

17.09. 9 - 11 Uhr

**„Pflege und Beruf -  
Die Herausforderung schaffen“**

Wenn Menschen zum Pflegefall werden, sind es häufig die Angehörigen, die ihre Versorgung übernehmen.

Der Vortrag zeigt, welche Möglichkeiten der Unterstützung und Entlastung es gibt und wie der Spagat zwischen Beruf und Pflege von Angehörigen gelingen kann.

Referentin: Lisa Ehrhardt, Pfalzkrankenhaus Klingenmünster

**Agentur für Arbeit Landau, Raum A 42  
Johannes Kopp Str. 2, Landau**

**kostenfrei**

Info bei Sandra Welsch

23.09. 9 - 12 Uhr

**„Selbstreflexion“  
Die Frage nach dem eigenen „ICH“**

Wer seine eigenen Stärken, Schwächen, Vorlieben und Eigenarten kennt, kann seine berufliche und private Zukunft positiv beeinflussen! Selbstkritik, bessere Konfliktbewältigung, ein gutes Selbstbewusstsein sind die Schlüssel für eine Stärkung der Sozialkompetenz, die für Beruf und Alltag nach wie vor wichtig ist, auch oder gerade heute im Zeitalter der Digitalisierung und der sich damit immer schneller ändernden Lebenssituationen.

Aktiver Workshop mit Vortrag

Mit Elisabeth Traunmüller, Leiterin Caritas Zentrum Landau/Pfalz

Kinderbetreuung ist sichergestellt

**Jobcenter Südliche Weinstraße,  
Raum B 501, Johannes-Kopp-Str. 2,  
Landau**

**kostenfrei**

Info bei Steffi Dums und Sabine Stamm

25.09. 19.30 Uhr

**„Die Baby Boomer“  
Zeit Platz zu machen? Oder (höchste) Zeit  
sich Lebensfreude und die Lust an der Arbeit  
zu erhalten?**

Es wird viel darüber gesprochen, dass die Babyboomer nun in Rente gehen. Babyboomer, das ist die 1958 - 1964 geborene Generation. Sicher, der Rentenbeginn ist in Sicht. Aber gerade die letzten Jahre der Berufstätigkeit bedürfen einer guten Gestaltung. Auch diese Zeit ist wertvolle Lebens- und Arbeitszeit. Der interaktive Vortrag zeigt Wege und Möglichkeiten auf, im beruflichen Leben sich Gesundheit zu erhalten und Lebensfreude positiv und mental aktiv zu gestalten.

Mit Barbara Dees, Gleichstellungsbeauftragte, Gerontologin (CAS)

**Haus der Begegnung, 76863 Herxheim**

**Kosten: 5 Euro, Anmeldung bei**

Rosa Tritschler oder [vhs@herxheim.de](mailto:vhs@herxheim.de)

26.09. 18.30 - 20 Uhr

**„Mini-Job oder Midi-Job“  
Was Sie darüber wissen sollten**

Die Veranstaltung erklärt, was geringfügige Beschäftigung eigentlich bedeutet, informiert über Rechte und Pflichten im Mini-/Midi-Job und beleuchtet die Auswirkungen auf die Rente.

Referentin: Sandra Welsch, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

**Kreisverwaltung Bad Dürkheim,  
Philipp-Fauth-Str. 11, Ratssaal**

**kostenfrei**

Info bei Gaby Haas

## VERANSTALTERINNEN

### Die Gleichstellungsbeauftragten:

**Andrea Breßler**, Stadt Grünstadt/VG Leiningerland  
06359/ 805-105, [andrea.bressler@gruenstadt.de](mailto:andrea.bressler@gruenstadt.de)

**Gaby Haas**, Kreisverwaltung Bad Dürkheim  
06322/ 961-1009, [Gaby.Haas@kreis-bad-duerkheim.de](mailto:Gaby.Haas@kreis-bad-duerkheim.de)

**Alexandra Keim**, Kreisverwaltung Germersheim  
07274/ 53-333, [A.Keim@Kreis-Germersheim.de](mailto:A.Keim@Kreis-Germersheim.de)

**Evi Julier**, Stadtverwaltung Landau  
06341/ 13-1080, [Gleichstellungsstelle@landau.de](mailto:Gleichstellungsstelle@landau.de)

**Simone Rothermel**, Stadtverwaltung Neustadt  
06321/ 855-357, [Simone.Rothermel@neustadt.eu](mailto:Simone.Rothermel@neustadt.eu)

