

HANNOVER



Berufliche Perspektiven für Frauen

PROGRAMM 2025

FRAU & BERUF

Weiterbildung. Beratung. Information.

FRAU & BERUF



Region Hannover



„DENKEN SIE IMMER DARAN: SIE SIND STÄRKER, ALS SIE GLAUBEN, UND FÄHIGER, ALS SIE ES SICH VORSTELLEN.“

– *Michelle Obama*

Liebe Leser*innen,

dieses inspirierende Zitat von Michelle Obama erinnert uns daran, dass in uns allen mehr Kraft und Potenzial steckt, als wir manchmal selbst sehen. Genau das möchten wir mit unserem Seminarprogramm 2025 fördern: Wir wollen Sie ermutigen, neue Wege zu gehen, Herausforderungen anzunehmen und Ihre beruflichen wie persönlichen Ziele zu verwirklichen.

Ob beruflicher Wiedereinstieg, Karriereplanung oder persönliche Weiterentwicklung – unsere Workshops und Seminare bieten praxisnahe Inhalte, wertvolle Impulse und einen sicheren Raum für Austausch und Unterstützung. Gemeinsam schaffen wir ein starkes Netzwerk, in dem Frauen sich gegenseitig stärken und voneinander lernen können.



Das Beste daran: Auch in diesem Jahr bleiben unsere Veranstaltungen für Sie **kostenfrei**. Darüber hinaus stehen wir Ihnen in individuellen Beratungsterminen gerne zur Seite, um gezielt auf Ihre Fragen und Anliegen einzugehen.

Lassen Sie uns 2025 zu einem Jahr voller Erfolge und gemeinsamer Stärke machen. Denn Sie sind stärker, als Sie glauben! Ich freue mich auf ein inspirierendes Miteinander – in der Beratung, bei den Seminaren und beim Netzwerken.

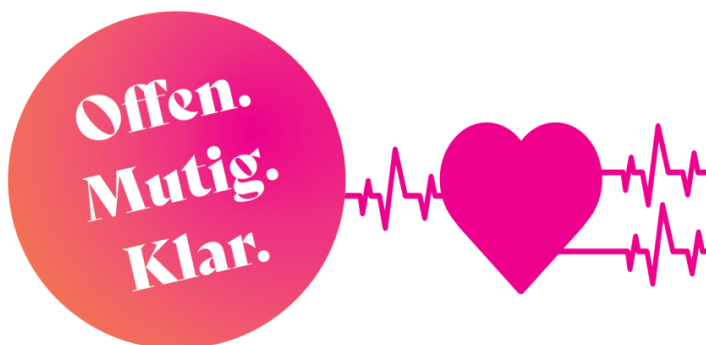
Herzliche Grüße

Ayten Berse

Leiterin der Koordinierungsstelle



Hinweis – neues Format: Aus Nachhaltigkeits- und Kostengründen haben wir die gedruckte Version des Seminarprogramms als Übersicht konzipiert. Die ausführlichen Details zu den Veranstaltungen sowie die Möglichkeiten zur Anmeldung finden Sie ab sofort nur noch online unter: programm.frau-und-beruf-hannover.de.





INFORMATION + BERATUNG	5
ORIENTIERUNG + PERSPEKTIVE	8
WEITERBILDUNG + QUALIFIKATION	17
SELBSTSTÄNDIGKEIT + EXISTENZGRÜNDUNG	27
GESUNDHEIT + BALANCE	28
TERMINE + VERANSTALTUNGEN	34
ÜBV – ÜBERBETRIEBLICHER VERBUND HANNOVER REGION E. V.	37
ANMELDUNG UND ORGANISATION	41
VERANSTALTUNGSORTE	43
IMPRESSUM	44

FAMILIE UND BERUF? BEIDES!

Familie und Beruf zu vereinbaren, gehört heute ganz selbstverständlich zur Lebensplanung von Frauen dazu. Das berufliche Comeback nach einer Phase der familienbedingten Berufsunterbrechung ist nicht immer einfach. Nicht einmal der schnelle Wiedereinstieg nach der Elternzeit garantiert eine reibungslose Rückkehr in den Beruf. Hinzu kommt die Mehrbelastung durch Familie und Haushalt, und schließlich muss eine zufrieden stellende Lösung hinsichtlich der Kinderbetreuung oder auch der Pflege von Angehörigen gefunden werden. Die Koordinierungsstelle unterstützt Frauen mit kompetenter Beratung.

Beratung für Frauen

In persönlichen Einzelgesprächen beraten wir Sie zu folgenden Themen:

- Wiedereinstieg nach Elternzeit oder der Pflege von Angehörigen
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Fortbildung während der Eltern- und Pflegezeit
- Berufliche Neuorientierung und Weiterentwicklung
- Berufliche Chancen für zugewanderte und geflüchtete Frauen

Unsere Beratung ist kostenlos und findet online oder in Präsenz in vertraulichen Einzelgesprächen statt. Gern können Sie einen Termin mit uns vereinbaren. Sie erreichen uns wie folgt:

- Telefonisch unter 0511 616-23542
- Per E-Mail unter frauundberuf@region-hannover.de

Bewerbungsmappen-Check

Das Beratungsangebot richtet sich an Frauen, die sich lange nicht beworben haben – sei es nach der Familienzeit oder bei beruflicher Veränderung. Die Chancen auf eine neue Stelle hängen von guten Bewerbungsunterlagen ab. Eine erfolgreiche Bewerbungsmappe braucht einen überzeugenden Aufbau – individuell zugeschnitten auf Ihre Strategie. Unsere Kommunikationsexpertin prüft Ihre Unterlagen, gibt Tipps zu Formulierungen im Anschreiben und Lebenslauf sowie zur Gestaltung der Bewerbungsmappe.

FAMILIE UND BERUF? BEIDES!

Beruf u. Familie vereinen? Gestalten Sie Ihr Comeback nach der Familienzeit und starten Sie erfolgreich in Ihren Wunschberuf.

Leitung	Beratungsteam
Wann	Individuelle Terminabsprache
Wo	Online oder in Präsenz (HdW, Hannover)



WELCOME BACK – NETZWERKTREFFEN

Starten Sie neu durch - im Netzwerk „Frau&Beruf“ bieten wir Impulse, Austausch und Unterstützung für Frauen.

Leitung	Koordinierungsstelle Frau und Beruf
Wann	17.02., 17:00-19:30 Uhr
Wo	HdR, Raum N001+N002

WELCOME BACK – NETZWERKTREFFEN

Starten Sie neu durch - im Netzwerk „Frau&Beruf“ bieten wir Impulse, Austausch und Unterstützung für Frauen.

Leitung	Koordinierungsstelle Frau und Beruf
Wann	16.06., 17:00-19:30 Uhr
Wo	HdR, Raum N001+N002

WELCOME BACK – NETZWERKTREFFEN

Starten Sie neu durch - im Netzwerk „Frau&Beruf“ bieten wir Impulse, Austausch und Unterstützung für Frauen.

Leitung	Koordinierungsstelle Frau und Beruf
Wann	24.11., 17:00-19:30 Uhr
Wo	HdR, Raum N001+N002

BERATUNG FÜR ZUGEWANDERTE FRAUEN VOR ORT IN DEN KOMMUNEN

Frau&Beruf Hannover bietet in 4 Kommunen vor Ort Beratungen für zugewanderte Frauen zur Orientierung auf dem Arbeitsmarkt an.

