nicht. Und: Wie kann ich eigentlich meine PC-Kenntnisse verbessern? Und was brauche ich dafür? Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf der Region Hannover hat auch in der zweiten Jahreshälfte eine Vielfalt an Seminaren zusammengestellt, die Wiedereinsteigerinnen einen echten Mehrwert bieten – nicht nur im beruflichen Kontext.

Die Veranstaltungen finden nun auch teilweise wieder in Präsenz statt. Bitte beachten Sie bei Präsenzveranstaltungen: Vor Seminarbeginn ist ein aktueller Negativ-Test, vollständiger Impfschutz oder eine Genesungs-Bescheinigung vorzulegen.

Das gesamte Programm der Koordinierungsstelle Frau und Beruf für das zweite Halbjahr 2021 finden Sie unter [programm.frau-und-beruf-Hannover.de](http://programm.frau-und-beruf-Hannover.de), Informationen rund um die Koordinierungsstelle unter [www.wirtschaftsfoerderung-hannover.de/de/Microsites/Frau\\_und\\_Beruf/Beratung.php](http://www.wirtschaftsfoerderung-hannover.de/de/Microsites/Frau_und_Beruf/Beratung.php).

### **Präsenz-Seminar: Faire Integration – Arbeitsrechtliche Grundlagen**

**Referentin:** Winnie Akeri  
**Wann:** 3. September, 10 bis 13 Uhr  
**Wo:** Haus der Wirtschaftsförderung, Vahrenwalder Straße 7,  
30165 Hannover, Raum: 314, 3. OG  
**Kosten:** kostenlos

Was darf ich – was darf ich nicht? Was muss ich tun – was muss die Chefin/der Chef tun? Was darf die Chefin/der Chef nicht machen? Wo bekomme ich Hilfe, wenn etwas nicht richtig ist oder ich nicht weiß, ob es richtig ist? Zu diesen und weiteren Fragen können Sie sich bei diesem Seminar kostenfrei informieren.

---

#### **Pressekontakt:**

Christoph Borschel, Pressesprecher · Tel. 0511 616- 22260 · Mobil 0162 366 15 47  
E-Mail [christoph.borschel@region-hannover.de](mailto:christoph.borschel@region-hannover.de) · Internet [www.hannover.de](http://www.hannover.de)

### **Online-Seminar: Mit #workhacks einfach besser arbeiten**

**Referentin:** Lydia Schültken  
**Wann:** 8. September von 10 bis 16 Uhr  
**Wo:** Online-Seminar, technische Voraussetzungen: PC oder mobiles Endgerät mit Internetzugang und Kamera  
**Kosten:** 40 Euro, ermäßigt 20 Euro

Wie kann man die Zusammenarbeit im Team noch besser gestalten? Und wie kann man Veränderungen gezielt selbst erzielen, die auch innerhalb des Teams angenommen werden? Dieses Angebot richtet sich an alle Frauen, die etwas verändern wollen und sich praktische Ideen wünschen, die einfach umzusetzen sind.

### **Präsenz-Seminar: Umgang mit diskriminierenden Parolen am Arbeitsplatz**

**Referentin:** Helga Barbara Gundlach  
**Wann:** 22. September, 9 bis 13 Uhr  
**Wo:** Haus der Wirtschaftsförderung, Vahrenwalder Straße 7, 30165 Hannover, Raum: Steinhuder Meer  
**Kosten:** 30 Euro, ermäßigt 15 Euro

Es ist nicht einfach, eine Antwort auf Situationen zu finden, in denen das von allen so sehr gewünschte wertschätzende Arbeitsklima einfach nicht stattfindet. In diesem interaktiven Workshop lernen Teilnehmerinnen neue Strategien im Umgang mit Diskriminierung, Abwertung und Kränkung und erhalten einen Überblick über typische Kommunikationsmuster- und -strukturen.

### **Präsenz-Seminar: Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte**

**Referentin:** Eva Knoche  
**Wann:** 30. September, 10 bis 17 Uhr  
**Wo:** Am alten Gehäge 6, 30657 Hannover  
**Kosten:** 20 Euro, ermäßigt 10 Euro

Dieses Angebot richtet sich besonders an Frauen, die sich neu orientieren wollen. Mit Hilfe einer Kombination aus verschiedenen Methoden – u.a. des Zürcher Ressourcenmodells

---

#### **Pressekontakt:**

Christoph Borschel, Pressesprecher · Tel. 0511 616- 22260 · Mobil 0162 366 15 47  
E-Mail [christoph.borschel@region-hannover.de](mailto:christoph.borschel@region-hannover.de) · Internet [www.hannover.de](http://www.hannover.de)

und des Vision-Boards – können Ihre kreativen Kräfte geweckt und Wünsche und Potenziale aufgedeckt werden. Ziel des Workshops ist es, das eigene Handeln in Einklang mit Ihren Visionen zu bringen und darauf aufbauend nächste Schritte einzuleiten.

**Präsenz-Seminar: Mit Power und Netzwerk wieder einsteigen – Berufseinstieg für Frauen mit Migrationsgeschichte**

**Referentin:** Mila Marinova  
**Wann:** 10.09., 24.09., 15.10., 26.11., jeweils von 14 bis 16 Uhr  
**Wo:** Haus der Wirtschaftsförderung, Vahrenwalder Straße 7,  
30165 Hannover, Raum: Park der Sinne  
**Kosten:** kostenlos  
**Anmeldung:** mila.marinova@region-hannover.de oder Tel.: 0511 616-26878

Wer eine Sprache sicher sprechen und verstehen möchte, braucht viel Übung und den Austausch mit verschiedenen Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartnern. Der neue Treffpunkt „Berufseinstieg mit Migrationsgeschichte“ soll hierfür den entsprechenden Rahmen bieten.

**Online-Seminar: PC-Fitness Beruf**

**Referentin:** Merle Hübner  
**Wann:** 21., 22., 28. und 29. September, jeweils von 16 bis 19 Uhr  
**Wo:** Online-Seminar, technische Voraussetzungen: PC oder mobiles  
Endgerät mit Internetzugang und Kamera  
**Kosten:** 8 Euro, ermäßigt 4 Euro

Wo finde ich Stellenangebote? Was muss ich berücksichtigen? Welche Unterlagen kann ich vorbereiten? Das Seminar bietet allgemeine und individuelle Lösungen zum Umgang mit Windows 10 und Bewerbungen und gibt Tipps für die Internetrecherche.

Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf Region Hannover ist ein Projekt in Trägerschaft der Region Hannover, gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) und aus Mitteln des Landes Niedersachsen.



---

**Pressekontakt:**

Christoph Borschel, Pressesprecher · Tel. 0511 616- 22260 · Mobil 0162 366 15 47  
E-Mail [christoph.borschel@region-hannover.de](mailto:christoph.borschel@region-hannover.de) · Internet [www.hannover.de](http://www.hannover.de)