

Frauenwirtschaftstage

2009

Wege in den Beruf

Informationen
Kontakte und
Perspektiven für
Wiedereinsteigerinnen
und Stellen suchende
Frauen

9.00 – 17.00 Uhr

Donnerstag,
8. Oktober 2009

Historisches Kaufhaus,
Münsterplatz, Freiburg

Veranstalterin:
Kontaktstelle Frau und Beruf
Stadt Freiburg,
in Zusammenarbeit mit
zahlreichen Organisationen

frauundberuf
Kontaktstelle Freiburg

Freiburg
IM BREITSGAU 

Herzlich willkommen!

Beim Wiedereinstieg in das Erwerbsleben und bei der Suche nach einer geeigneten Stelle sind oft viele Fragen zu klären: Wie bewerbe ich mich richtig? Wann ist eine Online-Bewerbung sinnvoll? Benötige ich eine Weiterbildung und wie finde ich das passende Angebot?

Wer unterstützt mich bei der Umsetzung meiner beruflichen Pläne? Kommt für mich eine Existenzgründung in Frage?

Antworten auf diese und weitere Fragen rund um den beruflichen Wiedereinstieg und die Stellensuche bietet Ihnen unser Informationstag „Wege in den Beruf“. Darüber hinaus können Sie andere Frauen kennen lernen und vielfältige Kontakte knüpfen.

Insgesamt beteiligen sich 24 Organisationen sowie zahlreiche Referentinnen und Referenten mit ihrem Know-how und ihren Erfahrungen an dieser Veranstaltung. Damit bietet das Programm eine breite Palette von Informationen und Tipps. Wir wollen Sie ermutigen, Ihren Weg zu gehen und Sie bei der Umsetzung Ihrer Pläne unterstützen.

Nutzen Sie diesen Informationstag - wir laden Sie sehr herzlich dazu ein.

Im Namen aller Veranstalterinnen

*Das Team der
Kontaktstelle Frau und Beruf*

Inhalt

- 3 Allgemeine Information und Anmeldung
- 4/5 Programmübersicht
- 6 Gesprächsrunde
- 6/7 Workshops
- 8 Netzwerk für Wiedereinsteigerinnen
- 9 Infogespräch, Vorträge
- 11 Informationsstände

Die Veranstaltung findet im Historischen Kaufhaus am Münsterplatz in Freiburg statt.

Die Räume für die einzelnen Veranstaltungen sind vor Ort ausgeschildert.

Für die Workshops ist eine verbindliche schriftliche Anmeldung erforderlich: mit der Anmeldekarte oder schneller über das Formular im Internet:

www.frauundberuf.freiburg.de

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung von uns.

Für die Workshops ist eine Teilnahmegebühr von 15,00 Euro zu bezahlen. Eine Ermäßigung auf 5,00 Euro ist für Bezieherinnen von Arbeitslosengeld II möglich.

Sie bezahlen den Beitrag vor Ort vor dem Workshop.

Anmeldeschluss ist Montag, 5. Oktober 2009

Alle anderen Angebote des Informationstages sind kostenfrei und ohne Anmeldung zugänglich.

Weitere Informationen:

