



**Koordinierungsstelle  
Frau & Betrieb e.V.**

Für die Frauen. Für die Betriebe.

**Info-Broschüre**

---

**2/2021**

# INHALT

Seite

HERZLICH WILLKOMMEN .....	3
<hr/>	
BERATUNG .....	4
<hr/>	
FÖRDERMÖGLICHKEITEN .....	5
<hr/>	
BERUFLICHE QUALIFIZIERUNG BERUFSÜBERGREIFEND	
Berufsweg planen .....	6
Existenz gründen .....	8
Bewerben .....	9
Kompetenzen .....	11
Sprachen .....	13
<hr/>	
BERUFSSPEZIFISCH	
EDV/Internet .....	14
Büro/Verwaltung .....	15
Pädagogik .....	17
Pflege .....	18
<hr/>	
VERBUND FRAU & BETRIEB	
Spezielle Angebote .....	19
Mitgliedsbetriebe .....	25
<hr/>	
WEITERE INFOS	
Kooperationspartner .....	27
Träger .....	28
<hr/>	

## Impressum

Herausgeberin:  
 Koordinierungsstelle  
 Frau & Betrieb e.V.  
 Schloßstraße 9  
 49074 Osnabrück

Tel. 0541/27026  
 info@frau-und-betrieb-os.de  
 www.frau-und-betrieb-os.de  
 Instagram: kostelle\_frau\_und\_betrieb

Hinweise zu unserem Datenschutz finden Sie auf unserer Homepage.

# Herzlich willkommen,

unter dem Motto:

## Für die Frauen. Für die Betriebe.

unterstützen wir Sie gerne als kompetente und erfahrene Partnerin in allen Fragen rund um den Beruf.

Dazu

- beraten und informieren wir Sie individuell, einzeln oder in Gruppen
- kooperieren wir mit Bildungsträgern und fördern die Fortbildung von Frauen (FIFÖ)
- unterstützen wir unsere Mitgliedsbetriebe des **Verbundes Frau & Betrieb e.V.**
- vernetzen wir uns regional und überregional für Ihre Interessen und melden uns öffentlich zu Wort

In dieser Broschüre finden Sie eine Vielzahl von Anregungen zu Ihrer beruflichen Weiterentwicklung. Zum einen bieten wir für Sie diverse Workshops und Info-Veranstaltungen direkt in der **Koordinierungsstelle Frau & Betrieb e.V.** an. Zum anderen finden Sie viele hilfreiche Veranstaltungen verschiedener Bildungsträger zu unterschiedlichen Themen in unserer Broschüre.

Blättern Sie gerne durch, lassen Sie sich inspirieren und werden Sie aktiv. Dazu fördern wir Sie unter bestimmten Voraussetzungen auch gerne finanziell. Genauere Infos dazu finden Sie auf Seite 5 (FIFÖ).

Fragen? Sprechen Sie uns gerne an, denn wir wollen, dass Sie weiterkommen!

*Bettina Jacob-Stallforth*      *Andrea Kalinsky*

Bettina Jacob-Stallforth

Andrea Kalinsky



Bettina Jacob-Stallforth  
(Leitung)



Andrea Kalinsky  
(Leitung)



Maria Kirchner  
(Projektassistentz)



Stephanie Kollenberg  
(Projektassistentz)

## SIE ERREICHEN UNS:

Schloßstr. 9  
49074 Osnabrück  
Tel.: 0541/27026  
Fax: 0541/27045  
info@frau-und-betrieb-os.de  
www.frau-und-betrieb-os.de

Unsere Sprechzeiten:

Mo. – Fr.      9.00 - 12.00 Uhr  
Mo., Di., Do. 14.00 - 16.00 Uhr

# Beratung

## Individuelle, unabhängige, gebührenfreie und vertrauliche Einzelberatung

- Wie schaffe ich nach der Familien-/Pflegephase wieder den Einstieg in den Beruf?
- Wohin möchte ich mich beruflich weiterentwickeln?
- Wie kann ich mich beruflich neu orientieren?
- Wie ist die Arbeitsmarktsituation und was bedeutet das für mich?
- Welche Möglichkeiten der Qualifizierung/Fort- oder Ausbildung bieten sich für mich an?
- Welche Fördermöglichkeiten gibt es dazu?
- Wie kann ich meine Bewerbung optimieren?
- Wie komme ich an potentielle Arbeitgeber\*innen?