Leitung	Mila Marinova
Wann	05.03.+04.06.+10.09.+03.12., 09:30-12:30 Uhr
Wo	GARBSEN, Mädchen-/Frauenzentrum u. AWO

BERATUNG FÜR ZUGEWANDERTE FRAUEN VOR ORT IN DEN KOMMUNEN

Frau&Beruf Hannover bietet in 4 Kommunen vor Ort Beratungen für zugewanderte Frauen zur Orientierung auf dem Arbeitsmarkt an.

Leitung	Mila Marinova
Wann	06.03.+05.06.+04.09.+04.12., 13:00-16:00 Uhr
Wo	LANGENHAGEN, Mehr-Generationen-Haus

BERATUNG FÜR ZUGEWANDERTE FRAUEN VOR ORT IN DEN KOMMUNEN

Frau&Beruf Hannover bietet in 4 Kommunen vor Ort Beratungen für zugewanderte Frauen zur Orientierung auf dem Arbeitsmarkt an.

Leitung	Mila Marinova
Wann	31.03.+02.06.+08.09.+01.12., 09:00-12:00 Uhr
Wo	SPRINGE, Volkshochschule Calenberger Land

BERATUNG FÜR ZUGEWANDERTE FRAUEN VOR ORT IN DEN KOMMUNEN

Frau&Beruf Hannover bietet in 4 Kommunen vor Ort Beratungen für zugewanderte Frauen zur Orientierung auf dem Arbeitsmarkt an.

Leitung	Mila Marinova
Wann	07.03.+06.06.+05.09.+05.12., 09:30-12:30 Uhr
Wo	WEDEMARK, Mehr-Generationen-Haus



ORIENTIERUNG + PERSPEKTIVE

BERUFLICH NEU DURCHSTARTEN - ANGEBOTE FÜR ZUGEWANDERTE FRAUEN

Das Jobcenter Hannover unterstützt zugewanderte Frauen und Mütter durch Beratung und Projekte.

Leitung	Sandra Lücke
Wann	auf Anfrage
Wo	Jobcenter Hannover

BERUFLICH NEU DURCHSTARTEN - ANGEBOTE FÜR FRAUEN, MÜTTER + ALLEINERZIEHENDE

Unterstützung für Wiedereinstieg, Karriere und Weiterbildung: Chancen nutzen, Abschlüsse nachholen und neu durchstarten!

Leitung	Elke Heinrichs
Wann	auf Anfrage
Wo	Jobcenter Hannover

BEZIEHUNGSSPRACHE-ERGEBNISSPRACHE: BEIDE MÖGLICHKEITEN NUTZEN LERNEN

Erkennen Sie Machtdemonstrationen im Beruf und lernen Sie, souverän zu reagieren. Mit praxisnahen Strategien und neuen Tools.

Leitung	Elisabeth Knelangen
Wann	26.06., 09:00-14:00 Uhr
Wo	BNW, Hannover

CAMPUS FAMILIE UND BERUF

Sie sind in Elternzeit oder einer langjährigen Familienphase und fragen sich, wie es beruflich weitergehen kann?

Leitung	Andrea Wassermann
Wann	Die Module starten alle zwei Monate.
Wo	Agentur für Arbeit, Hannover

DAS GEHEIMNIS KLUGER ENTSCHEIDUNGEN

Lernen Sie, Intuition und Verstand zu verbinden und in wichtigen Momenten kluge Entscheidungen zu treffen.

Leitung	Elisabeth Knelangen
Wann	26.05., 09:00-14:00 Uhr
Wo	BNW, Hannover

DAS LEBEN KÖNNTE SO SCHÖN SEIN, WENN...

Übernehmen Sie Verantwortung für Ihr Leben, erkennen Sie Ihre Bedürfnisse und erfahren Sie, wie Gedanken das Leben bestimmen.

Leitung	Ingrid Hinke
Wann	07.04., 19:00-21:00 Uhr
Wo	Hotel Perl, Neustadt

EIN BILD SAGT MEHR ALS 1000 WORTE

Nutzen Sie kreative Methoden, um Ihre Ressourcen zu aktivieren und neue Ideen mit Freude und Leichtigkeit zu entwickeln.

Leitung	Eva Knoche
Wann	25.04., 10:00-17:00 Uhr
Wo	Studio Meraki, Hannover

EMBODIED COMMUNICATION

Erforschen Sie die Theorie der Embodied Communication, wie Sprache in Interaktionen lebendig wird und spontan entsteht.

Leitung	Elisabeth Knelangen
Wann	15.12., 09:00-13:00 Uhr
Wo	BNW, Hannover



FRÜHSTÜCKS-PHILOSOPHEREI FÜR FRAUEN

Austausch zu Arbeitsthemen in entspannter Atmosphäre – für Vernetzung und neue Inspiration.

Leitung	Anna Brandes
---------	--------------

Wann	21.03., 09:00-11:00 Uhr, Thema: Vertrauen
------	---

Wo	BAUKUNST.PLUS, Hannover
----	-------------------------

FRÜHSTÜCKS-PHILOSOPHEREI FÜR FRAUEN

Austausch zu Arbeitsthemen in entspannter Atmosphäre – für Vernetzung und neue Inspiration.

Leitung	Anna Brandes
---------	--------------

Wann	24.06., 09:00-11:00 Uhr, Thema: Berufung
------	--

Wo	BAUKUNST.PLUS, Hannover
----	-------------------------

FRÜHSTÜCKS-PHILOSOPHEREI FÜR FRAUEN

Austausch zu Arbeitsthemen in entspannter Atmosphäre – für Vernetzung und neue Inspiration.

Leitung	Anna Brandes
---------	--------------

Wann	02.12., 09:00-11:00 Uhr, Thema: Jahresrückblick
------	---

Wo	BAUKUNST.PLUS, Hannover
----	-------------------------

KEIN GELD IST AUCH KEINE LÖSUNG! ODER DOCH?

„Finanzen für Frauen“: Überblick über Finanzen, die Rentenlücke, Konten, Geldfresser und die finanzielle Zukunft.

Leitung	Sonja de Vries
---------	----------------

Wann	04.+11.09., 09:00-12:00 Uhr
------	-----------------------------

Wo	Online
----	--------

NEU STARTEN

Neuorientierung im Beruf? Entdecken Sie Potenziale, reflektieren Hindernisse und entwickeln Perspektiven für Ihre Zukunft!

Leitung Sabine Gräßler-Zorn

Wann 24.+26.+28.2. + 03.+05.+07.03., 09:30–13:00 Uhr

Wo HdW, Raum 314 (3. OG)

NEU STARTEN

Neuorientierung im Beruf? Entdecken Sie Potenziale, reflektieren Hindernisse und entwickeln Perspektiven für Ihre Zukunft!

Leitung Sabine Gräßler-Zorn

Wann 10.+12.+14.+17.+19.+21.11., 09:30–13:00 Uhr

Wo HdW, Raum 314 (3. OG)

OUT OF THE BOX DENKEN

Methoden aus Theater und Journalismus helfen, Kernkompetenzen zu entdecken und berufliche Chancen zu erschließen.

Leitung Katrin Wilkens

Wann 29.+30.10., 09:00-17:00 Uhr

Wo HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

SELBST IST DIE KARRIERE

Berufliche Zukunft aktiv gestalten! Entdecken Sie Ihre Stärken und lernen Sie, sich selbstbewusst zu präsentieren.