**Kontaktstelle Frau und Beruf
Stadt Freiburg
Schloßbergring 1
79098 Freiburg
Tel. 0761/201-1731
Fax 0761/201-1749**

**Email: frau_und_beruf@stadt.freiburg.de
www.frauundberuf.freiburg.de**

09:00	Begrüßung Oberbürgermeister Dr. Dieter Salomon und Regina Gensler, Kontaktstelle Frau und Beruf			09:00			
09:15	Gesprächsrunde Erfolgreich durchgestartet! Frauen berichten über ihre Wege in den Beruf			09:15			
09:30				09:30			
09:45				09:45			
10:00				10:00			
10:15				10:15			
10:30	Workshop Selbstmarketing - sich überzeugend präsentieren 10:30 - 12:30 Uhr	Workshop Stellensuche und erfolgreiche Bewerbung 10:30 - 12:30 Uhr	Informationsstände 10:30 – 15:30 Uhr	Workshop Gehaltsverhandlungen erfolgreich führen 10:30 - 12:30 Uhr	Vortrag Erfolgreich wiedereinsteigen 10:30 - 11:30 Uhr	10:30	
10:45						10:45	
11:00						11:00	
11:15						11:15	
11:30						11:30	
11:45						11:45	
12:00						12:00	
12:15						12:15	
12:30						12:30	
12:45		Netzwerk für Wiedereinsteigerinnen 12:30 - 13:30 Uhr				Vortrag Online-Weiterbildung - Lernen im Netzwerk 12:30 - 13:30 Uhr	12:45
13:00						13:00	
13:15						13:15	
13:30	Infogespräch Gelungener (Wieder-) einstieg - Frauen berichten 13:30 - 14:30 Uhr					Vortrag online bewerben 13:30 - 14:30 Uhr	13:30
13:45					13:45		
14:00					14:00		
14:15					14:15		
14:30	Workshop Kompetenzbilanz 14:30 - 16:30 Uhr	Workshop Selbständigkeit als berufliche Perspektive? 14:30 - 16:30 Uhr		Workshop Was will ich wirklich? Berufliche Wünsche entdecken 14:30 - 17:00 Uhr	Vortrag Rechtliches zum Wiedereinstieg 14:30 - 15:30 Uhr	14:30	
14:45					14:45		
15:00					15:00		
15:15					15:15		
15:30					15:30		
15:45					15:45		
16:00					Vortrag Wie finde ich die passende Weiterbildung? 15:30 - 16:30 Uhr	16:00	
15:15					15:15		
16:30					16:30		
16:45					16:45		
17:00					17:00		

Gesprächsrunde

Erfolgreich durchgestartet!

Frauen berichten über ihre Wege in den Beruf

Monika Haiß – Die Seifentruhe

Christina Konietzny – Geschäftsführerin (und Vorstand)

Quartiersladen eG

Helgard Schmitz – Assistentin der Geschäftsleitung,

Klinghardt Akademie GmbH

und weitere Wiedereinsteigerinnen

Moderation: Brigitte Koerner,

Redakteurin Südwestrundfunk

Zeit 9:15 – 10:15 Uhr

Anmeldung: nein

Workshops - mit Anmeldung!

Selbstmarketing – sich überzeugend präsentieren

Die Knie zittern, das Herz klopft, die Hände werden feucht, langsam aber sicher steigt die Röte ins Gesicht. Wer wenig Erfahrung mit beruflichen Kontakten und Bewerbungssituationen hat, ist häufig verunsichert. Vor fremden Menschen sprechen, sich selbst präsentieren, Ideen und Argumente formulieren und dabei gelassen sein. In diesem Workshop probieren wir es aus!

Petra Kalinowski, Diplom Psychologin,

Training, Coaching, Beratung

Zeit 10:30 – 12:30 Uhr

Anmeldung: ja

Teilnahmegebühr 15 Euro (ermäßigt 5 Euro)

Stellensuche und erfolgreiche Bewerbung

Professionelles „Werben“ für die eigene Persönlichkeit und die eigenen Kompetenzen, dies sind wesentliche Elemente der erfolgreichen Bewerbung.

Schwerpunkte der Veranstaltung: Entwicklung des eigenen Persönlichkeitsprofils; wofür will ich mich bewerben und wie finde ich die richtige Stelle; die schriftliche Bewerbung; das Vorstellungsgespräch.

Claudia von Schultzendorff, Dipl.-Kauffrau,

Training und Beratung

Zeit 10:30 – 12:30 Uhr

Anmeldung: ja

Teilnahmegebühr 15 Euro (ermäßigt 5 Euro)

Gehaltsverhandlungen erfolgreich führen

Wir schreiben nicht das Jahr 1909, sondern 2009 und dennoch verdienen Frauen für die gleiche Tätigkeit 1/3 weniger als Männer. Welches sind die Regeln einer erfolgreichen Gehaltsverhandlung? Die Teilnehmerinnen erarbeiten in diesem Workshop u.a., wie Chefs und Unternehmen denken und was sie motiviert; welche Hürden es in der Gehaltsverhandlung zu nehmen gilt und wie persönliche Wertvorstellungen und Verhaltensmuster unser Denken und Handeln beeinflussen. Wir werden gemeinsam Tricks und Kniffe für eine erfolgreiche Gehaltsverhandlung praxisnah erarbeiten.