Wenn Sie sich eine oder mehrere dieser Fragen stellen, sind Sie bei uns richtig!

### Wer kann kommen?

Unsere Hauptzielgruppe sind Wiedereinsteigerinnen, Elternzeitnehmende, Mini-/Midijobberinnen und Beschäftigte aus Verbundbetrieben. Grundsätzlich sind aber auch alle Frauen, die ihren Wohnsitz im Land Niedersachsen haben und sich beruflich weiterentwickeln möchten, herzlich willkommen.

### Wer macht die Beratung?

Die Einzelberatungen werden von Bettina Jacob-Stallforth (Dipl. Päd. und Leiterin der KoStelle) durchgeführt, den Bewerbungsmappencheck macht Elke Lehser (Personaleringin und Unternehmerin).

### Wo finden die Beratungen statt?

Hauptsächlich in der Koordinierungsstelle in Osnabrück. Aber auch im Landkreis werden in Kooperation mit den Gleichstellungsbeauftragten vor Ort Beratungstage mit Einzelterminen vergeben. Wann und wo diese Termine sind, entnehmen Sie entweder unserer Homepage oder Sie wenden sich an uns bzw. Ihre Gleichstellungsbeauftragte vor Ort.

### Was muss ich tun?

- Zur Terminvereinbarung rufen Sie uns an oder senden uns eine E-Mail (dann bitte mit Angabe einer Telefonnummer und Ihrer Adresse).
- Bringen Sie zu dem Termin gerne Ihre Bewerbungsunterlagen mit, auch wenn sie schon älter sind oder Ihnen nicht gut erscheinen.
- Unsere Angebote sind für Sie gebührenfrei. Dies ist nur möglich durch die finanzielle Unterstützung mit Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF). Dies erfordert allerdings, dass Sie als Teilnehmerin einen Teilnehmendenfragebogen ausfüllen. Dieser muss nur einmal innerhalb eines bestimmten Zeitraumes ausgefüllt werden. Sie können diesen Fragebogen auf unserer Homepage einsehen und gerne auch schon ausgedruckt und ausgefüllt zu der Beratung mitbringen.

Haben Sie Fragen? Zögern Sie nicht uns anzurufen, wir sind gerne für Sie da.

# FIFÖ - Finanzielle Förderung von Bildungsangeboten anderer Bildungseinrichtungen

Damit Sie es leichter haben, an Kursen bei Volkshochschulen, Familienbildungsstätten oder anderen beruflichen Bildungsträgern teilzunehmen, unterstützen wir Sie finanziell unter folgenden Rahmenbedingungen:

- Förderfähig sind Berufsrückkehrerinnen, Elternzeitnehmende, geringfügig Beschäftigte (Mini- und Midi-Job) und Mitarbeiterinnen aus Betrieben, die dem Verbund Frau & Betrieb e.V. angehören.
- Der von Ihnen angestrebte Kurs muss beruflich für Sie relevant sein. Inwieweit das zutrifft, besprechen wir gerne mit Ihnen.
- Über die Koordinierungsstelle Frau & Betrieb e.V. können nur Bildungsangebote gefördert werden, deren Stundenumfang 30 Zeitstunden / 40 Unterrichtsstunden nicht überschreiten. Der Verbund Frau & Betrieb e.V. ist an diese Regelung nicht gebunden.
- Sie müssen FIFÖ vor dem Kursbeginn beantragen!
- Sie müssen Ihren Wohnsitz in Niedersachsen haben.
- Eine Doppelförderung (mehrere Ermäßigungen pro Kurs) ist ausgeschlossen.
- Erstattungen finden nicht jahresübergreifend statt, diese bitte bis zum 15.12. anfordern.

## Wie hoch ist die Summe von FIFÖ?

- Es werden maximal 50 % der Kursgebühr übernommen, Nachkommastellen werden zu Gunsten der Koordinierungsstelle abgerundet. Pro Seminar ist die Förderhöhe auf 150 € begrenzt.
- Ein Rechtsanspruch auf Bezuschussung besteht nicht, da die Gelder hierfür begrenzt sind.