Leitung Julia Marić

Wann 11.03., 10:00-11:30 Uhr

Wo HdW, Raum 314 (3. OG)



SELBST IST DIE KARRIERE

Berufliche Zukunft aktiv gestalten! Entdecken Sie Ihre Stärken und lernen Sie, sich selbstbewusst zu präsentieren.

Leitung	Julia Marić
Wann	09.09., 10:00-11:30 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

SELBSTBESTIMMT GESTALTEN: FINDEN SIE DAS ZU IHNEN PASSENDE BERUFLICHE TUN

Finden Sie den Beruf, der zu Ihnen passt! Mit dem Wesenskernspiel Erkenntnisse für Ihre berufliche Zukunft erarbeiten.

Leitung	Christine Jung
Wann	10.-14.02.+11.-12.03., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

SELBSTBESTIMMT GESTALTEN: FINDEN SIE DAS ZU IHNEN PASSENDE BERUFLICHE TUN

Finden Sie den Beruf, der zu Ihnen passt! Mit dem Wesenskernspiel Erkenntnisse für Ihre berufliche Zukunft erarbeiten.

Leitung	Christine Jung
Wann	08.-12.09.+07.-08.10., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

SELBSTMANAGEMENT MIT DEM ZÜRCHER RESSOURCEN MODELL

Selbstmanagement: Wünsche und Ziele verbinden, Ressourcen aktivieren und stimmig handeln – für berufliche Neuorientierung!

Leitung	Elisabeth Knelangen
Wann	24.+25.02., 09:00-14:00 Uhr
Wo	BNW, Hannover

SELBSTMANAGEMENT MIT DEM ZÜRCHER RESSOURCEN MODELL

Selbstmanagement: Wünsche und Ziele verbinden, Ressourcen aktivieren und stimmig handeln – für berufliche Neuorientierung!

Leitung	Elisabeth Knelangen
---------	---------------------

Wann	18.+19.09., 09:00-14:00 Uhr
------	-----------------------------

Wo	BNW, Hannover
----	---------------

SICHTBARKEIT ALS SCHLÜSSEL ZUM ERFOLG

Workshop für Frauen, die ihre Stärken erkennen und selbstbewusst im Beruf auftreten. Finden Sie Ihre individuelle Stärke!

Leitung	Annika Röhrig
---------	---------------

Wann	02.04., 09:00-14:00 Uhr
------	-------------------------

Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)
----	-------------------------------

SOLO STARK! FINANZEN FÜR ALLEINERZIEHENDE

Finanzen für Alleinerziehende: Steuervorteile, Unterhalt, Altersvorsorge – Strategien für mehr finanziellen Spielraum!

Leitung	Charlotte Brieke
---------	------------------

Wann	27.02.+06.03.+20.03., 14:30-17:30 Uhr
------	---------------------------------------

Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)
----	-------------------------------

SOLO STARK! FINANZEN FÜR ALLEINERZIEHENDE

Finanzen für Alleinerziehende: Steuervorteile, Unterhalt, Altersvorsorge – Strategien für mehr finanziellen Spielraum!

Leitung	Charlotte Brieke
---------	------------------

Wann	25.03.+01.04.+15.04., 09:00-12:00 Uhr
------	---------------------------------------

Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)
----	-------------------------------



SOLO STARK! FINANZEN FÜR ALLEINERZIEHENDE

Finanzen für Alleinerziehende: Steuervorteile, Unterhalt, Altersvorsorge – Strategien für mehr finanziellen Spielraum!

Leitung	Charlotte Brieke
Wann	28.08.+04.09.+18.09., 14:00-17:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

SOLO STARK! FINANZEN FÜR ALLEINERZIEHENDE

Finanzen für Alleinerziehende: Steuervorteile, Unterhalt, Altersvorsorge – Strategien für mehr finanziellen Spielraum!

Leitung	Charlotte Brieke
Wann	30.09.+07.10.+21.10., 09:00-12:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

SPECIAL FÜR ZUGEWANDERTE FRAUEN – MIT POWER UND NETZWERK WIEDER EINSTEIGEN

Verbessern Sie Ihr Deutsch, knüpfen Sie Netzwerke und schaffen Sie die Basis, um mit Power in Ihren Wunschberuf zu starten!

Leitung	Mila Marinova
Wann	28.02.+21.03.+25.04.+16.05.+27.06.+29.08. +26.09.+24.10.+28.11.+19.12., 14:00-16:00 Uhr
Wo	HANNOVER, HdW, Raum 314 (3. OG)

SPECIAL FÜR ZUGEWANDERTE FRAUEN – MIT POWER UND NETZWERK WIEDER EINSTEIGEN

Verbessern Sie Ihr Deutsch, knüpfen Sie Netzwerke und schaffen Sie die Basis, um mit Power in Ihren Wunschberuf zu starten!

Leitung	Mila Marinova
Wann	19.03.+23.04.+21.05.+25.06.+20.08.+17.09. +29.10.+26.11.+17.12., 10:00-12:00 Uhr
Wo	SPRINGE, Erdgeschoss des Alten Rathauses

STARKE FRAUEN

Das Blockseminar unterstützt Migrantinnen und geflüchtete Frauen bei der Integration in den Arbeitsmarkt.

Leitung	Anja Horak
Wann	03.-05.07. und 14.-16.08., 09:00-13:00 Uhr
Wo	BARSINGHAUSEN, VHS Calenberger Land

STARKE FRAUEN

Das Blockseminar unterstützt Migrantinnen und geflüchtete Frauen bei der Integration in den Arbeitsmarkt.

Leitung	Heike Ermisch
Wann	24.-26.04. und 25.-27.07., 09:00-13:00 Uhr
Wo	LAATZEN, Leine-Volkshochschule gGmbH

VERINNERLICHTE GESCHLECHTERROLLEN ENTLARVEN! UNBEWUSSTE VORURTEILE ERKENNEN

Wie formen Geschlechterstereotype unser Leben und unsere Karrieren - Hintergründe und Strategien für mehr Gleichberechtigung.

Leitung	Franzi Helms
Wann	24.04., 09:30-13.30 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

WALK & TALK - PERSPEKTIVWECHSEL IN DER NATUR

Walk & Talk verbindet Bewegung mit Reflexion und unterstützt, Ziele zu definieren und Hindernisse zu überwinden.

Leitung	Nicole Hertwig
Wann	23.05.+27.06.+22.08., 16:00-19:00 Uhr
Wo	Eilenriede/Isernhagen-Wietzepark/Herrenhausen



WELCOME LYFE

Ihr Weg in die Zukunft! Bewältigen Sie Ängste, finden Sie Klarheit und starten Sie selbstbewusst neu!

Leitung	Gil Leichtle
Wann	13.+15.+20.+22.05., 15:00-18:00 Uhr
Wo	Maschsee Nordufer, am Fackelträger

WELCOME LYFE

Ihr Weg in die Zukunft! Bewältigen Sie Ängste, finden Sie Klarheit und starten Sie selbstbewusst neu!

Leitung	Gil Leichtle
Wann	19.+21.+26.+28.08., 15:00-18:00 Uhr
Wo	Maschsee Nordufer, am Fackelträger

WERTE ALS KOMPASS FÜR BERUFLICHE ENTSCHEIDUNGEN

Entdecken Sie, was Ihnen wichtig ist: Entwickeln Sie Ihr Werteprofil als Kompass für Entscheidungen im Beruf und Privatleben.