Dr. Barbara Troup

Business Coach und Managementberaterin

motionsquare: Consulting-Coaching-Training

Zeit 10:30 – 12:30 Uhr

Anmeldung: ja

Teilnahmegebühr 15 Euro (ermäßigt 5 Euro)

Kompetenzbilanz

Sie tragen persönliche Ressourcen zur Erreichung selbst gesteckter Ziele in sich. Diese Ressourcen zu entdecken, die Quellen Ihrer Motivation zu finden und nutzbar zu machen, ist das Angebot dieses Workshops. Sie stellen Ihre Potentiale und Fähigkeiten in den Mittelpunkt um Ihre Ausrichtung zu erkennen. Darüber hinaus können Sie Ihr Handeln mit dem der anderen Teilnehmerinnen vergleichen und messen. Wie setzen Sie Ihre neu gewonnenen Erkenntnisse dann möglichst wirkungsvoll ein? Weshalb überzeugen Sie?

Agnes Gardemann, Soziologin M.A.,

Organisationsberaterin

coach Berlin - Freiburg / Institut für Management- und Organisationsberatung

Zeit 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung: ja

Teilnahmegebühr 15 Euro (ermäßigt 5 Euro)

Selbständigkeit als berufliche Perspektive?

Ich wäre gerne selbständig, aber...Kann ich davon leben? Kann ich mich auf dem Markt durchsetzen? Welches Risiko gehe ich dabei ein? Wie finde ich heraus, ob es für meine Produkte einen Markt gibt? Wie finde ich Kunden? Wie erstelle ich einen

Business-Plan? Ist es sinnvoll einen Betrieb zu übernehmen? Wer hilft auf dem Weg zur Unternehmensgründung? Welche Förderungen gibt es?

Christel Rosenberger-Balz, [rbu-Unternehmensberatung](#)

Zeit 14:30 – 16:30 Uhr

Anmeldung: ja

Teilnahmegebühr 15 Euro (ermäßigt 5 Euro)

Was will ich wirklich?

Berufliche Wünsche entdecken.

Sind Sie unsicher, welche berufliche Tätigkeit Sie ausüben möchten? In dieser Ideenwerkstatt nehmen wir uns Zeit für Ihre beruflichen Wünsche. In verschiedenen Übungen begeben wir uns auf die Suche nach dem, was Sie gerne tun und was Ihnen wichtig ist. In der Gruppe sammeln wir Ideen und nähern uns so Ihrem beruflichen Ziel. Bitte bringen Sie zwei bis drei Zeitschriften mit.

Silke Bauer, [Kontaktstelle Frau und Beruf](#)

Zeit 14:30 – 17:00 Uhr

Anmeldung: ja

Teilnahmegebühr 15 Euro (ermäßigt 5 Euro)

Netzwerk – keine Anmeldung - kostenlos

Netzwerk für Wiedereinsteigerinnen

Wer zurück in den Beruf will, braucht Kontakte. Gerade für Wiedereinsteigerinnen gibt es aber bisher kein berufliches Netzwerk in Freiburg. Die Kontaktstelle Frau und Beruf gründet deshalb ein neues Netzwerk - speziell für Wiedereinsteigerinnen in den Beruf. Hier können Sie künftig neue Kontakte knüpfen, Tipps austauschen und Informationen zum Wiedereinstieg erhalten.

Sie können beim Auftakt für dieses Netzwerk dabei sein, Ihre Wünsche und Ideen dafür einbringen und mitgestalten. Sie bekommen Tipps zum Netzwerken und lernen gleich neue Frauen kennen.

