

SEMINARE

2022

WIEDEREINSTIEG & BERUF
SELBSTSTÄNDIGKEIT
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG
ORIENTIERUNG & PERSPEKTIVE
EVENTS

IMPRESSUM

Jahresprogramm 2022

Irrtum und Änderungen vorbehalten.

Herausgeberin: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis

Verantwortlich für den Inhalt: Lena Heß, Projektleiterin

Satzherstellung: Agentur MARKE ICH, Anika Schön, Soltau

Druck und Verarbeitung: Schröder Druck & Design GmbH, Walsrode

Bildquellen: Adobe Stock | Ahoi Fotografie Daniela Buchholz



LIEBE FRAUEN,

schön, dass Sie unser Seminarprogramm in den Händen halten.

Sind Sie gerade in der Situation, sich einen neuen Job zu suchen, möchten Sie sich beruflich neu orientieren oder sich weiterbilden? Oder benötigen Sie eine professionelle Beratung? Zögern Sie nicht und kontaktieren uns gerne. Wir unterstützen Sie bei Ihrer beruflichen Verwirklichung.

Unsere vielfältigen Angebote finden Sie in diesem Seminarverzeichnis und auch auf unserer Homepage unter www.koostelle-heidekreis.de.

Für eine individuelle Beratung können Sie jederzeit einen Termin vereinbaren. Rufen Sie uns unter 05191 970612 an oder schreiben Sie eine Mail an koostelle@heidekreis.de.

Viel Freude beim Erkunden unseres Seminarprogramms – wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße

Ihre Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis



Lena Heß
PROJEKTLITERIN



Verena Baden
PROJEKTLITERIN



Margitte Petersen
PROJEKTASSISTENTIN

VERANSTALTUNGSKALENDER

MÄRZ

02.03.2022	Bewerbungsmappencheck	12
07.03.2022	Wie verdiene ich, was ich wert bin?	13
10.03.2022	Online-Lesung „Von Frauen, die etwas zu sagen haben!“	43
22.03.2022	So entscheiden Personaler	14

APRIL

20.04.2022	Bewerbungsmappencheck	12
20.04.2022	Walk'n'Talk: Feedbacktechniken	29
22.04.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Bad Fallingbostal)	36
29.04.2022	Business-Power-Weekend für Frauen	22
30.04.2022	Business-Power-Weekend für Frauen *	22
30.04.2022	Frau, tanz' in den Mai! - Frauenfest	44

Mai

04.05.2022	Bewerbungsmappencheck	12
10.05.2022	Erfolgreich bewerben in sozialen Netzwerken	16
16.05.2022	Stellensuche 4.0 – strategische Wege zum Job	17
22.05.2022	„Frauenorte“ – Spaziergang in Benefeld	45

JUNI

01.06.2022	Bewerbungsmappencheck	12
09.06.2022	Plötzlich pflegebedürftig	37
14.06.2022	Zurück in den Beruf (Walsrode)	15
16.06.2022	Zurück in den Beruf (Soltau)	15
24.06.2022	Gewaltfreie Kommunikation	30
25.06.2022	Gewaltfreie Kommunikation *	30
28.06.2022	Frau & Rente	38

JULI

02.07.2022	Rhetorisch durchsetzen	31
02.07.2022	Gewaltfreie Kommunikation *	30
06.07.2022	Bewerbungsmappencheck	12
15.07.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Soltau)	36

AUGUST

29.08.2022	Berufstätigkeit und gesunde Ernährung	18
------------	---------------------------------------	----

SEPTEMBER

01.09.2022	Mensch ärgere Dich nicht - selbstbewusst & souverän	32
07.09.2022	Verliebt, verlobt, verheiratet... getrennt?	39
07.09.2022	Bewerbungsmappencheck	12
14.09.2022	Selbstständigkeit in Teilzeit	23
16.09.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Bad Fallingbostal)	36
21.09.2022	Kein Geld ist auch keine Lösung	40
29.09.2022	work+life	46
30.09.2022	work+life	46

OKTOBER

01.10.2022	work+life	46
04.10.2022	Zurück in den Beruf (Walsrode)	15
05.10.2022	Kein Geld ist auch keine Lösung *	40
05.10.2022	Bewerbungsmappencheck	12
06.10.2022	Zurück in den Beruf (Soltau)	15
11.10.2022	Die „Innere“ Kritikerin	33
13.10.2022	Den beruflichen Neustart in der Lebensmitte meistern	19

NOVEMBER

02.11.2022	Bewerbungsmappencheck	12
03.11.2022	Demenz	41
15.11.2022	Gründungswoche Expertinnensprechstunde Werbung & PR	25
16.11.2022	Gründungswoche Unternehmerinnen-Speed-Dating	26
17.11.2022	Elevator Pitch	20
18.11.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Soltau)	36
22.11.2022	Frau & Rente	38
30.11.2022	Stressmanagement - Weniger Stress, mehr Leben!	34

DEZEMBER

07.12.2022	Bewerbungsmappencheck	12
------------	-----------------------	----

* Teil eines Kurses oder einer mehrtägigen Veranstaltung, nicht separat buchbar.

THEMEN

WIEDEREINSTIEG & BERUF

AB SEITE 11

02.03.2022	Bewerbungsmappencheck	12
07.03.2022	Wie verdiene ich, was ich wert bin?	13
22.03.2022	So entscheiden Personaler	14
14.04.2022	Zurück in den Beruf (Walsrode)	15
16.04.2022	Zurück in den Beruf (Soltau)	15
20.04.2022	Bewerbungsmappencheck	12
04.05.2022	Bewerbungsmappencheck	12
10.05.2022	Erfolgreich bewerben in sozialen Netzwerken	16
16.05.2022	Stellensuche 4.0 – strategische Wege zum Job	17
01.06.2022	Bewerbungsmappencheck	12
06.07.2022	Bewerbungsmappencheck	12
29.08.2022	Berufstätigkeit und gesunde Ernährung	18
07.09.2022	Bewerbungsmappencheck	12
04.10.2022	Zurück in den Beruf (Walsrode)	15
05.10.2022	Bewerbungsmappencheck	12
06.10.2022	Zurück in den Beruf (Soltau)	15
13.10.2022	Den beruflichen Neustart in der Lebensmitte meistern	19
02.11.2022	Bewerbungsmappencheck	12
17.11.2022	Elevator Pitch	20
07.12.2022	Bewerbungsmappencheck	12

SELBSTSTÄNDIGKEIT

AB SEITE 21

29.04.2022	Business-Power-Weekend für Frauen	22
30.04.2022	Business-Power-Weekend für Frauen *	22
14.09.2022	Selbstständigkeit in Teilzeit	23
15.11.2022	Gründungswoche Expertinnensprechstunde Werbung & PR	25
16.11.2022	Gründungswoche Unternehmerinnen-Speed-Dating	26

* Teil eines Kurses oder einer mehrtägigen Veranstaltung, nicht separat buchbar.

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

AB SEITE 28

20.04.2022	Walk'n'Talk: Feedbacktechniken	29
24.06.2022	Gewaltfreie Kommunikation	30
25.06.2022	Gewaltfreie Kommunikation *	30
02.07.2022	Gewaltfreie Kommunikation *	30
02.07.2022	Rhetorisch durchsetzen	31
01.09.2022	Mensch ärgere Dich nicht	32
11.10.2022	Die „Innere“ Kritikerin	33
30.11.2022	Stressmanagement - Weniger Stress, mehr Leben!	34

ORIENTIERUNG & PERSPEKTIVE

AB SEITE 35

22.04.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Bad Fallingbostal)	36
09.06.2022	Plötzlich pflegebedürftig	37
28.06.2022	Frau & Rente	38
15.07.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Soltau)	36
07.09.2022	Verliebt, verlobt, verheiratet... getrennt?	39
16.09.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Bad Fallingbostal)	36
21.09.2022	Kein Geld ist auch keine Lösung	40
05.10.2022	Kein Geld ist auch keine Lösung *	40
03.11.2022	Demenz	41
18.11.2022	Vortragsreihe für Internationale Frauen (Soltau)	36
22.11.2022	Frau & Rente	38

EVENTS

AB SEITE 42

10.03.2022	Online-Lesung „Von Frauen, die etwas zu sagen haben!“	43
30.04.2022	Frau, tanz' in den Mai! - Frauenfest	44
22.05.2022	„Frauenorte“ – Spaziergang in Benefeld	45
29.09.2022	work+life	46
30.09.2022	work+life	46
01.10.2022	work+life	46

DIE KOOSTELLE

SIE WOLLEN

- Ihre Kompetenzen erweitern?
- Schlüsselqualifikationen erwerben?
- sich beruflich weiter entwickeln?
- Beruf und Familie vereinbaren?
- nach der Elternzeit wieder arbeiten?

WIR BIETEN IHNEN

- kostenlose Einzelberatung
- kostenfreie bzw. kostengünstige Seminare
- Impulse zur Entwicklung einer Karrierestrategie

WIR FÖRDERN

BERUFLICHE WEITERBILDUNGSSEMINARE FÜR

- BerufsrückkehrerInnen, die nicht erwerbstätig sind
- Elternzeitnehmende
- Frauen, die im Mini- oder MidiJob (< 850 Euro mtl. Bruttolohn) arbeiten
- Frauen, die nicht im Leistungsbezug nach SGB II oder SGB III stehen

... mit einem Zuschuss von bis zu max. 200 Euro pro Jahr. Die genauen Förderkonditionen erfahren Sie in Ihrem Beratungsgespräch. Eine Kombination von Förderungen ist ausgeschlossen. Mitarbeitende und Elternzeitnehmende aus Mitgliedsbetrieben des ÜBV erhalten auf Antrag 50% Ermäßigung (im Rahmen des aktuellen Weiterbildungsprogramms der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis). Der entsprechende Ermäßigungsantrag steht zum Download auf www.uebv-heidekreis.de bereit.