Leitung	Astrid Klink
Wann	03.-05.11., 09:00-13:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG), 2.+3. Termin online

WEITERBILDUNG + QUALIFIKATION

BEWERBUNGSMAPPE KOMPAKT - LEBENS LAUF UND ANSCHREIBEN ERFOLGREICH ERSTELLEN

Erhalten Sie Tipps für einen überzeugenden Lebenslauf, ein passendes Anschreiben und eine erfolgreiche Bewerbungsstrategie.

Leitung	Nicole Hahn
Wann	13.03., 09:00-13:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

BEWERBUNGSMAPPE KOMPAKT - LEBENS LAUF UND ANSCHREIBEN ERFOLGREICH ERSTELLEN

Erhalten Sie Tipps für einen überzeugenden Lebenslauf, ein passendes Anschreiben und eine erfolgreiche Bewerbungsstrategie.

Leitung	Nicole Hahn
Wann	13.06., 09:00-13:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

BEWERBUNGSMAPPE KOMPAKT - LEBENS LAUF UND ANSCHREIBEN ERFOLGREICH ERSTELLEN

Erhalten Sie Tipps für einen überzeugenden Lebenslauf, ein passendes Anschreiben und eine erfolgreiche Bewerbungsstrategie.

Leitung	Nicole Hahn
Wann	25.09., 09:00-13:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

BRÜCKEN BAUEN

Workshop für Frauen mit Lehrerfahrung aus dem Ausland: Infos zu deutschen Schulen, Austausch und Perspektiven finden!

Leitung	Dr. Inge Krämer-Kiliç, Cem David Sunguroğlu
Wann	12.-16.05., jeweils 09:00–13:00 Uhr
Wo	FHM Hannover, Raum 2/16



BRÜCKEN BAUEN

Workshop für Frauen mit Lehrerfahrung aus dem Ausland: Infos zu deutschen Schulen, Austausch und Perspektiven finden!

Leitung Dr. Inge Krämer-Kiliç, Cem David Sunguroğlu

Wann 19.-22.05., jeweils 09:00–13:00 Uhr

Wo FHM Hannover, Raum 2/16

BRÜCKEN BAUEN

Workshop für Frauen mit Lehrerfahrung aus dem Ausland: Infos zu deutschen Schulen, Austausch und Perspektiven finden!

Leitung Dr. Inge Krämer-Kiliç, Cem David Sunguroğlu

Wann 22.-25.09., jeweils 09:00–13:00 Uhr

Wo FHM Hannover, Raum 2/16

BRÜCKEN BAUEN

Workshop für Frauen mit Lehrerfahrung aus dem Ausland: Infos zu deutschen Schulen, Austausch und Perspektiven finden!

Leitung Dr. Inge Krämer-Kiliç, Cem David Sunguroğlu

Wann 29.09.-02.10., jeweils 09:00–13:00 Uhr

Wo FHM Hannover, Raum 2/16

CANVA-WORKSHOP: ENTDECKE DIE WELT DER KREATIVITÄT

Lernen Sie, mit Canva professionelle Designs zu erstellen – für Social Media, Präsentationen und mehr!

Leitung Robin Weniger

Wann 05.02., 17:30-20:30 Uhr

Wo Online

COACHING ALS FÜHRUNGSSTIL

Führen mit Fragen: Entdecken Sie, wie gezielte Fragetechniken Teams motivieren, Blockaden lösen und Bestleistungen fördern.

Leitung	Caroline Steele
Wann	02.04., 10:00-14:00 Uhr
Wo	Online

COACHING ALS FÜHRUNGSSTIL

Führen mit Fragen: Entdecken Sie, wie gezielte Fragetechniken Teams motivieren, Blockaden lösen und Bestleistungen fördern.

Leitung	Caroline Steele
Wann	05.09., 10:00-14:00 Uhr
Wo	Online

DIGITALE KOMPETENZ IST LERNBAR!

Steigern Sie Ihre digitale Kompetenz! Lernen Sie die Schlüsselbereiche der digitalen Welt anhand praktischer Übungen kennen.

Leitung	Merle Hübner
Wann	12.+13.11., 10:00-16:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

DIVERSITY ALS CHANCE UND NUTZEN - INDIVIDUELL UND STRUKTURELL

Entdecken Sie die Kraft von Diversity! Reflektieren Sie Ihre Vielfalt und entwickeln Sie Ideen für den Erfolg im Beruf.

Leitung	Helga Barbara Gundlach
Wann	20.08., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)



EINKOMMENSSTEUERERKLÄRUNG TAGESSEMINAR

Steuerbescheid verstehen und Steuererklärung selbst erstellen – praxisnah und verständlich, auch für Anfänger geeignet!

Leitung	Volker Riechert
Wann	07.03., 15:30-20:30 Uhr
Wo	Online

FINANZEN FÜR FRAUEN - EIN BUNTER STRAUSS

Lerne den richtigen Umgang mit Geld und sichere deine Altersvorsorge – speziell für Frauen.

Leitung	Christina Reimer
Wann	18.+19.01., 10:45-14:00 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

FINANZEN FÜR FRAUEN - FOLLOW UP

Vertiefen Sie im Follow-up-Workshop die Grundlagen der Finanzplanung und bauen Sie Ihre eigene Finanzbasis auf.

Leitung	Christina Reimer
Wann	15.+16.03., 10:45-14:00 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

FRAUEN IN DER IT: EINE BREITE BERUFSVIELFALT MIT FLEXIBILITÄT!

Glauben Sie, IT sei nur was für Nerds und Männer? Falsch! Lassen Sie sich von den Vorteilen der IT-Welt inspirieren.

Leitung	Gerd Stelling
Wann	16.04., 10:00-16:00 Uhr
Wo	PROFIL GmbH, Hannover

FRAUEN IN FÜHRUNG: DEN EIGENEN FÜHRUNGSSTIL FINDEN UND STÄRKEN

Entwickeln Sie Ihren individuellen Führungsstil und stärken Sie Ihre Fähigkeiten als erfolgreiche Führungskraft!

Leitung	Annika Röhrig
Wann	05.+06.05., 09:00-14:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

FRAUEN IN FÜHRUNG: DEN EIGENEN FÜHRUNGSSTIL FINDEN UND STÄRKEN

Entwickeln Sie Ihren individuellen Führungsstil und stärken Sie Ihre Fähigkeiten als erfolgreiche Führungskraft!

Leitung	Annika Röhrig
Wann	18.+19.09., 09:00-14:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

FRAUEN IN FÜHRUNGSPPOSITIONEN

Erweitern Sie Ihre Führungskompetenzen und stärken Sie Ihr Selbstbewusstsein als Führungskraft in diesem Bildungsurlaub.

Leitung	Christiane Ringhoff-Kardaß
Wann	08.-12.09., Mo-Do 08:30-16:30 Uhr, Fr 08:30-14:00 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

FRAUEN ÜBERZEUGEN IN VERHANDLUNGEN

Lernen Sie an einem Wochenende, wie Sie in Verhandlungen und Gesprächen sicher auftreten und Ihr Ziel erreichen.

Leitung	Dr. Mechthild Klotz
Wann	05.-06.07., 10:00-17:30 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover



GEKONNT KONTERN

Meistern Sie verbale Angriffe mit Schlagfertigkeit – lernen Sie Techniken aus NLP für souveränes und gelassenes Reagieren.

Leitung	Antje Rohrbach
Wann	15.+16.02., 10:00-16:15 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

INTENSIVWOCHE - BWL FÜR NICHTBETRIEBSWIRTSCHAFTLER*INNEN

Erhalten Sie praxisnahe Einblicke in Betriebswirtschaft und Rechnungswesen und lernen Sie wichtige betriebliche Begriffe.