Silke Bauer, Felicitas Boerner
[Kontaktstelle Frau und Beruf](#)

Zeit 12:30 – 13:30 Uhr

Infogespräch – keine Anmeldung - kostenlos

Gelungener (Wieder-)Einstieg - Frauen berichten

Weiterbildung ist ein Schlüssel für das Gelingen des Einstiegs ins Berufsleben. Sie bietet Frauen gezielte Informationen, Begleitung und Unterstützung auf dem Weg in die Erwerbstätigkeit. Erfolgreiche Frauen berichten über ihre Erfahrungen.

Angelika Rosenstein, [FWZ Frau und Technik](#)
Hanna Moors-Wienandts, [VHS Freiburg](#)
und Kursteilnehmerinnen

Zeit 13:30 – 14:30 Uhr

Vorträge - keine Anmeldung - kostenlos

Erfolgreich wiedereinsteigen

Sie möchten nach Zeiten der Kindererziehung oder Pflege von Angehörigen wieder berufstätig sein und fragen sich, wie das am Besten gelingen kann? Die Agentur für Arbeit bietet in dieser Phase der Orientierung und Planung ein umfassendes Dienstleistungsangebot an. Sie erhalten Anregungen, Informationen und Tipps zum erfolgreichen Start.

Elsa Moser, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, [Agentur für Arbeit Freiburg](#)

Zeit 10:30 - 11:30 Uhr

Selbständigkeit - Eine Alternative zur Erwerbslosigkeit

Der Aufbau eines eigenen Unternehmens wird oft wegen unüberwindbar erscheinenden Hürden und vermeintlichen Risiken als schlechte Alternative zu Erwerbslosigkeit gesehen. Dass die Hürden überwindbar sind wird am Beispiel der Arbeit des Gründerzentrums Goethe 2 dargestellt.

Josef Kaiser, Sozialarbeiter und Kaufmann im Gründerzentrum Goethe 2, [Diakonisches Werk Freiburg](#)

Zeit 11:30 – 12:30 Uhr

Online-Weiterbildung - Lernen im Netzwerk

In vielen Berufen ist heute ständige Weiterbildung angesagt - und lebensbegleitendes Lernen bewegt sich in neuen Dimensionen: Mit dem Internet eröffnet sich mir die Chance, auch im heimischen Umfeld fehlendes Wissen und wichtige Fähigkeiten anzueignen. Welche Werkzeuge brauche ich zum Online-Lernen?

Wie richte ich mir einen Lernplatz ein? Welche persönlichen Qualitäten sind gefordert? Wo finde ich Unterstützung? Wie erkenne ich ein gutes Online-Angebot? Die Antworten darauf sind das Thema dieses Vortrags.

Meinrad Rombach - Computerakademie für lebendiges Lernen

medien forum freiburg e.V.

Zeit 12:30 – 13:30 Uhr

Online bewerben

In Stellenangeboten wird mittlerweile öfter eine online Bewerbung gewünscht. Was dabei von der Form her zu beachten ist und wie Sie diese Aufgabe professionell umsetzen, darüber erhalten Sie in dem Kurzvortrag viele nützliche Hinweise.

Ingrid Belser-Schweigler, FWZ Frau und Technik GmbH

Zeit 13:30 – 14:30 Uhr

Rechtliches zum Wiedereinstieg

Schwerpunkte des Vortrages sind arbeits- und sozialversicherungsrechtliche Informationen zur Rückkehr in den Betrieb als Voll- oder Teilzeitbeschäftigte, zum Neuanfang als Mini-Jobberin oder als Selbständige.

Susanne Besendahl, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht, DGB Südbaden-Hochrhein

Zeit 14:30 – 15:30 Uhr

Wie finde ich die passende Weiterbildung?

Wer sich beruflich weiterbilden will, hat es nicht leicht bei der Suche nach passenden Angeboten. Der Weiterbildungsmarkt ist groß und es ist schwer, qualitativ gute und finanzierbare Weiterbildungen zu finden. Der Vortrag zeigt Ihnen worauf es bei der Auswahl ankommt, welche finanziellen Fördermöglichkeiten es gibt und wo Sie gute Angebote finden.