Es besteht die Möglichkeit, die Kurse der Volkshochschule Heidekreis gGmbH und anderer anerkannter Bildungs- und Qualifizierungsinstitutionen, die dem beruflichen Wiedereinstieg dienen, durch die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis fördern zu lassen.

WICHTIG:

STELLEN SIE IHREN FÖRDERANTRAG VOR SEMINARBEGINN!

Gestellte Anträge müssen bis zum 31.12.2022 abgerechnet werden. Es besteht kein Rechtsanspruch auf eine Förderung.

SIE STEHEN VOR EINEM BERUFLICHEN AUF- ODER UMBRUCH?

NUTZEN SIE UNSER BERATUNGSANGEBOT

Der Berufsweg von Frauen verläuft manchmal nicht ganz geradlinig. Es gibt Kindererziehungszeiten, Teilzeitarbeit, Angehörigenpflege und zeitweise auch Phasen ohne Beschäftigung. Diese Berufsbiographien sind nicht ungewöhnlich, da die Vereinbarkeit von Familie und Beruf viele Frauen vor eine große Herausforderung stellt.

Was wir für Sie tun können: Die Koordinierungsstelle unterstützt Sie auf Ihrem beruflichen Weg. Gemeinsam schauen wir, in welcher beruflichen Situation Sie sich zur Zeit befinden, schärfen Ihren Blick auf Ihr Profil und Ihre Kompetenzen und entwickeln daraus eine Vision, um Sie beruflich zu Ihrem Ziel zu führen.

Wir beraten Sie unabhängig, unbürokratisch und vertraulich zu den Themen:

- ☐ Beruflicher Wiedereinstieg nach der Elternzeit oder Familienphase
- ☐ Weiterbildungsmöglichkeiten
- ☐ Berufliche Neuorientierung
- ☐ Bewerbungsstrategien
- ☐ Karriereplanung

TELEFON

05191 970-612

Für eine Einzelberatung in der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft können Sie einen Beratungstermin bei Margitte Petersen vereinbaren.

Lena Heß



Verena Baden



ANERKENNUNGS- UND QUALIFIZIERUNGSBERATUNG

Für Menschen, die eine Anerkennung ihrer im Ausland erworbenen Studien- oder Berufsabschlüsse anstreben, bietet die Anerkennungs- und Qualifizierungsberatungsstelle des bundesweiten Förderprogramms „Integration durch Qualifizierung (IQ)“ die Möglichkeit, Ratsuchenden erste Orientierung und einen Überblick über die Anerkennung bzw. Bewertung ihres Abschlusses zu geben.

Weiterhin können sie dort Informationen erhalten, wie sie eine passende Qualifizierung finden, um auf dem deutschen Arbeitsmarkt bessere Berufschancen zu haben.

Das Beratungsangebot ist offen für alle Ratsuchenden, die im Ausland eine Qualifikation erworben haben. Unternehmen und Institutionen können sich ebenfalls an die Beratungsstelle wenden.



ZIELGRUPPE

Menschen mit einem ausländischen Schul-, Berufs- oder Hochschulabschluss, mit Berufserfahrung in einem qualifizierten Beruf und Migrantinnen und Migranten, die eine Anpassungsqualifikation anstreben, da ihr Abschluss nicht in vollem Umfang anerkannt wurde.

VEREINBAREN SIE EINEN BERATUNGSTERMIN!

Nadine Norton-Erichsen

Telefon 05141 929861

E-Mail n.norton-erichsen@vhs-celle.de

BERATUNG, QUALIFIZIERUNG UND COACHING FÜR GRÜNDERINNEN

Dieses EU-geförderte Projekt für Gründerinnen bietet Ihnen

- begleitete Umsetzung Ihres Vorhabens
- individuelle Einzelberatung und Coaching (7 Stunden)
- Workshops in Kleingruppen
- Networking, Motivation und Unterstützung
- kostenfreie Teilnahme



FÜR WEN

Teilnehmen können Frauen aus den Landkreisen Verden, Rotenburg, Osterholz, Celle und dem Heidekreis, die sich auf eine Selbstständigkeit in Voll- oder Teilzeit vorbereiten wollen.

UMFANG UND TEILNAHMEDAUER

Die Teilnahme ist auf maximal 6 Monate begrenzt. Ein Einstieg in das Projekt ist laufend möglich. Die Einzelberatungen finden nach Absprache in Verden, Osterholz-Scharmbeck oder Walsrode statt.

INFORMATION UND ANMELDUNG

startklar Unternehmensentwicklung GmbH
Lindhooper Str. 54
27283 Verden (Aller)



Telefon 04231 6714460
E-Mail info@startklar-verden.de
www.startklar-verden.de

Das Anmeldeformular finden Sie auf unserer Internetseite unter www.startklar-verden.de/fs

Die Einzelberatung kann auch in Walsrode erfolgen.



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung



ANMELDUNG

ZU KURSEN, SEMINAREN UND WORKSHOPS

Bitte melden Sie sich zu den Seminaren oder Vorträgen schriftlich per E-Mail mit vollständiger Adresse und Telefonnummer an. In diesem Heft finden sich unter jeder Veranstaltung die entsprechenden Kontaktdaten.

SIE ERHALTEN KEINE AUTOMATISCHE ANMELDEBESTÄTIGUNG!

Wir benachrichtigen Sie kurzfristig

- sollte ein Kurs ausfallen
- der Kurs überbelegt sein
- bei Termin- oder Raumänderung

Sollten Sie im Vorfeld nichts von uns hören, erwarten wir Sie zum angegebenen Kurstermin. Bei Kursen der Volkshochschule Heidekreis gGmbH gelten deren Geschäftsbedingungen.

ABMELDUNG

Sollten Sie eine Veranstaltung nicht wahrnehmen können, informieren Sie uns bitte rechtzeitig. So kann der Platz anderweitig vergeben werden.

WIE SIE BEZAHLEN

In der Regel wird die Gebühr bei Veranstaltungen der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft bar vor Ort entrichtet.

WIEDEREINSTIEG & BERUF



BEWERBUNGSMAPPENCHECK

Eine erfolgreiche Bewerbungsmappe ist wie ein individueller Maßanzug und braucht dementsprechend einen guten formalen und inhaltlichen Aufbau. Der Experte Christian Kroll schaut mit Ihnen gemeinsam Ihre vorbereiteten Bewerbungsunterlagen durch und gibt Ihnen ein Feedback zu inhaltlichen Formulierungen im Anschreiben und Lebenslauf sowie Tipps zur formalen Gestaltung Ihrer Bewerbung. Offene Fragen zu Ihren Bewerbungsunterlagen bespricht Herr Kroll gern mit Ihnen in unserer Bewerbungssprechstunde. Um Anmeldung wird gebeten.

AN FOLGENDEN TAGEN JEWEILS VON 09:00 - 12:00 UHR

Wann:	Mi, 02.03.2022 Mi, 20.04.2022 Mi, 04.05.2022 Mi, 01.06.2022 Mi, 06.07.2022 Mi, 07.09.2022 Mi, 05.10.2022 Mi, 02.11.2022 Mi, 07.12.2022
Leitung	Christian Kroll
Wo:	Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Landkreisgebäude - 3. OG Raum 319 Harburger Str. 2 29614 Soltau
Kosten:	keine
Anmeldeschluss:	Spätestens zwei Tage vorher. Bitte planen Sie ggf. eine Wartezeit ein.
Anmeldung:	Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de

Christian Kroll



WIE VERDIENE ICH, WAS ICH WERT BIN?

WARUM ES NICHT REICHT, EINFACH GUTE LEISTUNG ABZULIEFERN

Gwendolyn Stoye arbeitet seit über 5 Jahren mit Frauen, die beruflich Gas geben. Ihr Fachwissen, Engagement und ihre Kundenorientierung begeistern immer wieder auf's Neue.

Viele Frauen bekommen tolle Feedbacks ihrer Kund*innen, Kolleg*innen und Vorgesetzten und lieben das, was sie tun. Auch stehen sie mit ihrem Know-how und Fachwissen dem der Männer in nichts nach.

Trotzdem verdienen Frauen im Vergleich zu ihren männlichen Kollegen 18 % weniger. Da stellt sich die Frage, warum ist das so? Sind Frauen schlechter qualifiziert als ihre männlichen Kollegen? Es sind wohl mehrere Gründe. Doch einen wesentlichen Unterschied, der bei nahezu allen Frauen beobachtet wird, ist die Außendarstellung.

Wenn es darum geht, sich nach außen überzeugend und souverän zu präsentieren, stehen Frauen ihren männlichen Kollegen oft zurück. Sie verstecken sich hinter anonymen Botschaften, allgemeinen Aussagen oder falsch verstandener Bescheidenheit. Auch beim Zusammentreffen sind sie eher zurückhaltend, was ihre Fähigkeiten und Erfolge angeht.

