

+ + + Pressemitteilung + + +

Nr.: 193/2019

Hannover, 02.05.2019

## **Workshop-Reihe: „Single-Eltern starten durch“**

### **Angebot zur beruflichen Orientierung der Koordinierungsstelle Frau und Beruf**

*Region Hannover.* Neben der Kinderbetreuung auch den Wiedereinstieg ins Arbeitsleben managen: Für Alleinerziehende ist das eine besonders große Herausforderung. Mit einem individuellen Coaching-Angebot können Single-Eltern dieses Ziel Schritt für Schritt erreichen. Perspektiven zum beruflichen Wiedereinstieg für Alleinerziehende vermittelt die Workshop-Reihe „**Single-Eltern starten durch**“. Das Stärkungsprogramm für Wiedereinsteigerinnen in der beruflichen Orientierungsphase besteht aus vier Modulen, die Interessierte auch einzeln buchen können. Bei den vier Einzelterminen am **14. Juni**, am **27. Juni**, am **20. August** und am **22. August**, gibt es **jeweils von 9 bis 12.30 Uhr** jede Menge praktische Tipps, Beratung und Unterstützungsangebote rund um Karrierewege – auch in Teilzeit, Bewerbungsstrategien, Stressprävention und Kinderbetreuung.

Modul 1 (Workshop am 14. Juni) liefert die für den Wiedereinstieg nötigen „Strukturierungswerkzeuge“ und dient dazu, ein klares Bild von der beruflichen Zukunft zu entwickeln und den Arbeitsalltag zeitlich souverän zu gestalten. Modul 2 (Workshop am 27. Juni) rückt die eigenen Stärken in den Blick: Welche Ressourcen habe ich bereits und welche kann ich ausbauen, um Beruf und Familie unter einen Hut zu bekommen? Modul 3 (Workshop am 20. August) dient der Stressprävention und dem Umgang mit Risiken rund um die Vereinbarkeit, denen Alleinerziehende oft ausgesetzt sind. Modul 4 (Workshop am 22. August) dreht sich um Selbstbewusstsein und Erfolg: Hier lernen Single-Eltern, ihre Ressourcen und Stärken zu erkennen und ihrer Berufung mit Selbstdisziplin und der „Salamitaktik“ näher zu kommen.

Alle vier **Workshops** finden im **Haus der Wirtschaftsförderung**, Seminarraum R 314, Vahrenwalder Straße 7, 30165 Hannover, statt. Die Teilnahme kostet je 10 Euro, ermäßigt 5 Euro. Die Koordinierungsstelle bittet um Anmeldung per E-Mail an [frauundberuf@region-hannover.de](mailto:frauundberuf@region-hannover.de). Das gesamte Programm ist im Internet unter [www.frau-und-beruf-hannover.de](http://www.frau-und-beruf-hannover.de) zu finden.

---

#### **Pressekontakt:**

Frauke Bittner, Pressesprecherin · Tel. 0511 / 616-2 20 76 · mobil 0173 / 513 99 24

E-Mail [frauke.bittner@region-hannover.de](mailto:frauke.bittner@region-hannover.de) · Internet [www.hannover.de](http://www.hannover.de)



**Region Hannover**

Der Regionspräsident

Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf begleitet Frauen mit Familie auf dem Karriereweg, beim beruflichen Wiedereinstieg oder bei der Neuorientierung. In Einzelgesprächen werden Frauen zu Fragen des Wiedereinstiegs, der Fortbildung während der Elternzeit oder zur beruflichen Neuorientierung beraten. Das individuelle Beratungsangebot der Koordinierungsstelle ist kostenlos.

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



---

**Pressekontakt:**

Frauke Bittner, Pressesprecherin · Tel. 0511 / 616-2 20 76 · mobil 0173 / 513 99 24  
E-Mail [frauke.bittner@region-hannover.de](mailto:frauke.bittner@region-hannover.de) · Internet [www.hannover.de](http://www.hannover.de)