Leitung	Christoph Gruber und Stefan Ludwig
Wann	17.-21.03., Mo-Do 08:30-16:30 Uhr, Fr 08:30-14:00 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

INTENSIVWOCHE RESILIENZ

Lernen Sie die sieben Säulen der Resilienz kennen und stärken Sie Ihre persönliche, Team- und organisationale Resilienz.

Leitung	Thomas Seliger
Wann	16.-20.06., Mo-Do 09:00-17:00 Uhr, Fr 09:00-14:30 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

INTERKULTURELLE KOMPETENZ - XPRT CULTURE COMMUNICATION SKILLS

Lernen Sie, kulturelle Missverständnisse zu erkennen und mit interkultureller Sensibilität souverän zu handeln.

Leitung	Helga Barbara Gundlach
Wann	10.-14.02., Mo-Do 08:30-16:30 Uhr, Fr 08:30-14:00 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

KI - KÜNSTLICHE INTELLIGENZ

Entdecken Sie die Welt der KI: Chancen, Risiken, Einsatz in Alltag u. Beruf.
Verstehen, gestalten, mitreden – jetzt anmelden.

Leitung	Merle Hübner
Wann	20.+21.08., 10:00-16:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

LINKEDIN

LinkedIn-Profil optimieren, die richtigen Talente ansprechen und die persönliche Marke aufbauen.

Leitung	Anton Lapin
Wann	27.05., 09:00-13:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

LÖSUNGSORIENTIERTES HANDELN IM BERUFSALLTAG

Lernen Sie, berufliche Situationen lösungsorientiert zu gestalten, Konflikte zu lösen und mehr Zufriedenheit zu erreichen.

Leitung	Antje Rohrbach
Wann	01.03., 10:00-17:30 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

PC-FITNESS IM BERUF

Erhöhen Sie Ihre Chancen: Im Seminar erstellen Sie die wichtigsten
Unterlagen für Ihre Bewerbung.

Leitung	Merle Hübner
Wann	26.+27.03., Mi: 9:00-15:00 Uhr, Do: 9:00-13:00 Uhr
Wo	BNW, Hannover



PROJEKTMANAGEMENT - KLASSISCH, AGIL & DANN?

Aufgaben zielführend steuern durch Projektmanagement.

Leitung	Stefanie Jürgens
Wann	03.+04.02., 09:00-17:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

PROJEKTMANAGEMENT - KLASSISCH, AGIL & DANN?

Aufgaben zielführend steuern durch Projektmanagement.

Leitung	Stefanie Jürgens
Wann	09.+10.10., 09:00-17:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

RHETORIK FÜR FRAUEN

In einer Intensivwoche lernen Frauen, in schwierigen Momenten schlagfertig zu agieren und Emotionen in Stärke zu wandeln.

Leitung	Dr. Mechthild Klotz
Wann	25.-29.08., Mo-Do 08:30-16:30 Uhr, Fr 08:30-14:00 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

SELBSTBEWUSST UND GLAUBWÜRDIG AUFTRETEN

Stress und Unsicherheit prägen oft Ihren Auftritt. Entdecken Sie im Seminar, wie Sie Ihre Stärke überzeugend zeigen.

Leitung	Dr. Mechthild Klotz
Wann	01.-02.03., 10:00-17:30 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

SELBSTBEWUSST UND GLAUBWÜRDIG AUFTRETEN

Stress und Unsicherheit prägen oft Ihren Auftritt. Entdecken Sie im Seminar, wie Sie Ihre Stärke überzeugend zeigen.

Leitung	Dr. Mechthild Klotz
Wann	11.-12.03., 10:00-17:30 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

STIMME, SPRECHEN UND KARRIERE

Setzen Sie Ihre Stimme bewusst ein, um Ihre Karriere zu fördern – besonders in Sprechberufen wie Lehre oder Pflege.

Leitung	Nerissa Rothhardt
Wann	01.+02.02., 10:00-17:30 Uhr
Wo	Bildungsverein, Hannover

SYSTEMISCHE* R BERATER* IN (VHSCONCEPT): SYSTEMISCH DENKEN - SYSTEMISCH HANDELN

Systemische Sichtweisen und Beratungskompetenzen stärken: Lehrgang für Fachkräfte mit Zertifikat (vhsConcept).

Leitung	Gabriele Schmidt
Wann	26.09.2025-25.11.2026
Wo	VHS-Geschäftsstelle, Neustadt

UNIVERSITÄT FÜR FRAUEN AN DER LEIBNIZ UNIVERSITÄT HANNOVER

„Universität für Frauen“: Einjährige Weiterbildung ab Oktober 2025 – offen für Frauen jeden Alters und Bildungswegs!

Leitung	Christina Rohwetter / Britta Jahn
Wann	Voraussichtlicher Start ist der 28./29.10.2025
Wo	ZEW, Hannover



VORSTELLUNGSGESPRÄCHE SOUVERÄN MEISTERN

Lernen Sie, wie Sie im Vorstellungsgespräch punkten! Erfolgreich durch gute Vorbereitung.

Leitung	Manfred Joppke
Wann	07.+14.05., 09:00-15:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

VORSTELLUNGSGESPRÄCHE SOUVERÄN MEISTERN

Lernen Sie, wie Sie im Vorstellungsgespräch punkten! Erfolgreich durch gute Vorbereitung.

Leitung	Manfred Joppke
Wann	03.+14.09., 09:00-15:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)



SELBSTSTÄNDIGKEIT + EXISTENZGRÜNDUNG

FRAUENSPEZIFISCHE BERATUNG UND ANGEBOTE RUND UM DIE GRÜNDUNG

Herzlich willkommen, liebe Gründungsinteressierte!

Mit einem starken Netzwerk und qualifizierten Beraterinnen begleiten wir seit Jahren Gründerinnen und Jungunternehmerinnen auf ihrem Weg zu wirtschaftlichem und persönlichem Erfolg. Unser speziell zugeschnittenes Veranstaltungsangebot bietet Ihnen alles, was für eine erfolgreiche Selbstständigkeit wichtig ist. Profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung und unserem starken Netzwerk.

Beratungsangebot

Du möchtest dich selbstständig machen und benötigst Informationen? Wir unterstützen dich mit persönlicher Beratung (analog oder online) und bieten ein umfangreiches Angebot an Qualifizierung und Vernetzung. Je nach Bedarf begleiten wir dich von der ersten Idee bis zur Gründung und darüber hinaus beim Unternehmensaufbau. Für Gründerinnen mit Migrationsgeschichte haben wir ein spezifisches Beratungskonzept entwickelt, das auf deine besonderen Anforderungen eingeht.

Niedersächsischer Unternehmerinnenkongress
www.ukongress-nds.de

Weitere Angebote, Workshops, Veranstaltungen und Beratung
Info zur Anmeldung

<https://www.wirtschaftsfoerderung-hannover.de/de/Gruendung/Gruenderinnen-Consult.php>

www.wirtschaftsfoerderung-hannover.de/hannoverimpuls

Telefon: +49 511 9357-120

FRAUENSPEZIFISCHE BERATUNG UND ANGEBOTE RUND UM DIE GRÜNDUNG

Mit unserem Netzwerk und Beratung begleiten wir Gründerinnen von der ersten Idee bis zur erfolgreichen Gründung.