Leitung: Gwendolyn Stoye
 Wann: Mo., 07. März 2022 von 19:30 -21:00 Uhr
 Wo: Online über Zoom
 Kosten: keine
 Anmeldeschluss: 04. März 2022
 Anmeldung: Koordinierungsstelle
 Frau & Wirtschaft Heidekreis
 Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Gwendolyn Stoye



SO ENTSCHEIDEN PERSONALER

VORSTELLUNGSGESPÄCHE ERFOLGREICH MEISTERN

Das ist einfacher als gedacht. Sie haben eine Einladung für ein Vorstellungsgespräch erhalten und Ihnen ist mulmig zumute? Oder Sie erwarten eine? Sie wissen nicht, wie Sie sich im Gespräch gut darstellen können um den Job zu erhalten? Sie möchten sich auf mögliche Fragen gut vorbereiten?

Dann sind Sie in diesem Workshop genau richtig. Auf folgende Fragen werden Sie Antworten erhalten:

- Wie läuft ein Vorstellungsgespräch ab?
- Wie sollte ich im Vorstellungsgespräch auftreten?
- Welche Fragen werden auf mich zukommen?
- Wie überzeugend bin ich im Live-Gespräch?
- Und was ist, wenn es doch anders kommt?

Am Ende dieses Workshops gehen Sie selbstgestärkt nach Hause, um mit Erfolg und Gelassenheit das nächste Vorstellungsgespräch zu meistern.

Leitung: Jana Jeske
Wann: Di., 22. März 2022 von 9:00 - 13:00 Uhr
Wo: Online über Zoom
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 15. März 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Jana Jeske



ZURÜCK IN DEN BERUF

Der Wunsch, nach einer familienbedingten Auszeit wieder in den Beruf zurück zu kehren wirft mitunter viele Fragen auf und sollte daher bewusst und gut vorbereitet werden. Aktuelle Informationen zu finanziellen Fördermöglichkeiten, Weiterbildung und Umschulung sind dabei ein wichtiger Baustein.

Wir informieren Sie über die Angebote und Möglichkeiten der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft und der Bundesagentur für Arbeit und geben Ihnen Gelegenheit, individuelle Fragen zu stellen.

Leitung:	Sabine Mix, BCA Agentur für Arbeit Celle Verena Baden und Lena Heß, Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Wann:	Di., 14.06. (Walsrode) und Do., 16.06.2022 (Soltau) sowie Di., 04.10. (Walsrode) und Do., 06.10.2022 (Soltau) jeweils von 09:30 - 11:00 Uhr
Wo:	Soltau Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Landkreisgebäude, 3. OG Raum 305 Harburger Str. 2 29614 Soltau
	Walsrode Agentur für Arbeit Benzer Str. 69 29664 Walsrode
Kosten:	keine
Anmeldeschluss:	Spätestens zwei Tage vorher
Anmeldung:	Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de

Sabine Mix



Lena Heß



Verena Baden



ERFOLGREICH BEWERBEN IN SOCIAL MEDIA

Haben Sie schon mal einen Job gesucht und wussten gar nicht, wo Sie sich überall bewerben können? Was ist heute im digitalen Zeitalter richtig und was führt mich wirklich zum Ziel?

In diesem Seminar / Workshop mit Qualitätstrainerin und Fachfrau für "Social Media" Martina Kuhlmann lernen Sie, sich digital zu positionieren und sich im Internet auf den richtigen Plattformen zu vermarkten um den Job zu erhalten, den Sie sich wünschen.

- Trennen Sie privates und berufliches
- Was darf und muss der Arbeitgeber wissen!
- Sind Sie sichtbar?
- Haben Sie sich schon gegoogelt und Ihre Reputation überprüft?
- Netzwerken und digital Kontakte knüpfen
- Tricks, Tools und Apps zum effektiven Lebenslauf
- Erzeugen Sie Aufmerksamkeit mit außergewöhnlichen Projekten
- Welche Plattformen verlangen welche Aufmerksamkeit und wie sehen meine Profile aus?

Leitung: Martina Kuhlmann
Wann: Di., 10. Mai 2022 von 09:00 - 12:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2, 29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 03. Mai 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de

Martina Kuhlmann



STELLENSUCHE 4.0

STRATEGISCHE WEGE ZUM JOB

Die digitale Recherche ist ein sinnvoller Weg, um nach Stellenanzeigen zu suchen - nicht erst seit März 2020. Neben sehr vielen Stellenportalen gibt es Recruitingevents, Möglichkeiten zum Active Sourcing (Sichtbarkeit in Netzwerken, um gefunden zu werden), Chatbots auf den Karriereportalen von Unternehmen und vieles mehr.

Bei allen Recherchen ist es notwendig, das eigene Profil zu kennen und benennen zu können, um möglichst passgenau auf Anforderungen zu reagieren.

Referentin Bianca Sievert geht in diesem Onlinevortrag auf folgende Inhalte und Themen ein:

- Analyse und Systematik der Recherche in Jobbörsen und Jobsuchmaschinen
- Möglichkeiten des Active Sourcing in Portalen und Netzwerken
- kurze Vorstellung von zwei Tools (@beruf&leben) zur Profilarbeit und zur passgenauen Analyse von Stellenanzeigen

Leitung: Bianca Sievert
 Wann: Mo, 16. Mai 2022 von 14:00 - 16:00 Uhr
 Wo: Online über Zoom
 Kosten: keine
 Anmeldeschluss: 09. Mai 2022
 Anmeldung: Koordinierungsstelle
 Frau & Wirtschaft Heidekreis
 Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Bianca Sievert



BERUFSTÄTIGKEIT UND GESUNDE ERNÄHRUNG

MIT DER RICHTIGEN ERNÄHRUNG DURCH STRESSIGE ZEITEN

Stress ist allgegenwärtig, ob im privaten oder beruflichen Kontext. Dass wir keine Entspannung in Chips-Tüten finden, ist uns allen bewusst und dennoch greifen wir im Alltag oft auf Convenience-Produkte und schnelle Snacks zurück, da die Alternativen häufig viel anstrengender erscheinen.

Wie können wir Stress durch Ernährung reduzieren? Wie können wir unser Gehirn mit Nährstoffen unterstützen und leistungsfähiger machen? Und wie kann dies in einen stressigen Alltag integriert werden?

Mehr Gesundheit mit Messer und Gabel wagen, zuhause und auch in der Mittagspause. Mit spannenden Wissenshappen und Snacks zum Probieren lädt die Ernährungswissenschaftlerin Melina Meyer dazu ein, einen neuen Blick auf die Mittagspause und die Snackschublade zu entwickeln.

Leitung: Melina Meyer
Wann: Mo., 29. August 2022 von 18:00 - 20:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft,
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2
29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 22. August 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Melina Meyer



DEN BERUFLICHEN NEUSTART...

IN DER LEBENSMITTE ERFOLGREICH MEISTERN

Kennst Du diese Situation?

- Du hast einen Job, fühlst Dich daran jedoch unwohl?
- Du bist noch beschäftigt, ahnst jedoch, dass die Kündigung droht?
- Du bist schon freigestellt?
- Du hast eine Stelle, weißt aber ganz genau, dass diese gar nicht Deinen Stärken und Fähigkeiten entspricht?

Vier unterschiedliche Lebenssituation – vier gleiche Herausforderungen: in der Lebensmitte noch einmal beruflich neu durchstarten!

Die Frage ist: Wie? Wie kann ich mich konkret auf den Weg machen herauszufinden, was zu mir und meiner Lebenssituation passt und meinen Stärken entspricht. Und wo gibt es den Job dazu?

Vor genau dieser Situation stand Barbara Rottwinkel-Kröber vor sechs Jahren: Ihr Job fiel weg und über Nacht stellte sich die Frage: Was nun? Fünf Jahre brauchte sie bis sie 2019 mit www.starke-frauen.info ihr neues Herzensbusiness gründete.

Aus ihren eigenen Erfahrungen hat sie die so genannte „Job-to-go Formel“ entwickelt. Ein Konzept, nachdem sich jeder in vier Schritten und mit System beruflich neu aufstellt. Von A wie „anfangen“ bis Z wie „zu welchem Unternehmen passe ich“. Heute begleitet sie als „Reisebegleiterin“ Frauen in der Lebensmitte bei ihrer beruflichen Neuorientierung.

Im Workshop lernst Du, worauf es bei einem beruflichen Neustart mit 40+ ankommt. Jede Teilnehmerin erhält praxisnahe und sofort umsetzbare Checklisten, Tipps und Anregungen, mit denen sie sofort loslegen kann.

Barbara Rottwinkel-Kröber



Leitung:	Barbara Rottwinkel-Kröber
Wann:	Do, 13. Oktober 2022 von 17:00 - 19:00 Uhr
Wo:	Online über Zoom
Kosten:	keine
Anmeldeschluss:	06. Oktober 2022
Anmeldung:	Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de

ELEVATOR PITCH

IN 30 SEKUNDEN ÜBERZEUGEN

Sie treffen jemanden im Aufzug, der Sie fragt, was Sie eigentlich beruflich machen. Sie haben nur 30 Sekunden Zeit, diesen Menschen von sich zu überzeugen. Was tun?

In diesem kurzweiligen Abendworkshop erarbeiten Sie ein persönliches 30-Sekunden-Profil, das Sie ins beste Licht rückt. Sie schreiben unter Anleitung der Kommunikationsberaterin Sabine Strobel einen Profiltext und proben Ihren Auftritt.

Nach diesem Workshop sind Sie auf die nächsten überraschenden Begegnungen bestens vorbereitet. Egal, ob es sich dabei um ein Vorstellungsgespräch, eine Familienfeier oder ein Projektmeeting handelt.