Hannelore Zuckschwerdt, Beruf- und Laufbahnberaterin
Regionalbüro für berufliche Fortbildung der
Arbeitsgemeinschaften Emmendingen, Freiburg/
Breisgau-Hochschwarzwald, Lörrach, Waldshut

Zeit 15:30 – 16:30 Uhr

Beratung, Informationen und Kontakte an den Informationsständen

Zeit 11:30 – 15:30 Uhr

Büro für Migration u. Integration mit dem Projekt „Partnerschaften für die Berufsorientierung“

BPW Business and Professional Women Club Freiburg e.V.

DAA Freiburg

Deutscher Akademikerinnenbund e.V., Regionalgruppe Freiburg

Diakonie Freiburg mit den Angeboten „Frauenberatung“ und „Job Sprungbrett“

Frauenkommission des Migrantinnen- und Migrantenbeirates

FWZ Frau und Technik gGmbH

ibe Institut für Berufliche Entwicklung

ifpro - Institut für Fortbildung und Projektmanagement

IHK-BildungsZentrum Südlicher Oberrhein GmbH

Kontaktstelle Frau und Beruf Stadt Freiburg

medien forum freiburg e.V.

Regionalbüro für berufliche Fortbildung der Arbeitsgemeinschaften Emmendingen, Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald, Lörrach, Waldshut

Seemann+Schramm GbR - aim-akademie

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Freiburg

Stadtbibliothek Freiburg

Vatter Bildungszentrum

VERTE Akademie der Wirtschaft

Volkshochschule Freiburg e.V.

Kontaktstelle Frau und Beruf Stadt Freiburg



in Zusammenarbeit mit:

Agentur für Arbeit Freiburg

BPW Business and Professional Women Club
Freiburg e.V.

Büro für Migration und Integration, Stadt Freiburg

DAA Freiburg

Deutscher Akademikerinnenbund e.V.,
Regionalgruppe Freiburg

DGB Südbaden-Hochrhein

Diakonisches Werk Freiburg

Fraueninteressen im Deutschen Frauenring e.V.

Frauenkommission des Migrantinnen- und
Migrantenbeirates

FWZ Frau und Technik GmbH

Gründerzentrum Goethe 2

ibe Institut für Berufliche Entwicklung

ifpro Institut für Fortbildung und
Projektmanagement

IHK-BildungsZentrum Südlicher Oberrhein GmbH

medien forum freiburg e.V.

Regionalbüro für berufliche Fortbildung der
Arbeitsgemeinschaften Emmendingen, Freiburg/
Breisgau-Hochschwarzwald, Lörrach, Waldshut

Seemann+Schramm GbR - aim-akademie

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Freiburg

Stadtbibliothek Freiburg

Tagesmütterverein Freiburg e.V.

Vatter Bildungszentrum

Verte Akademie der Wirtschaft

Volkshochschule Freiburg e.V.

Mit freundlicher Unterstützung von:



Baden-Württemberg
WIRTSCHAFTSMINISTERIUM

Frauenwirtschaftstage

Eine Initiative des
Wirtschaftsministeriums
Baden-Württemberg

Anmeldung

Ich melde mich für folgende Angebote am
Donnerstag, 8. Oktober 2009 verbindlich an:

vormittags:

10:30 – 12:30 Sich überzeugend präsentieren
oder

10:30 – 12:30 Stellensuche und erfolgreiche
Bewerbung

oder

10:30 – 12:30 Erfolgreiche
Gehaltsverhandlungen

nachmittags:

14:30 – 16:30 Kompetenzbilanz

oder

14:30 – 16:30 Selbständigkeit als
Perspektive?

oder

14:30 – 17:00 Berufliche Wünsche entdecken

Anmeldeschluss ist
Montag, 5. Oktober 2009

Anmeldung mit dieser Anmeldekarte oder
schneller über das Formular im Internet:

www.frauundberuf.freiburg.de

Bitte in Druckschrift ausfüllen

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

e-mail

Datum

Unterschrift

Kontaktstelle Frau und Beruf
Schlossbergning 1

79098 Freiburg

oder per Fax 0761-201-1749