**Rosa Tritschler**, Frauenbeauftragte VG Herxheim  
07276/ 501-309, [r.tritschler@herxheim.de](mailto:r.tritschler@herxheim.de)

### Die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt:

**Sandra Welsch**, Agentur für Arbeit Landau  
06341/ 958-660, [Landau.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Landau.BCA@arbeitsagentur.de)

**Alexandra Braun-König**,  
Jobcenter Deutsche Weinstraße  
06321/ 932-332  
[Alexandra.Braun-Koenig@jobcenter-ge.de](mailto:Alexandra.Braun-Koenig@jobcenter-ge.de)

**Diana Palfi**, Jobcenter Germersheim  
07274/ 7011-15, [Diana.Palfi2@jobcenter-ge.de](mailto:Diana.Palfi2@jobcenter-ge.de)

**Sabine Stamm**, Jobcenter Südliche Weinstraße  
06341/ 958-228, [sabine.stamm2@jobcenter-ge.de](mailto:sabine.stamm2@jobcenter-ge.de)

**Steffi Dums**, Jobcenter Südliche Weinstraße  
06341/ 958-821, [stefanie.dums@jobcenter-ge.de](mailto:stefanie.dums@jobcenter-ge.de)

und

**Heide Gieseke**, Gleichstellungsbeauftragte  
ADD Schulaufsicht  
06321/ 99-2987, [Heide.Gieseke@addnw.rlp.de](mailto:Heide.Gieseke@addnw.rlp.de)



## Veranstaltungsreihe August und September 2019

**Arbeitskreis  
Frauen und Mädchen am Arbeitsmarkt  
Neustadt an der Weinstraße  
Kreis Südliche Weinstraße  
Kreis Bad Dürkheim  
Kreis Germersheim  
Grünstadt  
Herxheim  
Landau**

## Vorwort

# Die Zukunft ist weiblich - die Arbeit auch

Auch in Zukunft wird Frauen die Arbeit nicht ausgehen. Berufserfahrene Frauen wissen, dass Vereinbarkeit ein Schlüsselbegriff für die Arbeitswelt der Zukunft ist. Berufseinsteigerinnen hingegen suchen den Schlüssel, der ihnen die Tür zur zukünftigen Arbeitswelt öffnet.

Daher laden wir Sie ein: Treffen Sie Ihre Vorbereitungen für Ihre Zukunft jetzt! Wir sind uns sicher, dass wir in unseren Veranstaltungen für Sie wichtige Themen der Vereinbarkeit ebenso ansprechen wie Wege der Berufsorientierung und Berufswahl. Lassen Sie sich inspirieren.

Da nicht alles im Netz steht und auch weiterhin analoge soziale Netzwerke wichtig sind, freuen wir uns über Ihr Interesse an unserem Programm und eine rege Teilnahme.

Die Veranstalterinnen

**13.08. 9 - 11 Uhr**

### „Existenzgründung - Mit Sicherheit selbständig“

Die Referentin informiert, wie durch gute Vorbereitung der Start in eine erfolgreiche Selbständigkeit gelingt. Sie erfahren, welche Voraussetzungen Sie mitbringen müssen, welche Gründungsformen es gibt und wie sich Ihr Projekt finanzieren lässt. Wo Sie Rat und Unterstützung finden und welche Netzwerke es gibt, sind ebenfalls Themen dieses Vortrags von

Ruth Franziska Fraundorfer, Gründungsberaterin

**Agentur für Arbeit Landau, Raum A 42  
Johannes Kopp Str. 2, 76829 Landau**

**kostenfrei**

Info bei Sandra Welsch

**22.08. 17.30 - 20 Uhr**

### „Voll vernetzt - Frauen in der digitalen Arbeitswelt“ Soziale Netzwerke beruflich nutzen

Kennen Sie die beruflichen Plattformen XING und LinkedIn? Es gibt noch so viel mehr Möglichkeiten in „diesem Internet“. Nach dem Workshop werden Sie sich zurechtfinden im Dschungel von Jobportalen, Finden und gefunden Werden, Vernetzung, Positionierung, Portfolios, digitalen Lebensläufen und Online-Bewerbungen. Sie wissen, worauf Sie achten müssen und welche Fallen lauern. Die Referentin stellt Ihnen den beruflichen Nutzen der sozialen Netzwerke vor und gibt Ihnen zahlreiche praxisnahe Tipps und Tricks mit auf den Weg.