Leitung: Sabine Strobel
Wann: Do, 17. November 2022 von 18:00 - 20:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft,
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2
29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 10. November 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Sabine Strobel



SELBSTSTÄNDIGKEIT



BUSINESS-POWER-WEEKEND

FÜR FRAUEN

Erfahren Sie an unserem BUSINESS-POWER-WEEKEND für Frauen alles Wichtige rund um die Themen Existenzgründung, Marketing, Steuerrecht, Akquise und erfolgreiches Verhandeln.

Unsere ausgewählten Referenten und Referentinnen sind allesamt Profis auf Ihren Gebieten. Profitieren Sie von Ihren langjährigen Erfahrungen und Ihrem exzellenten Know-how. Wir freuen uns auf Sie!

TAG 1 | FREITAG, 29.04.2022

14:30 - 16:30 Uhr: Mit Spaß akquirieren
Referentin: Anke Tielker

17:00 - 18:30 Uhr: Erfolgreich Gründen
Referent: Jochen Lauenstein

TAG 2 | SAMSTAG, 30.04.2022

09:00 - 13:00 Uhr: Gründungswissen Steuerrecht
Referentin: Natascha Fabian

14:00 - 16:30 Uhr: Das Marketing-Basis-Kit
Referentin: Anika Schön

17:00 - 19:00 Uhr: Erfolgreich verhandeln
Referent: Martin Rettmer

Wann: Fr., 29. April - Sa., 30. April 2022
Wo: Hotel Park Soltau
Winsener Str. 111
29614 Soltau
Kosten: 120,00 Euro inkl. Verpflegung (nur komplett buchbar),
zahlbar per Überweisung nach Anmeldung
Anmeldeschluss: Fr., 22. April 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de



SELBSTSTÄNDIGKEIT IN TEILZEIT

Selbstständigkeit in Teilzeit wird oft genutzt um einen Zuverdienst zu generieren, eine Selbstständigkeit auszuprobieren oder um die Risiken einer Selbstständigkeit einschätzen zu können. Für alle Bereiche ist es notwendig sich einen Überblick über die gesetzlichen Regelungen und andere Möglichkeiten zu verschaffen. Erfahren Sie mehr über die ersten Schritte.

Leitung: Anke Tielker
Wann: Mi., 14. September 2022 von 09:30 - 12:30 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis
Landkreisgebäude, 2. OG Raum 224
Harburger Str. 2
29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 07. September 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de

Anke Tielker





Gründungswoche Deutschland

14.–20. November 2022

www.gruendungswoche.de

Die Gründungswoche Deutschland ist bundesweit das größte Event, um Unternehmmergeist und Gründungen zu stärken. Sie ist zudem Teil der Global Entrepreneurship Week, die zeitgleich in über 170 Ländern stattfindet.

Die Gründungswoche richtet sich an Schülerinnen und Schüler, Studierende, junge Erwachsene, Gründerinnen sowie andere Gründungsinteressierte. In zumeist kostenlosen Workshops, Wettbewerben, Diskussionsrunden oder Planspielen können sich die Teilnehmenden über die Chancen und Möglichkeiten einer Unternehmensgründung informieren, eigene Geschäftsideen entwickeln und ihr Netzwerk erweitern.

Die Veranstaltungen werden von den registrierten Partnern der Gründerwoche geplant und durchgeführt. Dazu gehören zum Beispiel Schulen, Hochschulen, Gründungsinitiativen, Kommunen, Kammern, Verbände, Wirtschaftsministerien und Unternehmen aus ganz Deutschland.

Die Teilnehmenden bekommen bei den Veranstaltungen einen ersten Eindruck davon, was es heißt, sich selbstständig zu machen und sein eigener Chef oder seine eigene Chefin zu sein.

Mehr als 1.700 Partner haben sich bereits registriert und bieten – vor Ort oder digital – zahlreiche Veranstaltungen bundesweit an. Auch die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis ist wieder dabei – in Kooperation mit dem U-Netz Heidekreis, der Initiative FRAUENunternehmen sowie der Agentur MARKE ICH und shs medien.

Die Gründungswoche Deutschland ist eine Aktion des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie. Weitere Informationen zur Gründerwoche erhalten Sie auch unter www.gruendungswoche.de



EXPERTINNENSPRECHSTUNDE WERBUNG & PR

IM RAHMEN DER GRÜNDUNGSWOCHE 2022

Bei dieser Veranstaltung stehen Antje Diller-Wolff (mit ihrem Unternehmen shs medien, Expertin für Rhetorik, Präsentation und PR) und Anika Schön (Inhaberin der Werbeagentur MARKE ICH) ehrenamtlich zur Verfügung, um mit GründerInnen und Interessierten verschiedenste Fragen rund um Außen- und Selbstdarstellung, Werbung und Selbstständigkeit zu erörtern.

Von der Frage, was eine gute Homepage oder ein professionelles Logo ausmacht, über Tipps und Tricks in Sachen Rhetorik, Pressearbeit und PR bis hin zu generellen Fragen rund um das Thema Selbstständigkeit, haben die beiden vom Bundeswirtschaftsministerium als Vorbild-Unternehmerinnen ausgezeichneten Expertinnen neben reichlich Fachwissen auch einen großen Erfahrungsschatz zu bieten, von dem angehende Unternehmerinnen und Unternehmer profitieren können.

Leitung: Antje Diller-Wolff und Anika Schön
Wann: Di., 15. November 2022 von 10:00 – 12:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft,
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2, 29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: Di, 08. November 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

UNTERNEHMERINNEN-SPEED-DATING: WIE WERDE ICH ERFOLGREICHE UNTERNEHMERIN?



Das U-Netz Heidekreis e. V. lädt in Kooperation mit den Vorbild-Unternehmerinnen Antje Diller-Wolff, Carola Fernau und Anika Schön und der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis zum Speed-Dating ein. Das Ziel? Frauen Mut zu machen, mehr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, Talente und Qualifikationen zu haben.

Bei dem Event „daten“ Sie verschiedenste Unternehmerinnen und können alles fragen, was Sie schon immer wissen wollten. Egal ob Sie etwas zu Werdegang, Unternehmensführung oder Work-Life-Balance interessiert. Sie erhalten Antworten auf all Ihre Fragen. Neben den drei Vorbildunternehmerinnen der Initiative „FRAUEN unternehmen“ stehen noch weitere gestandene Unternehmerinnen aus dem U-Netz-Heidekreis zur Verfügung.

Auch das Team der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft sowie das Unternehmerinnen-Netzwerk U-Netz Heidekreis e. V. sind mit einem Infostand dabei und stehen für Ihre Fragen parat. Nutzen Sie die Zeit bestmöglich und tauschen Sie sich aus - nicht nur mit den Unternehmerinnen, sondern auch mit den anderen Teilnehmerinnen!

Veranstalter: U-Netz Heidekreis e. V. (www.u-netz-heidekreis.de)
in Kooperation mit den Vorbildunternehmerinnen im Heidekreis der Initiative „FRAUEN unternehmen“ des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz (Mehr Informationen unter www.frauen-unternehmen-initiative.de):
Antje Diller-Wolff (www.shsmedien.de)
Carola Fernau (www.cmf-immobilienservice.de)
Anika Schön (www.markeich.de)
und der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis

Wann: Mi., 16. November 2022 von 19:00 - 21:00 Uhr
Wo: Tagungshotel Luisenhöhe, Am Vogelpark 2, 29664 Walsrode
Kosten: keine
Anmeldeschluss: Mi, 09. November 2022
Anmeldung: info@u-netz-heidekreis.de



U-NETZ HEIDEKREIS E.V.

DAS UNTERNEHMERINNEN-NETZWERK

Das U-Netz vereint Unternehmerinnen aller Branchen des Heidekreises und darüber hinaus. Im aktiven Miteinander treffen sich die Unternehmerinnen regelmäßig und tauschen ihre Erfahrungen aus. Ob beim lockeren Business-Treff zum Klönen und Diskutieren, beim Themen-Abend mit fachlichen Inhalten oder auf den Visitenkarten-Partys sind die Mitgliedsfrauen des U-Netz Heidekreis e.V. immer bestrebt, ihre Unternehmen und den Wirtschaftsstandort Heidekreis zu entwickeln und nach vorn zu bringen. Ziele des Unternehmerinnen-Netzwerkes:



- Förderung der Unternehmerinnen des Netzwerkes
- Stabilisierung der Unternehmen durch Kooperation und Weiterbildung sowie
- Erfahrungs- und Informationsaustausch
- Kooperationen mit anderen Unternehmen und Netzwerken aus der Wirtschaft

Das U-Netz trifft sich gewöhnlich am zweiten Mittwoch im Monat: Netzwerkzeit von 19:00 - 20:00 Uhr, Vortrag von 20:00 - 21:30 Uhr (Änderungen vorbehalten).

Alle Details zu den Veranstaltungen und mehr Informationen zu unserem Netzwerk finden Sie im Internet unter www.u-netz-heidekreis.de sowie auf Facebook unter www.facebook.com/unetzheidekreis.

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG



WALK'N'TALK IN DER NATUR FÜR FRAUEN

FEEDBACKTECHNIKEN KENNENLERNEN UND ANWENDEN

Die Kombination aus Indoor-Impuls und Outdoor-Spaziergang ist eine gute Möglichkeit drei Feedbacktechniken kennenzulernen und zu erproben.