Leitung	Susanne Kabisch
---------	-----------------

Wann	auf Anfrage
------	-------------

Wo	HdW, Gründerinnen Consult, Hannover
----	-------------------------------------



GELASSEN UND SICHER IM STRESS

Stress gelassen meistern: Körperliche Entspannung finden und gedanklich abschalten.

Leitung	Astrid Klink
Wann	17.+24.03., 08:30-16:00 Uhr
Wo	UZH, Konferenzraum

GELASSEN UND SICHER IM STRESS

Stress gelassen meistern: Körperliche Entspannung finden und gedanklich abschalten.

Leitung	Astrid Klink
Wann	08.+09.11., 09:00-16:30 Uhr
Wo	UZH, Konferenzraum

GLÜCKLICH SEIN - WIE GEHT DAS?

Erlernen Sie dauerhaftes Glück und verbessern Sie Ihr Leben mit Methoden aus der Glücksforschung und positiven Psychologie.

Leitung	Astrid de Loup
Wann	20.-24.10., 08:00-13:00 Uhr
Wo	VHS-Geschäftsstelle, Burgwedel

HOCHSENSIBILITÄT UND GUTE SELBSTFÜRSORGE

Lernen Sie, Ihre hochsensiblen Fähigkeiten zu nutzen und mit Selbstfürsorge erfolgreich im Berufsalltag zu agieren.

Leitung	Christine Jung
Wann	07.+08.05., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

HOCHSENSIBILITÄT UND GUTE SELBSTFÜRSORGE

Lernen Sie, Ihre hochsensiblen Fähigkeiten zu nutzen und mit Selbstfürsorge erfolgreich im Berufsalltag zu agieren.

Leitung	Christine Jung
Wann	18.+19.11., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

ICH BIN GUT GENUG! BYE BYE SCHULDGEFÜHLE

Druck und Schuldgefühle loslassen: Im Workshop reflektieren wir Erwartungen und entwickeln Strategien für mehr Leichtigkeit.

Leitung	Franzi Helms
Wann	26.03., 09:30-13.30 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

ICH BIN GUT GENUG! BYE BYE SCHULDGEFÜHLE

Druck und Schuldgefühle loslassen: Im Workshop reflektieren wir Erwartungen und entwickeln Strategien für mehr Leichtigkeit.

Leitung	Franzi Helms
Wann	26.08., 09:30-13.30 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

IN BALANCE DURCH ZEICHNEN

Stress abbauen & Ressourcen stärken: Neurographisches Zeichnen vereint Kunst, Entspannung u. effektives Ressourcenmanagement.

Leitung	Elena Bour-Moskalenko
Wann	18.03., 10:00-14:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)



IN BALANCE DURCH ZEICHNEN

Stress abbauen & Ressourcen stärken: Neurographisches Zeichnen vereint Kunst, Entspannung u. effektives Ressourcenmanagement.

Leitung	Elena Bour-Moskalenko
Wann	23.09., 10:00-14:00 Uhr
Wo	HdW, Raum 314 (3. OG)

INNERE STÄRKE DURCH MENTALES TRAINING

Stärken erkennen, Denkmuster ändern, Bewerbungsgespräche visualisieren: Mentales Training für berufliche Herausforderungen!

Leitung	Katja Godehart
Wann	11.02., 10:00-17:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

JOURNALING – DIE HEILSAME KRAFT DES SCHREIBENS

Beim Journaling Klarheit finden, Ressourcen stärken und neue Lösungen entwickeln – kreativ, entspannt und ohne Druck.

Leitung	Eva Knoche
Wann	16.05., 10:00-17:00 Uhr
Wo	Studio Meraki, Hannover

KONFLIKTE - ERKENNEN, VORBEUGEN UND KONSTRUKTIV LÖSEN

Konflikte frühzeitig erkennen und lösen – Entwicklung von Strategien zur ressourcenschonenden Konfliktbewältigung.

Leitung	Helga Barbara Gundlach
Wann	06.11., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

MINDFUL TRIATHLON: LAUFEN, YOGA, MEDITATION

Laufen, Yoga, Meditation. Bewegung und Achtsamkeit verbinden, Gelassenheit und Kreativität für Alltag und Beruf fördern.

Leitung	Alexandra Raddatz
Wann	16.08., 12:00-16:00 Uhr
Wo	YAY! - You and Yoga, Hannover

MINDFUL COMMUNICATION AT WORK

Souverän und klar im Umgang mit anderen! Lernen Sie, für sich einzustehen, Differenzen zu meistern und persönlich zu wachsen.

Leitung	Nadja Butzki
Wann	21..+28.05.+11.06., 10:00-17:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Park der Sinne (EG)

MIT ACHTSAMKEIT & INTUITION - MICH SELBST UND ANDERE VERSTEHEN

Achtsamkeit im Beruf: Lernen Sie, souverän und gelassen durch Veränderungen zu steuern und wertschätzend zu kommunizieren.

Leitung	Astrid Klink
Wann	21.+22.06., 09:30-16:30 Uhr
Wo	UZH, Konferenzraum

RESILIENZ FÜR BERUFSTÄTIGE FRAUEN ÜBER 50 - WAS KÖNNEN WIR NOCH LERNEN?

Stärkung von Resilienz: Strategien, um Herausforderungen und Stress ab 50 konstruktiv zu meistern – praktisch und alltagsnah.

Leitung	Helga Barbara Gundlach
Wann	07.02., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)



RESILIENZ FÜR BERUFSTÄTIGE FRAUEN ÜBER 50 - WAS KÖNNEN WIR NOCH LERNEN?

Stärkung von Resilienz: Strategien, um Herausforderungen und Stress ab 50 konstruktiv zu meistern – praktisch und alltagsnah.

Leitung	Helga Barbara Gundlach
Wann	27.08., 09:30-13:30 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

„TAKE A SAD SONG AND MAKE IT BETTER“

Ein Neuanfang? Der Musikworkshop hilft, Stress zu reduzieren und in Balance zu kommen – keine Vorkenntnisse nötig!

Leitung	Dr. Anna Fortunova
Wann	29.04., 10:00-13:15 Uhr
Wo	HdW, Raum "Steinhuder Meer" (EG)

WALD MACHT STARK - FIT DURCH DIE JAHRESZEITEN

Entdecken Sie die Kraft des Waldes: Inspiration, Balance und Vernetzung im Frühling und Herbst 2025.

Leitung	Ariane Raguse und Dr. Annika Frech
Wann	26.04., 10:00-16:00 Uhr
Wo	Eilenriede / FZH Lister Turm

WALD MACHT STARK - FIT DURCH DIE JAHRESZEITEN

Entdecken Sie die Kraft des Waldes: Inspiration, Balance und Vernetzung im Frühling und Herbst 2025.

Leitung	Ariane Raguse und Dr. Annika Frech
Wann	27.09., 10:00-16:00 Uhr
Wo	Eilenriede / FZH Lister Turm

ZURÜCK INS GLEICHGEWICHT! MENTAL LOAD MEISTERN UND VEREINBARKEIT LEBEN

Mental Load: Ursachen erkennen, Stress bewältigen, Selbstfürsorge stärken und partnerschaftlich Verantwortung teilen.

Leitung	Franzi Helms
---------	--------------

Wann	17.-21.03., 09:00-13:00 Uhr
------	-----------------------------

Wo	VHS-Geschäftsstelle, Neustadt
----	-------------------------------

ZURÜCK INS GLEICHGEWICHT! MENTAL LOAD MEISTERN UND VEREINBARKEIT LEBEN

Mental Load: Ursachen erkennen, Stress bewältigen, Selbstfürsorge stärken und partnerschaftlich Verantwortung teilen.