Mit Bianka Bensch, Social Media Managerin und Journalistin

**Volkshochschule (VHS)  
Hauptstr. 58, 67360 Lingenfeld**

**Kosten: 5 Euro incl. Getränke + Snack**

**Anmeldung:** [info@vhs-lingenfeld.de](mailto:info@vhs-lingenfeld.de),  
Tel. 06344 / 5961

Info bei Sandra Welsch und Alexandra Keim

**29.08. 18.30 - 20.30 Uhr**

### „Überzeugend auftreten“ Interaktiver Workshop für Frauen

Egal ob im Alltag oder im Beruf - jede ist immer wieder gefordert, überzeugend aufzutreten und zu reden. Dabei spielt nicht nur eine Rolle, was wir sagen, sondern auch wie wir das tun. Im Workshop wird diskutiert und vor allem erprobt, wie z.B. überzeugendes Auftreten gelingt, was Körpersprache verrät, wie es gelingt, vor Publikum souverän aufzutreten etc.

Referentin: Sophia Kuhs, Kompetenzzentrum für Studium und Beruf der Uni Koblenz-Landau

**Volkshochschule Landau  
Maximilianstr. 7, 76829 Landau**

**kostenfrei, Anmeldung erforderlich bei**

[info@volkshochschule-landau.de](mailto:info@volkshochschule-landau.de) oder  
Tel. 06341 / 134992

Info bei Sandra Welsch oder Evi Julier

**31.08. 10 - 15 Uhr**

### „Wohin? Das Undenkbare denken ...“ Für junge Frauen in Ausbildung, Studium und Beruf

Einmal das Undenkbare denken, das Unsagbare sagen und das Unmachbare machen? Heute erlaubst Du Dir neue Ideen für Deine persönliche berufliche Zukunft aufzuspüren, Deine Möglichkeiten zu entdecken: Im intuitiven Spiel mit Stift und Papier machst Du Deine berufliche Rollenbiographie sichtbar. Kreative Übungen helfen Dir Deinen Potentialen näher zu kommen. Grundsätze der Improvisation stützen Dich in den ersten Schritten.

Mit Isabell Jung, Jugendpflegerin, Anleiterin für biographische Schreibgruppen

**Milchzentrale Herxheim  
76863 Herxheim**

**Kosten 15 Euro, Anmeldung bei**

Rosa Tritschler oder [vhs@herxheim.de](mailto:vhs@herxheim.de)

**05.09. 8 - 16 Uhr**

### „Jetzt neu durchstarten“ Den beruflichen Wiedereinstieg erfolgreich gestalten

Sie haben sich über einen längeren Zeitraum primär um Ihre Familie gekümmert? Sie möchten jetzt wieder beruflich aktiv werden? Dann haben Sie bestimmt viele Fragen. Damit der Wiedereinstieg gelingt, gilt es einige Vorbereitungen zu treffen. Eine gezielte Unterstützung erhalten Sie im Einzelgespräch, unbürokratisch + individuell.

Mit Susanne Wagner, Agentur für Arbeit

**Weinstraßencenter, Turnstr. 7  
67269 Grünstadt**

**kostenfrei**

**nur mit persönlicher Terminvereinbarung:**

Susanne Wagner, Tel. 06341/958-342 oder  
[Landau.Wiedereinstieg@arbeitsagentur.de](mailto:Landau.Wiedereinstieg@arbeitsagentur.de)

Info bei Andrea Breßler

**12.09. 9 - 11.30 Uhr**

### „Durchstarten mit Kind!“ Workshop für Mütter

Sobald Frauen mit Kindererziehung und Betreuung beschäftigt sind, tritt Vieles in ihrem Leben zurück. Dieses Angebot richtet sich daher an Mütter, die sich Zeit für sich nehmen wollen, sich mit ihren Stärken, Wünschen und Ideen für ihre Zukunft auseinandersetzen wollen.

Kinderbetreuung wird bei Bedarf angeboten - **bitte unbedingt bei Anmeldung angeben!**

Mit Saskia Knoll + Isabell Schrick, Familienberatung, Caritas Neustadt

**Mehrgenerationenhaus, von-Hartmann-Str.  
11, Neustadt a.d. Weinstraße**

**Kosten: 3 € incl. Kinderbetreuung + Snack**

**Anmeldung erforderlich bis 06.09. bei**

Alexandra Braun-König oder Simone Rothermel