Zuerst gibt Sabine Strobel in den Räumlichkeiten der Koostelle, Harburger Str. 2 in Soltau, einen kurzen Überblick über die psychologische Grundhaltung als Voraussetzung für eine aktive Offenheit. Nach dem theoretischen Input wird draußen zu zweit ein etwa einstündiger Spaziergang durch den Böhmevald unternommen, um die Techniken in der Praxis anzuwenden.

Unterwegs wird von der Dozentin Unterstützungsmaterial verteilt, während alle 5 Minuten die Gesprächspartnerin wechselt. So kann an unterschiedlichen Persönlichkeitstypen die Wirksamkeit des eigenen Feedbacks erprobt werden. Ebenso können die unterschiedlichen Feedbacktechniken nach Lust und Laune variiert werden. Nach und nach bekommt man einen Eindruck davon, wie schnell und einfach professionelles Feedback im Alltag sein kann und wie es bei anderen ankommt. Das Gelernte wird reflektiert und es leiten sich daraus Handlungsempfehlungen für eine künftige Kommunikation ab.

Bei einem Getränk und einem kleinen Imbiss kann der Abend im Brauhaus ausklingen. Bitte denken Sie an wettergerechte Kleidung.

Leitung: Sabine Strobel
 Wann: Mi., 20. April 2022 von 16:30 - 19:30 Uhr
 Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
 Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
 Harburger Str. 2
 29614 Soltau
 Kosten: 25,00 Euro inkl. Imbiss
 Anmeldeschluss: 13. April 2022
 Anmeldung: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis
 Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de

Sabine Strobel



GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

GUTE KOMMUNIKATION – SOZIALE KOMPETENZ

Immer dann, wenn sich Menschen begegnen, findet Kommunikation statt, egal ob verbal oder nonverbal. Sie erscheint uns meist so selbstverständlich, dass wir gar nicht mehr darüber nachdenken... doch dieses bereitet leider häufig den Nährboden für Missverständnisse und Konflikte.

Gute Kommunikationsfähigkeit allerdings stellt den Hauptbestandteil sogenannter „sozialer Kompetenz“ dar. Sie entscheidet sowohl über den Erfolg unserer Kommunikation als auch über die Qualität unserer privaten und beruflichen Beziehungen. Oder anders formuliert: „So erreiche ich, was ich möchte und führe zugleich noch gute und tragfähige Beziehungen.“

Gewaltfreie Kommunikation ist fern von Forderungen, Strafen und Drohungen. Ziel des Trainings ist es, die Teilnehmenden in die Lage zu versetzen, durch eigene Klarheit empathischer, stimmiger und erfolgreicher zu kommunizieren. Sie lernen die „Tücken“ der menschlichen Kommunikation: die Missverständnisse, die sich zu einem Konflikt entwickeln können, zu erkennen und diese konstruktiv zu verändern. Sie erfahren, welche inneren Prozesse während der menschlichen Kommunikation ablaufen und wie diese unsere Reaktionen steuern.

Leitung: Alexandra Heine
Wann: Fr., 24. Juni 2022 von 13:30 - 18:30 Uhr sowie
Sa, 25. Juni 2022 von 10:00 - 15:00 Uhr und
Sa, 02. Juli 2022 von 10:00 - 15:00 Uhr
(Kurs - nicht einzeln buchbar)
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2
29614 Soltau
Kosten: 60,00 EURO
Anmeldeschluss: 17. Juni 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Alexandra Heine



RHETORISCH DURCHSETZEN

AUS DER VERANSTALTUNGSREIHE „FRAUEN IM FOKUS“

Frauen lassen sich im verbalen Schlagabtausch immer noch leichter mundtot machen und in den körpersprachlichen Tiefstatus drängen als ihre männlichen Kollegen. Das liegt einerseits am Mangel von verbalen Konterstrategien, andererseits an einer unsicheren Körpersprache und unbewussten Signalen, die sie im Moment der Konfrontation aussenden und die dem Gegenüber die innere Verunsicherung verraten.

Ziel des Seminars ist, sich konstruktive Kommunikations- und Fragetechniken anzueignen sowie schlagfertig (re)agieren zu können. Dabei gilt es (auch vor Publikum) selbstsicher zu antworten und zu argumentieren.

Diese Veranstaltungsreihe ist eine Kooperation folgender Netzwerkpartner:innen: Diakonisches Werk Walsrode, Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Ahlden, Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Rethem, Gleichstellungsbeauftragte Gem. Schwarmstedt, Gleichstellungsbeauftragte Stadt Walsrode, Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis, mittendrin – Kulturzentrum Walsrode, Sozialarbeit Walsrode und ver.di Bildungs- und Tagungszentrum Walsrode.

Leitung: Stephanie Trapp

Stephanie Trapp



Wann:

Sa., 02. Juli 2022

von 09:00 - 18:00 Uhr

Wo:

„mittendrin“

Kulturzentrum Walsrode

Moorstr. 89

9664 Walsrode

Kosten:

30,00 Euro inkl. Verpflegung

Anmeldung:

Tel. 05161 2664 oder

info@mittendrin-walsrode.de



MENSCH ÄRGERE DICH NICHT

SELBSTBEWUSST, SCHLAGFERTIG UND SOUVERÄN AUFTRETEN

„Das hätte ich mal sagen sollen...“ - Wer kennt sie nicht, die Situationen, in denen andere über unsere Grenzen trampeln und wir uns darüber ärgern, weil uns zu spät einfällt, was wir hätten sagen oder tun können. Der Umgang mit schwierigen Situationen und Menschen erfordert besondere Werkzeuge und einen cleveren Einsatz von verbaler und nonverbaler Kommunikation. Und genau darum geht es in diesem Workshop. Die Teilnehmenden lernen:

- das 3 x 3 des Grenzen-setzens
- 3 Kommunikationsstufen im Konflikt

Gemeinsam mit der Dozentin Imke Leith wird erarbeitet und geübt, wie man einem „Angriff“ wirksam und gleichzeitig respektvoll begegnen und eigene Grenzen setzen kann. Aus diesem Workshop nehmen die Teilnehmenden praxistaugliche „Mensch-ärgere-dich-nicht“-Strategien mit, die zu einem selbstbewussten, schlagfertigen und souveränen Auftreten und Grenzen setzen verhelfen.

Leitung: Imke Leith
Wann: Do., 01. September 2022 von 09:00 - 13:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Raum wird noch bekannt gegeben
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 25. August 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Imke Leith





DIE „INNERE“ KRITIKERIN

COACH DICH SELBST

Wussten Sie, dass jeder Mensch verschiedene Teammitglieder in sich führt? Manche bewusst, manche unbewusst. Es ist sozusagen wie in einem kleinen Unternehmen in uns. In dem Onlineseminar mit Jana Jeske bekommen Sie die Möglichkeit, sich mit Ihrem inneren Team auseinander zu setzen und zu lernen, welche Teammitglieder Sie wieder besser steuern lernen sollten.

Leitung: Jana Jeske
Wann: Di., 11. Oktober 2022 von 09:00 - 13:00 Uhr
Wo: Online über Zoom
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 04. Oktober 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Jana Jeske





STRESSMANAGEMENT

WENIGER STRESS, MEHR LEBEN

Die Anforderungen an uns sind hoch: im Beruf wollen wir erfolgreich sein und performen, zusätzlich möchten wir Zeit mit unserer Familie verbringen und alle bestmöglich versorgen, zudem noch unsere Freunde treffen und auch Zeit für uns selbst haben. Als wäre das nicht genug, ist unsere Welt heutzutage geprägt von einer nie dagewesenen Komplexität und Unsicherheit, was uns zusätzlichen Stress bereitet.

Was kann man tun, um Stress zu begegnen, ihn zu reduzieren, Resilienz aufzubauen und gefühlt mehr Ruhe, Zufriedenheit und Erfüllung in sein Leben zu bringen? Antworten darauf gibt es in diesem Seminar.

Leitung: Anika Schön
Wann: Mi., 30. November 2022 von 19:30 - 21:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2
29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 23. November 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Anika Schön



ORIENTIERUNG & PERSPEKTIVE





VORTRÄGE FÜR INTERNATIONALE FRAUEN

Gemeinsam mit der Koordinierungsstelle Migration und Teilhabe bieten wir internationalen Frauen einen Treffpunkt, um sich im geschützten Raum über Themen aus dem Alltag und Beruf zu informieren, sich auszutauschen und Netzwerke für den Weg in den Beruf zu knüpfen. Unter dem Motto „Der Weg zum Job“ sind Inputs zu verschiedenen Themenfeldern rund um die Arbeits- und Berufswelt geplant. Dabei stehen auch immer Ihre persönlichen Erfahrungen, der eigene Berufswunsch und der Bewerbungsprozess im Vordergrund. Wir freuen uns auf den Austausch.

Mögliche Vortragsthemen:

- Anerkennungs- und Qualifizierungsberatung für Frauen mit ausländischen Bildungs- und Berufsabschlüssen.
- Arbeitssuche
- Arbeitszeitmodelle
- Selbstmarketing im Bewerbungsprozess
- Farb- und Stilberatung

Wann: Fr., 22. April 2022 von 15:00 - 16:30 Uhr (Bad Fallingbostal)
Fr., 15. Juli 2022 von 15:00 - 16:30 Uhr (Soltau)
Fr., 16. September 2022 von 15:00 - 16:30 Uhr (Bad Fallingbostal)
Fr., 18. November 2022 von 15:00 - 16:30 Uhr (Soltau)

Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft (Soltau)
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305, Harburger Str. 2, 29614 Soltau
Koordinierungsstelle Migration und Teilhabe (Bad Fallingbostal)
Landkreisgebäude, Vogteistr. 19, 29683 Bad Fallingbostal

Bitte melden Sie sich jeweils eine Woche vorher bei den Koordinierungsstellen an:

Migration & Teilhabe: Telefon 05162 970-320 oder e.jovergarcia@heidekreis.de

Frau & Wirtschaft: Telefon 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de



PLÖTZLICH PFLEGEBEDÜRFTIG

WENN DAS LEBEN SICH VERÄNDERT

Ein Pflegefall in der Familie oder im Freundeskreis kann ganz plötzlich auftreten und vieles verändern. Der Umgang mit dieser neuen Lebenssituation stellt die Pflegebedürftigen und deren Angehörige vor große Herausforderungen.