Leitung	Franzi Helms
---------	--------------

Wann	15.-19.09., 09:00-13:00 Uhr
------	-----------------------------

Wo	VHS-Geschäftsstelle, Burgwedel
----	--------------------------------



TERMINE + VERANSTALTUNGEN

AGENTUR FÜR ARBEIT HANNOVER

Sie möchten nach der Familienzeit zurück in den Beruf? Ob bisherige Tätigkeit oder neue Ziele – wir beraten Sie gern!

Leitung	Andrea Wassermann
Wann	auf Anfrage
Wo	Agentur für Arbeit, Hannover

ANERKENNUNGS- UND QUALIFIZIERUNGSBERATUNG

Beratung für ukrainische Frauen: Unterstützung beim Berufseinstieg, der Anerkennung von Abschlüssen und finanziellen Hilfen.

Leitung	IHK
Wann	13.05., 11:00-13:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

ANERKENNUNGS- UND QUALIFIZIERUNGSBERATUNG

Beratung für ukrainische Frauen: Unterstützung beim Berufseinstieg, der Anerkennung von Abschlüssen und finanziellen Hilfen.

Leitung	IHK
Wann	16.09., 11:00-13:00 Uhr
Wo	HdW, Raum Steinhuder Meer (EG)

FAMILIE. BERUF. NETZWERK.

Lassen Sie sich von Expertinnen unterstützen! Mit führenden Einrichtungen bieten wir wertvolle Impulse für Ihre Zukunft.

Leitung	Frau&Beruf + Kooperationspartner
Wann	21.08., 10:00-12:30 Uhr
Wo	Bürgersaal des Bürgerhauses in Bissendorf

FAMILIE. BERUF. NETZWERK.

Lassen Sie sich von Expertinnen unterstützen! Mit führenden Einrichtungen bieten wir wertvolle Impulse für Ihre Zukunft.

Leitung	Frau&Beruf + Kooperationspartner
Wann	30.09., 10:00-12:30 Uhr
Wo	VHS Geschäftsstelle am Schloss Landestrost

HANDWERK MIT FIF – FRAUEN GEHEN IM HANDWERK IN FÜHRUNG

Das Projekt Handwerk mit FiF stärkt Frauen im Handwerk mit Seminaren, Workshops, Coaching u. Mentoring zur Führungskompetenz.

Leitung	HWK Hannover
Wann	ab 01.03. (vorbehaltlich einer Bewilligung)
Wo	HWK Hannover

JOBCENTER REGION HANNOVER

Alleinerziehend, in Elternzeit, Ü50 oder mit Pflegepflichten? Wir beraten Sie zu Perspektiven, Qualifizierung und Neuanfang.

Leitung	Elke Heinrichs
Wann	auf Anfrage
Wo	Jobcenter Hannover

K.O.N.E.K.T. - TREFFPUNKT FÜR FRAUEN IM HANDWERK

K.O.N.E.K.T. bietet Frauen im Handwerk zweimal jährlich einen Abend zum Vernetzen, Austauschen und professionellen Beratung.

Leitung	Regina Prieß
Wann	18.06., 18:30-21:00 Uhr
Wo	Tischlerei Andreas Marwede, Hannover



K.O.N.E.K.T. - TREFFPUNKT FÜR FRAUEN IM HANDWERK

K.O.N.E.K.T. bietet Frauen im Handwerk zweimal jährlich einen Abend zum Vernetzen, Austauschen und professionellen Beratung.

Leitung	Magdalena Markones
Wann	08.10., 18:30-21:00 Uhr
Wo	Handwerkskammer Hannover

NETZWERKABEND UND FACHTAGUNG

Die Handwerkskammer Hannover lädt mit den UFH zum Netzwerken und Austausch ein, ergänzt durch Vorträge + Gruppenarbeiten.

Leitung	Maren Ulbrich
Wann	21.03., 18:00-20:30 Uhr
Wo	Tagungszentrum HWK, Garbsen

NETZWERKABEND UND FACHTAGUNG

Die Handwerkskammer Hannover lädt mit den UFH zum Netzwerken und Austausch ein, ergänzt durch Vorträge + Gruppenarbeiten.

Leitung	Maren Ulbrich und Cornelia Höltkemeier
Wann	22.03., 09:00-14:30 Uhr
Wo	Tagungszentrum HWK, Garbsen

ÜBERBETRIEBLICHER VERBUND HANNOVER REGION E. V. - ÜBV



Familie – Unternehmen – Beruf

Der ÜBV e. V. ist ein Zusammenschluss kleiner und mittelständischer Firmen aus der Region Hannover mit dem Ziel, familienfreundliche Beschäftigungsstrukturen, flexibles Personalmanagement und zukunftsorientierte Personalplanung miteinander zu verbinden.

Die Gesellschaft verändert sich – Familienstrukturen, Berufsbiografien und Lebensentwürfe entwickeln sich mit. Familienfreundlichkeit und lebensphasenorientierte Arbeitsbedingungen unterstützen die Zufriedenheit der Mitarbeitenden und dienen damit der Fachkräftebindung in Unternehmen. Sie steigern zudem die Arbeitgeberattraktivität und stellen damit einen Wettbewerbsvorteil dar.

Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf übernimmt für den Verein die Geschäftsstellenarbeit und bietet den Mitarbeitenden und Elternzeitnehmenden aus den Mitgliedsunternehmen bei Bedarf eine intensive persönliche Beratung sowie die ermäßigte Teilnahme an den kostenpflichtigen Seminaren.

Vorteile für unsere Mitglieder:

- › Veranstaltungen und vereinsinterne Workshops zu Themen wie Fachkräftegewinnung, Führung und Diversität im Unternehmen
- › Kollegialer Austausch mit Unternehmerinnen und Unternehmern unterschiedlicher Branchen im Rahmen von Vereins-Frühstücken und Exkursionen
- › Gestaltungsraum für eigene Ideen und Projekte zur Vereinbarkeit



ÜBERBETRIEBLICHER VERBUND HANNOVER REGION E. V. - ÜBV

- › Beratung für Beschäftigte in Elternzeit zur Erarbeitung individueller Strategien für die Berufsrückkehrer/-innen
- › Einbindung in das Netzwerk der Wirtschaftsförderung Region Hannover
- › Beratung zur Umsetzung familienorientierter Personalentwicklung und Unterstützung bei der Fachkräftegewinnung
- › Weiterbildungszuschüsse für Beschäftigte
- › Sommerferienbetreuung im dreiwöchigen Sommercamp der Region Hannover für Kinder von Beschäftigten

NOCH FRAGEN?

Sie haben Interesse und möchten mehr Informationen zum ÜBV einholen oder haben Fragen zur Mitgliedschaft? Schreiben Sie uns eine Mail an frauundberuf@region-hannover.de oder schauen Sie auf unserer Homepage vorbei:

https://www.wirtschaftsfoerderung-hannover.de/de/Microsites/Frau_und_Beruf/UEBV.php

Wir vereinbaren gerne mit Ihnen einen persönlichen Termin zum gegenseitigen Kennenlernen. Ebenso können Sie ganz unverbindlich an einem unserer vierteljährlich stattfindenden ÜBV-Frühstücke teilnehmen, um die Mitglieder und die Vereinsarbeit kennen zu lernen.

Für Personen in Elternzeit aus den Mitgliedsunternehmen bietet die Koordinierungsstelle Frau und Beruf eine intensive persönliche Beratung.