Was ist jetzt zu tun? Was kommt auf mich zu? Wie wird sich mein Leben verändern? Dies sind nur einige der Fragen, mit denen sich die Betroffenen von einem Tag auf den anderen befassen (müssen).

Im Rahmen der Informationsveranstaltung erhalten die Teilnehmenden einen ersten Überblick über die Leistungsangebote im Rahmen der Pflegeversicherung. Auch wird es anschließend Gelegenheit geben, um Fragen zu stellen und sich auszutauschen.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Senioren- und Pflegestützpunkt Heidekreis statt.

Leitung: Sven Klussmann
Wann: Do., 09. Juni 2022 17:00 - 19:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Landkreisgebäude - 2. OG Raum 224
Harburger Str. 2
29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 03. Juni 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de



FRAU UND RENTE

WAS IST WICHTIG?

Frauen – ob mit oder ohne Kinder(n) – erfüllen die Voraussetzungen für den Leistungsbezug in der gesetzlichen Rentenversicherung eher selten. Nur ein kleiner Prozentanteil erreicht die 45 Versicherungsjahre überhaupt. Deshalb müssen sich Frauen bereits frühzeitig damit auseinandersetzen, wie und vor allem wovon Sie im Alter leben wollen.

Herr Busse von der Deutschen Rentenversicherung erklärt, wie sich beispielsweise Kindererziehungszeiten und Minijobs auf die Rente auswirken und wie es sich mit Rentenzeiten, Rentenversicherungspflicht und der Altersrente verhält.

Leitung:	Hagen Busse, Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover
Wann:	Di., 28. Juni 2022 und Di., 22. November 2022 jeweils von 09:00 - 11:00 Uhr
Wo:	Online
Kosten:	keine
Anmeldeschluss:	21. Juni 2022 bzw. 15. November 2022
Anmeldung:	Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de



VERLIEBT, VERLOBT, VERHEIRATET, GETRENNT?

RECHTLICHE GRUNDLAGEN BEI TRENNUNG UND SCHEIDUNG

Wie geht es weiter, wenn die Ehe nicht mehr funktioniert und eine Trennung bevorsteht? Insbesondere die finanziellen Folgen einer Scheidung stellen Betroffene oftmals vor große Herausforderungen.

Rechtsanwältin und Notarin Annette Günther informiert über die notwendigen Aspekte der Auseinandersetzung und erklärt das eheliche Güterrecht. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Vorstellung der Grundsätze für die Berechnung von Unterhalt für Kinder und Ehepartner.

Leitung: Annette Günther, Rechtsanwältin & Notarin
Wann: Mi., 07. September 2022 von 10:00 - 11:30 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2, 29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 05. September 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder koostelle@heidekreis.de

Annette Günther





KEIN GELD IST AUCH KEINE LÖSUNG ODER DOCH?

JETZT ist der richtige Zeitpunkt sich mit dem Thema Finanzen zu beschäftigen und je früher wir damit anfangen, desto besser können wir für uns sorgen. Dieser Workshop findet an 2 Terminen statt, die aufeinander aufbauen.

Im 1. Workshop „IST“ verschaffen wir uns zunächst einen Überblick über das Thema Finanzen: Wir sprechen über Lohnsteuerklassen, Kontengestaltung, Haushaltsbücher, Eigentum, Geldfresser & Co. So erhalten die Teilnehmenden einen guten Blick auf die eigene aktuelle finanzielle Situation und eine Basis für weitere Entscheidungen.

Der 2. Workshop-Vormittag behandelt die „ZUKUNFT“. Hier geht Dozentin Frau de Vries auf das Thema Altersvorsorge ein: Wie sehen meine Rentenansprüche aus? Wie groß ist meine Rentenlücke? Wie bekomme ich Informationen dazu? Wie kann ich für die Zukunft vorsorgen?

Ziel des Workshops ist es, die eigene Altersvorsorge zu überblicken und die Grundlage für weitere Schritte zu schaffen. Diese beiden Workshops sind die Gelegenheit, alle Fragen zum Thema Finanzen zu stellen.

Leitung: Sonja de Vries
Wann: Mi., 21. September 2022 und
Mi., 05. Oktober 2022
jeweils von 09:00 - 12:00 Uhr
(nur komplett buchbar)
Wo: Online per Zoom
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 14. September 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

Sonja de Vries





DEMENZ

DIE SCHUHE STEHEN IM KÜHLSCHRANK

Die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege eines an Demenz erkrankten Angehörigen stellt besondere Herausforderungen dar. Für die Betroffenen kann es sehr belastend sein, berufstätig zu sein und gleichzeitig nicht genau zu wissen, was während der eigenen Arbeitszeit zu Hause passiert.

Um den täglichen Umgang zu erleichtern hilft es, etwas über Demenz zu erfahren und zu „verstehen“.

Auf folgende Fragen geht diese Informationsveranstaltung ein:

- Was ist Demenz?
- Was bedeutet die Diagnose für das Umfeld?
- Wie kann ich unterstützen, ohne mich zu überlasten?

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Senioren- und Pflegestützpunkt Heidekreis statt.

Leitung: Sven Klussmann
Wann: Do., 03. November 2022 von 17:00 - 19:00 Uhr
Wo: Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft
Landkreisgebäude - 3. OG Raum 305
Harburger Str. 2
29614 Soltau
Kosten: keine
Anmeldeschluss: 28. Oktober 2022
Anmeldung: Koordinierungsstelle
Frau & Wirtschaft Heidekreis
Tel. 05191 970-612 oder
koostelle@heidekreis.de

EVENTS



ONLINE-LESUNG

VON FRAUEN, DIE ETWAS ZU SAGEN HABEN!

Als genüsslich-literarische Einstimmung aufs Wochenende findet diese Online-Lesung zum Weltfrauentag im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Frauen im Fokus“ mit der Oldenburger Schauspielerin Stephanie Trapp statt.

„Unerhört, aber nicht ungehört! Fordernde Frauen sind seit jeher unbequem“ so Stephanie Trapp, die mit ihrem Programm zum Nachdenken anregen möchte. Die Oldenburger Schauspielerin bietet eine bunte und informative Mischung aus Portraits und Texten von couragierten, kämpferischen und unbequemen Frauen, die ihre Stimmen erheben oder erhoben haben, um für die Frauenrechte einzutreten. Von Clara Immerwahr, über Beate Klarsfeld oder Michelle Obama verleiht sie unterschiedlichen Charakteren ihre Stimme. Frauen, die in der Vergangenheit viel für die Frauenrechte erkämpft haben und Frauen, die sich heute für die Gleichstellung stark machen. Rechte, die leider nicht in Stein gemeißelt sind, sondern auf die man ständig aufpassen muss.

Leitung: Stephanie Trapp
 Wann: Do., 10. März 2022 um 19:00 Uhr
 Wo: Online
 Kosten: keine
 Anmeldeschluss: 08. März 2022
 Anmeldung: info@mittendrin-walsrode.de

Stephanie Trapp



FRAU, TANZ IN DEN MAI!

LIEBE FRAUEN,

Unser beliebtes Frauenfest findet dieses Mal (hoffentlich) als Tanz in den Mai statt. Wie immer treffen wir uns um herzlich zu schmausen, uns ausführlich auszutauschen und um dan mit verschiedenen kurzen Tanzworkshops wohl inspiriert die Tanzfläche zu beleben.

Visuell begleitet wird das Fest von der sehr sehenswerten Ausstellung „Unsichtbar“, die von Künstlerinnen der Region zusammengestellt wurde.

Akustisch umrahmen wird uns wie immer der Erfolgsgarant für volle Tanzflächen, die DJanes „ROSASreloaded“. Dürfen wir bitten?

PROGRAMM

- ab 18:30 Uhr: Einlass / Begrüßungscocktail
- 19:00 Uhr: Eröffnung Internationales Festbuffet
- ab 19:30 Uhr: Buntes Programm Drumherum mit Raum zum Tanzen und Zeit für Gespräche sowie angeleitete Tanz-Workshops (Burlesque, Salsa, Tango Argentino sowie Videoclip Dancing)

Diese Veranstaltungsreihe ist eine Kooperation folgender Netzwerkpartner:innen: Diakonisches Werk Walsrode, Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Ahlden, Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Rethem, Gleichstellungsbeauftragte Gem. Schwarmstedt, Gleichstellungsbeauftragte Stadt Walsrode, Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis, mittendrin – Kulturzentrum Walsrode, Sozialarbeit Walsrode und ver.di Bildungs- und Tagungszentrum Walsrode.