ÜBERBETRIEBLICHER VERBUND HANNOVER REGION E. V. - ÜBV



WIR MACHEN MIT!

- › Abbott Laboratories GmbH, Hannover
- › Akademie des Handwerks der Handwerkskammer Hannover
- › Bildungsverein Soziales Lernen und Kommunikation e. V., Hannover
- › Böhm Güterverkehrs GmbH, Langenhagen
- › Brinkmann & Partner, Hannover
- › Coaching für Beruf & Perspektive, Astrid Klink, Wunstorf
- › Gelenk-Reha Hannover KG, Hannover
- › gilborn® [Zahnärzte]
- › Goldpark AG, Hannover
- › GSI mbH, Niederlassung SLV Hannover
- › Interkultureller Sozialdienst, Hannover
- › Investment & Vorsorge, Wunstorf
- › K.L. Management GmbH, Neuwarmbüchen
- › KSG Hannover GmbH, Laatzen
- › Ludwig Bertram GmbH, Isernhagen/Kirchhorst



ÜBERBETRIEBLICHER VERBUND HANNOVER REGION E. V. - ÜBV

- › Maximum Personalmanagement GmbH
- › Mylan Healthcare GmbH, Hannover
- › neuwaerts GmbH, Hannover
- › Norddeutsche Landesbank Girozentrale, Hannover
- › pme Familienservice GmbH, Hannover
- › Privatärztliche Praxis für Ganzheitsmedizin Dr. Berger
- › Rolf Lücking Transport GmbH, Hannover
- › Seniorenresidenz Wunstorf, Wunstorf
- › Sparkasse Hannover, Hannover
- › Steuerberaterin Schönenberg, Hannover
- › Temps GmbH, Neustadt
- › Tina Voß GmbH, Hannover
- › Toto-Lotto Niedersachsen GmbH, Hannover
- › Windwärts Energie GmbH, Hannover



VORSTAND

1. Vorsitzender: Marcus Böhm, Böhm Güterverkehrs GmbH
2. Vorsitzender: Markus Herwig, neuwaerts GmbH

ANMELDUNG

Zu unseren Beratungsangeboten und Seminarveranstaltungen können Sie sich über das Online-Programmheft anmelden:

<https://programm.frau-und-beruf-hannover.de>

Über eventuelle Änderungen benachrichtigen wir Sie rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung.

ABMELDUNG

Bitte beachten Sie, dass die Anmeldung zu unseren Veranstaltungen verbindlich ist. Um eine Abmeldung wird gebeten, wenn Sie nicht teilnehmen können, um Ihren Platz für die nächste Person auf der Warteliste freizugeben. Bei nicht abgesagter Teilnahme bis 48 Stunden vor Veranstaltungsbeginn wird eine **Ausfallgebühr in Höhe von 20,00 €** erhoben, die Sie an www.betterplace.org/f39505 spenden.

SEMINARKOSTEN

Die Seminare der Koordinierungsstelle Frau und Beruf sind seit 2022 kostenlos. Wir bitten Sie alternativ um eine freiwillige Spende unter:

www.betterplace.org/f39505

Bei Kursen/Seminaren externer Anbieter gelten deren Anmelde- und Geschäftsbedingungen.

VERANSTALTUNGSORTE

Die Veranstaltungsorte sind durch Kürzel bei den jeweiligen Angeboten gekennzeichnet; die vollständige Adressenübersicht finden Sie unter [Veranstaltungsorte](#).



Weitere Informationen zu den Referenten und Referentinnen finden Sie über den QR-Code auf der Website.



ERMÄSSIGUNG

Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf kann die Teilnahmekosten mit bis zu 50 % bezuschussen – bis max. 100,00 € im Jahr je Teilnehmer/-in. Die Fördermöglichkeit gilt für Angebote aus diesem Programmheft und weitere Angebote anerkannter Bildungsträger für:

- › Berufsrückkehrer/-innen nach Familien- oder Pflegezeit
- › berufstätige Frauen in Elternzeit
- › Erwerbslose Frauen im Leistungsanspruch nach SGB II und SGB III, wenn eine Förderung durch ein anderes Programm ausgeschlossen ist
- › Frauen aus Mini- oder Midijobs
- › Personen in Elternzeit aus Mitgliedsunternehmen des Überbetrieblichen Verbundes Hannover Region e. V. (ÜBV)

Auch sozialversicherungspflichtig Beschäftigten und selbstständigen Frauen können wir bei Bedarf die Kursgebühren ermäßigen. Bei Teilnahme an unseren Angeboten können Sie bei Bedarf zusätzlich die Erstattung entstehender Kosten für Kinderbetreuung bei uns beantragen. Eine Doppelförderung ist nicht möglich. Der Zuschuss muss rechtzeitig vor Seminarbeginn bei der Koordinierungsstelle Frau und Beruf beantragt werden. Ein Rechtsanspruch besteht nicht.

INKLUSION

Unsere Veranstaltungsräumlichkeiten sind nicht alle barrierefrei. Bitte informieren Sie uns, wenn Sie Unterstützung brauchen – wir werden uns bemühen, Barrieren abzubauen und Ihre Teilnahme zu ermöglichen.

SIE HABEN NOCH FRAGEN?

Dann rufen Sie uns einfach an unter Tel.: 0511 616-23542.

VERANSTALTUNGsorte

BNW

BNW - Bildungswerk der
Niedersächsischen Wirtschaft
Plathnerstr. 5A
30175 Hannover
Tel.: 0511 961670
www.bnw.de

BV

Bildungsverein Soziales Lernen
und Kommunikation e. V.
Stadtstr. 17
30159 Hannover
Tel.: 0511 344-144
info@bildungsverein.de
www.bildungsverein.de

FHM

Fachhochschule des
Mittelstands (FHM) - Campus
Hannover
Lister Str. 17
30163 Hannover
Tel.: 0511 5335880
www.fh-mittelstand.de

GC

hannoverimpuls GmbH
Gründerinnen-Consult
Vahrenwalder Str. 7
30165 Hannover
Tel.: 0511 9357-120
info@gruenderinnenconsult.de
www.gruenderinnenconsult.de

HDR

Haus der Region
Hildesheimer Str. 18/20
30169 Hannover
Tel.: 0511 616-0

HDW

Region Hannover
Haus der Wirtschaftsförderung
Vahrenwalder Str. 7
30165 Hannover
Tel.: 0511 9357-0

HWK

Handwerkskammer Hannover
Berliner Allee 17
30175 Hannover
Tel.: 0511 34859-41/37
info@hwk-hannover.de
www.hwk-hannover.de

UZH

Unternehmerinnen-Zentrum
Hannover GmbH
Hohe Str. 9-11
30449 Hannover
Tel.: 0511 924 001-0
mail@uzhannover.de
www.uzhannover.de

ZEW

Leibniz Universität Hannover
Zentrale Einrichtung für
Weiterbildung (ZEW)
Schloßwender Str. 7
30159 Hannover
Tel.: 0511 762-19108
b.jahn@zew.uni-hannover.de
www.zew.uni-hannover.de



Region Hannover

Koordinierungsstelle Frau und Beruf Region Hannover

Haus der Wirtschaftsförderung

Vahrenwalder Straße 7

30165 Hannover

Tel.: 0511 616-23542

frauundberuf@region-hannover.de

wirtschaftsfoerderung@region-hannover.de

So erreichen Sie uns:



Quelle: Region Hannover



Kofinanziert von der Europäischen Union



Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Gleichstellung