- Wann: Sa., 30. April 2022
ab 18:30 Uhr
- Wo: ver.di BTZ
Sunderstr. 77
29664 Walsrode
- Eintritt: 20,00 EURO
(nur im Vorverkauf
mit Barzahlung)
- Vorverkauf: ab 07. März in der
Tourist-Information:
Altes Rathaus
Lange Str. 20
29664 Walsrode



„FRAUENORTE“ IN BENEFELD

SPAZIERGANG MIT KAFFEETRINKEN AN DER CORDINGER MÜHLE

In Niedersachsen gibt es seit 2008 die Initiative „frauenORTE“, bei der in Orten bedeutende Frauenpersönlichkeiten vorgestellt werden. In Benefeld gibt es zwar keine überregionale Prominenz, trotzdem hat der Kulturverein FORUM Bomlitz eine Führung zu Orten zusammengestellt, an denen Biographien von bemerkenswerten Frauen präsentiert werden.

Vielleicht sind die acht Frauen, die in Benefeld z.B. an der Waldorfschule, dem Sportplatz oder der Cordinger Mühle vorgestellt werden, keine „Heldinnen“ im engeren Sinn. Besonderes geleistet, ertragen, überstanden, gemeistert und überlebt haben sie in ihrem Leben dennoch. Sie mussten mit den Weltkriegen umgehen, mit Hunger, Armut und Gewalt, und manchen von ihnen standen auch die gesellschaftlichen und politischen Verhältnisse ihrer Zeit im Weg.

Dieser Termin findet im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Frauen im Fokus“ als Kooperation folgender Netzwerkpartner:innen statt: Diakonisches Werk Walsrode, Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Ahlden, Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Rethem, Gleichstellungsbeauftragte Gem. Schwarmstedt, Gleichstellungsbeauftragte Stadt Walsrode, Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis, mittendrin – Kulturzentrum Walsrode, Sozialarbeit Walsrode und ver.di Bildungs- und Tagungszentrum Walsrode.

Wann: So., 22. Mai 2022 um 15:00 Uhr
 Treffpunkt: Freie Waldorfschule Benefeld
 Cordinger Str. 35
 29699 Walsrode
 Anmeldeschluss: Sa., 21. Mai 2022
 Anmeldung: Tel. 0163 1650184 oder
anmelden@forum-bomlitz.de



WORK+LIFE

DIE MESSE FÜR WIRTSCHAFT, AUSBILDUNG UND BERUF

Die Region Heidekreis ist überwiegend bekannt für ihre großen touristischen Unternehmen. Jedem sind Heidepark, Serengeti Park und Vogelpark Walsrode ein Begriff. Tatsächlich ist der Tourismus eine der wichtigsten wirtschaftlichen Säulen der Region, aber nicht die einzige. Vielen ist nicht bewusst, dass die Unternehmenslandschaft Heidekreis weitaus umfangreicher und vielseitiger ist.

Von einer aktiven Handwerkerschaft, etwa einem der führenden Herstellern für Kalimbas, hin zu versteckten Weltmarktführern, deren Produkte am Opernhaus in Sydney oder am Sony Center im Berlin verbaut sind, gibt es einiges zu entdecken. Um entdeckt zu werden, müssen Unternehmen sichtbar werden. Sichtbarkeit ist das entscheidende Kriterium, um Auszubildende und Fachkräfte zu finden. Hier setzt das Projekt der „work+life“ an.

Seit 2021 kommt das Projekt work+life im Doppelpack daher:

Die Messe für Wirtschaft, Ausbildung und Beruf findet bereits seit 2016 jedes Jahr im September statt. Direkt Kontakte zur Wirtschaft knüpfen, miteinander reden, sich kennenlernen.

Das ganzjährige Portal ergänzt die Messe nicht nur zeitlich! Unternehmensprofile, die Messeanmeldung, Ausstellerverzeichnis, Hallenpläne, Ausbildungs- und Jobangebote, digitale und analoge Events, Informationen rund um die Hilfe vor und im Beruf und Geschichten aus dem Heidekreis können auf www.workandlife.hk entdeckt werden.

Wann: Do., 29. September 2022, 08:30 - 14:30 Uhr
Fr., 30. September 2022, 08:30 - 14:30 Uhr
Sa., 01. Oktober 2022, 10:00 - 15:00 Uhr
Wo: Heidmark-Halle (nach derzeitigem Stand)
Soltauer Straße 39
29683 Bad Fallingbommel
Kosten: keine
Anmeldung: www.workandlife.hk -> Menüpunkt „Messe“ oder
a.galonska@heidekreis.de

ÜBERBETRIEBLICHER VERBUND



DER ÜBERBETRIEBLICHE VERBUND FAMILIE & BERUF IM HEIDEKREIS

DAS NETZWERK FAMILIENFREUNDLICHER ARBEITGEBER/INNEN

Bereits über 20 Jahren engagiert sich der Überbetriebliche Verbund Familie & Beruf e. V. (ÜBV) für eine familien- und zukunftsorientierte Personalpolitik. Über 120 Unternehmen aus dem Heidekreis haben sich in diesem branchenübergreifenden Netzwerk familienorientierter Arbeitgeber/Innen zusammengeschlossen.

Der ÜBV ist offen für kleine und mittlere Betriebe, Freiberufler/innen, kommunale Einrichtungen sowie Arbeitgeberverbände und Initiativen. Die Geschäfte des Verbundes führt die Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis.

Mit seinen Aktivitäten und Veranstaltungen, wie Ferienbetreuung von Grundschulkindern, Vorträgen zu übergreifenden Themen und Weiterbildungsangeboten für Beschäftigte der Mitgliedsbetriebe, ist der ÜBV der einzige Zusammenschluss von kleinen und mittleren Unternehmen im Heidekreis, der dieses Thema von verschiedenen Seiten beleuchtet und durch praktische Maßnahmen unterstützt und als „harten Standortfaktor“ des Wirtschaftsstandortes nach außen kommuniziert.

Weitere Informationen finden Sie auf www.uebv-heidekreis.de

Gern können Sie sich mit Ihren Anliegen auch direkt an die Geschäftsstelle wenden:



Überbetrieblicher Verbund Familie & Beruf e.V.
Harburger Straße 2
29614 Soltau
Telefon 05191 970-612
E-Mail koostelle@heidekreis.de
www.uebv-heidekreis.de

SPIEL & SPASS FERIENBETREUUNG 2022

FÜR GRUNDSCHULKINDER

Gemeinsam mit ortsansässigen Vereinen, Institutionen und weiteren Kooperationspartnern bietet der ÜBV ein breites Spektrum an Betreuungsangeboten für Grundschulkinder in den Oster-, Sommer- und Herbstferien in 11 Orten des Heidekreises an. Seit über 12 Jahren nehmen jährlich über 400 Kinder an diesen Programmen teil. Ziel ist es, berufstätige Eltern in den Ferien zu entlasten.

Familien, in denen ein Elternteil bei einem Mitgliedsunternehmen des ÜBV arbeitet, erhalten eine Ermäßigung auf die Betreuungskosten. Alle Angebote werden garantiert und verlässlich durchgeführt!

Weitere Informationen zu den Aktionen 2022 finden Sie in der aktuellen Broschüre „Spiel & Spaß“, die bei der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft erhältlich ist, über alle Grundschulen des Landkreises verteilt wurde und auf der Internetseite der Koordinierungsstelle (www.koostelle-heidekreis.de) sowie der Website des ÜBV (www.uebv-heidekreis.de) zu finden ist.

The brochure cover features a dark teal background. At the top left, the title 'Spiel & Spaß' is in large white font, with 'in den Ferien' below it. To the right is the logo of the 'Überbetrieblicher Verband Familie & Beruf e.V.' (ÜBV). Below the title is a circular orange badge with the text 'VIELE GANZTAGS-ANGEBOTE'. The year '2022' is written in large, stylized orange and white font. The central image shows a young boy with blonde hair, wearing a green shirt, aiming a bow and arrow in a sunlit forest. At the bottom left, the text 'Ferienbetreuung für Grundschulkinder in 11 Orten des Heidekreises' is displayed. To the right of this text is a map of the Heidekreis region with 11 locations marked by orange dots: Schwanewalden, Neuenkirchen, Salfeld, Münster, Borsdorf, Banzitz, Bad Fallingb., Walsleben, Bad Fallingb., Bad Fallingb., and Bad Fallingb. At the bottom left, there are logos for the European Union, the German state of Saxony, and the ÜBV. At the bottom right, there is a logo for 'Handwerk'.

DAS FAMI-SIEGEL

SICHTBARE FAMILIENFREUNDLICHKEIT

Lassen auch Sie Ihren Betrieb zertifizieren! Aus der Taufe gehoben wurde das FaMi-Siegel in Lüneburg von einer Gemeinschaftsinitiative des Überbetrieblichen Verbundes Familie & Beruf e. V., der IHK Lüneburg-Wolfsburg, der Handwerkskammer Braunschweig-Lüneburg-Stade, des DGB – Region Nordostniedersachsen, der Wirtschaftsförderungsgesellschaft Stadt und Landkreis Lüneburg, des Arbeitgeberverbandes Lüneburg Nordostniedersachsen e. V. und der Leuphana Universität Lüneburg.

Mit dem Erwerb des Siegels zeigen Unternehmen und Institutionen, dass sie gute Rahmenbedingungen für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf bieten. Als zertifiziertes familienfreundliches Unternehmen können Sie das FaMi-Siegel in Ihrer Außenkommunikation verwenden. Nutzen Sie es auf Ihrer Homepage, in Ausschreibungen oder Publikationen als Zeichen dafür, dass sich Ihr Unternehmen oder Ihre Institution für eine familienbewusste Personalpolitik engagiert.

Für mehr Informationen zum FaMi-Siegel besuchen Sie die offizielle Homepage unter www.fami-siegel.de oder nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

Unsere Kontaktdaten und viele weitere Informationen finden Sie ebenfalls im Netz auf www.uebv-heidekreis.de

BEWERBEN SIE SICH JETZT!





Silke Thorey-Elbers

Lena Heß

Dr. Claus Jürgen Bruhn

DAS ÜBV-TEAM



1. VORSITZENDER

Dr. Claus Jürgen Bruhn

2. VORSITZENDE

Silke Thorey-Elbers

GESCHÄFTSSTELLENLEITUNG

Lena Heß, Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Heidekreis

1. KASSENPRÜFER

Jan Niemann, Geschäftsführer der Stadtwerke MunsterBispingen GmbH

2. KASSENPRÜFER

Michael Rusch, Verwaltungsleiter der Wilhelm Wulff GmbH

BEIRAT

Antje Diller-Wolff, shs medien; Meike Moog-Steffens, Stadt Schneverdingen;
Anika Schön, Agentur MARKE ICH; Gerhard Suder, Lebenshilfe Soltau e.V.

DIE MITGLIEDER DES ÜBERBETRIEBLICHEN VERBUNDES FAMILIE & BERUF E. V.

A

- A. GÜNTHER und A. BERTRAM-WIEHEN-STROTH
- ABFALLWIRTSCHAFT HEIDEKREIS
- AGENTUR MARKE ICH, Anika Schön
- Alfred Töpfer Akademie für Naturschutz
- AMBULANTE ALTENPFLEGE, Claudia Sonnewald
- ANKE TIELKER Unternehmensberatung ExistenzgründungsBegleitung
- AUTOHAUS PLASCHKA KG
- AUTOHAUS WINKELMANN AUTOMOBIL-HANDELSGESELLSCHAFT mbH
- AWO Soziale Dienste Bezirk Hannover gGmbH

B

- BAGGERMEYER Tiefbau GmbH
- BERUFSBILDENDE SCHULEN Soltau
- BERUFSBILDENDE SCHULEN Walsrode
- BKM Ingenieure Krüger und Mirecki
- BUCHHANDLUNG HORNPOSTEL
- BÜROSYSTEME & SERVICE Angela Reddig Consult
- BUSINESS MANAGEMENT PARTNER Alexandra Glißmann
- BVMW BUNDESVERBAND MITTELSTÄNDISCHE WIRTSCHAFT

C

- CDU - KREISVERBAND HEIDEKREIS
- CENTER PARCS Bungalowpark Bisingen GmbH
- CeTec GmbH
- COHRS KURIER GmbH

D

- DDP Specialty Products Germany GmbH & Co. KG
- DER FUCHS GmbH
- DEUTSCHES ROTES KREUZ Kreisverband Fallingbostal e. V.
- DEUTSCHES ROTES KREUZ Kreisverband Soltau e. V.
- DEUTSCHES ROTES KREUZ Ortsverein Munster e. V.
- DIAKONIESTATION Schneverdingen-Neuenkirchen
- DON CAMILLO & SANDRONE Restaurant Pizzeria
- DOREAFAMILIE Soltau
- DOW Produktions und Vertriebs GmbH & Co. OHG
- DRANSFELD - STB, Dipl.-KFM Christine Dransfeld
- DRANSFELD & HARMS Steuerberatungsgesellschaft

E

- EDGAR UND ANDRÉ THOREY GbR
- EISEN MEYER H.M. Meyer sen. Wwe GmbH & Co. KG

F

- FILLPACK GmbH & Co. KG
- FLEISCHEREI UND PARTYSERVICE MATTHIAS HESTERMANN
- FREIE WALDORFSCHULE BENEFELD
- FREQCON GmbH

G

- GEMEINDE BISPINGEN
- GEMEINDE NEUENKIRCHEN
- GEMEINDE WIETZENDORF
- GRUBE KG FORSTGERÄTESTELLE
Bispingen

H

- HAARGENAU · Silke Riegelmeier
- HANDELSGESELLSCHAFT FÜR
BAUSTOFFE mbH & Co. KG - hagebau
- HEIDE WERKSTÄTTEN e. V. Walsrode
- HEIDE-APOTHEKE SCHNEVERDINGEN
- HEIDEKREIS KLINIKUM GmbH
Soltau und Walsrode
- HEIDE-PARK Soltau GmbH
- HEILPÄDAGOGISCHES HEIM, Walsrode
- HISTORISCHE BAUSTOFFE PRENZEL
GbR
- HOTEL FORELLENHOF GmbH
- HOTEL PARK SOLTAU

I

- IHK LÜNEBURG – WOLFSBURG

J

- J.A.WOLL HANDELS GmbH
- JOHANNES BADEN DACH GMBH

K

- KINDERGARTEN WIESENSTRASSE
- KLINIK FALLINGBOSTEL
- KREISHANDWERKERSCHAFT
Lüneburger Heide
- KREISSPARKASSE SOLTAU
- KREISSPARKASSE WALSRÖDE
- KRUSE LOGISTIK Kruse Spedition
GmbH & Co. KG

L

- LANDKREIS HEIDEKREIS
- LEBENSHILFE SOLTAU e. V.
- LEBENSHILFE WALSRÖDE e. V.
- LORENZ DENTAL HANNOVER
GmbH & Co. KG
- LSH Versicherung VaG

M

- MAIMED GmbH
- MC DONALD'S Systemgastronomie,
Bad Fallingb. ostel
- MediClin KLINIKUM SOLTAU
- MEHRGENERATIONENHAUS
SCHNEVERDINGEN e.V.
- MONTESSORI-SCHULE Walsrode
- MÖBELHAUS BRÜMMERHOFF GmbH
- MUNDSCHENK Nachrichtengesell-
schaft mbH & Co.KG

O

- OMEXOM Hochspannung GmbH
- OTTO SCHRÖDER TIEFBAUGESELL-
SCHAFT mbH

P

- PANTOLINOS Manufaktur GmbH
- PARITÄTISCHER VEREIN HEIDEKREIS e.V.
- PC POWER Hard- u. Software Vertrieb
GmbH
- POLIZEIINSPEKTION HEIDEKREIS
- PRAXISPUNKT GmbH

R

- RÖDERS' PARK - PREMIUM CAMPING RÖDERS' PARK
- RÖDERS TEC, Röders GmbH
- RÖHRS Industrieanlagen GmbH
- ROTHARDT & PARTNER GbR Rechtsanwälte

S

- SAMTGEMEINDE AHLDEN
- SAMTGEMEINDE RETHEN
- SAMTGEMEINDE SCHWARMSTEDT
- SCHONEBOOM GmbH, Sanitär- und Heizungstechnik
- SCHRÖDER DRUCK & DESIGN GmbH
- SENIORENZENTRUM SCHRIEBERS HOF
- SERENGETI-PARK Hodenhagen GmbH
- SHS MEDIEN, Antje Diller-Wolff
- SOLTAU LOGISTIC CENTER GmbH & Co. KG
- SPD - KREISVERBAND SOLTAU-FALLINGBOSTEL
- STADT BAD FALLINGBOSTEL
- STADT MUNSTER
- STADT SCHNEVERDINGEN
- STADT SOLTAU
- STADT WALSRODE
- STADTWERKE BÖHMETAL GmbH
- STADTWERKE MUNSTER-BISPINGEN GmbH
- STADTWERKE SCHNEVERDINGEN-NEUENKIRCHEN GmbH
- STADTWERKE SOLTAU GmbH & Co. KG
- STARTKLAR Unternehmensentwicklung GmbH
- STEUERBERATER MEINE, WIBBERT-MANN & WILDUNG
- STEUERKANZLEI Natasch Fabian
- STIFTUNG HAUS ZUFLUCHT
- STIFTUNG SPIEL - SPIELMUSEUM SOLTAU
- SÜDSEE-CAMP Wietzendorf

U

- U-NETZ HEIDEKREIS e. V.

V

- VER.DI Bildungs- und Tagungszentrum
- VEREIN FÜR JUGENDHILFE UND SOZIALARBEIT E.V.
- VERSICHERUNGSBÜRO GREFE e. K.
- VFI VERSICHERUNGS-, FINANZ- U. IMMOBILIENMAKLER GmbH
- VIEBROCKHAUS Vertriebs GmbH & Co. Betrieb KG
- VIER LINDEN Soz.päd. Hilfen e. V.
- VOLKSBANK LÜNEBURGER HEIDE eG
- VOLKSHOCHSCHULE HEIDEKREIS gGmbH

W

- W. RÜBKE BAUUNTERNEHMEN
- W. SUHR GmbH
- WALSRODER CASINGS GmbH
- WESSELOH BAU GmbH
- WIRTSCHAFTSFÖRDERUNGSGESELLSCHAFT DELTALAND mbH
- WILHELM WULFF GmbH
- WIPAK WALSRODE GmbH & Co. KG
- WOLTERS BROTKATE e. K., Walsrode

Z

- ZAHNARZTPRAXIS Agate Wotsch

[illegible]

RAUM FÜR IHRE NOTIZEN

[illegible]



KOORDINIERUNGSSTELLE FRAU & WIRTSCHAFT HEIDEKREIS

Harburger Straße 2
29614 Soltau

Telefon 05191 970-612
Telefax 05191 970 900-612

E-Mail koostelle@heidekreis.de
Web www.koostelle-heidekreis.de