## Wie erhalten Sie FIFÖ?

- Sie nehmen mit der Koordinierungsstelle Kontakt auf und klären mit uns, ob FIFÖ für Sie in Frage kommt.
- Sie schicken an uns Ihren ausgefüllten Antrag zusammen mit Informationen zu der gewünschten Fortbildung (Kopie vom Angebot aus dem Titel, Inhalt, Zeitumfang und Kosten hervorgehen).
- Sie bekommen von uns eine Rückmeldung, ob Sie mit einer Förderung rechnen dürfen.
- Sie reichen zeitnah nach dem Kurs einen Beleg über Ihre Teilnahme / Zahlungsnachweis zusammen mit dem Formular Erstattung bei uns ein.
- Wir überweisen Ihnen den entsprechenden Betrag auf Ihr Konto.

## Wo finde ich die Formulare zur Antragstellung und Erstattung?

- Beide Formulare (Antrag und Erstattung) bekommen Sie direkt bei uns im Büro, bspw. bei der Einzelberatung oder per Download über unsere Webseite: [www.frau-und-betrieb-os.de](http://www.frau-und-betrieb-os.de) unter dem Reiter „Fördermöglichkeiten“.

## Können mehrere Seminare in einem Antrag bearbeitet werden?

- Nein, bitte stellen Sie für jeden einzelnen Kurs einen eigenen Antrag.

Haben Sie weitere Fragen? Zögern Sie nicht uns anzusprechen. Wir sind gerne für Sie da, um mit Ihnen Ihre Möglichkeiten auszuloten.

## Berufsweg planen

---

### Shine your light!

#### Stärken klären – stärker werden

Ständig ist Ihre Überzeugungskraft gefragt - ob im Bewerbungsprozess, im Arbeitsalltag oder auch privat. Da ist es gut, wenn die eigenen Stärken selbst klar und bewusst sind. Mit diesem einzigartigen Konzept aus Gruppen-Workshop und Einzelcoaching können Sie Ihre Stärken identifizieren, ggf. neue Ziele entdecken und sich dafür besser einsetzen.

Dieses Angebot besteht aus zwei aufeinander folgenden Teilen:

- 1. Workshop:** Durch eine intensive Analyse lernen Sie Ihre Stärken (neu) kennen.
- 2. Einzel-Coaching:** Bei Bedarf können Sie weitere persönliche Termine zur individuelle Unterstützung bei der Referentin buchen. So finden Sie Klarheit über Ihre Ziele und Anregungen zur konkreten Umsetzung.

**TERMIN** Mo., 04.10.2021

**WORKSHOP:** 9.00 – 12.30 Uhr  
Termine für Einzelcoaching können direkt im Anschluss an den Workshop oder auch später direkt mit Fr. Winkler vereinbart werden.

**DOZENTIN:** Katrin Winkler, Coaching und Training

**GEBÜHREN:** - keine für den Workshop  
- das Coaching kann über FIFÖ für max. 5 Einzelsitzungen durch die Koordinierungsstelle gefördert werden

**KURSORT UND ANMELDUNG:**  
Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Schloßstr. 9 · 49074 Osnabrück  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de  
Anmeldeschluss: 27.09.2021

---

## Berufsweg planen

---

### Beruflicher Neustart in der Lebensmitte

#### Wo stehst Du? Wie geht´s weiter?

##### Kennst Du diese Situation?

Du hast einen Job, fühlst Dich darin jedoch unwohl? Du bist noch beschäftigt, ahnst jedoch, dass die Kündigung droht? Du bist schon freigestellt? Unterschiedliche Fragen, aber die gleiche Herausforderung: in der Lebensmitte noch einmal beruflich neu durchstarten!

Vor genau dieser Situation stand die Referentin und sie entwickelte aus ihren Erfahrungen die so genannte „Job-to-go Formel“. Ein Konzept, nachdem sich jede in vier Schritten und mit System beruflich neu aufstellt. Weitere Informationen finden sie unter [www.starke-frauen.info](http://www.starke-frauen.info). Im Workshop erhält jede Teilnehmerin praxisnahe und sofort umsetzbare Checklisten, Tipps und Anregungen, mit der sie sofort loslegen kann. Mit der Anmeldung erhalten Sie einen Link zum WORKBOOK von Fr. Rottwinkel-Körper.

**TERMIN:** Mi., 13.10.2021  
10.00 – 12.00 Uhr

**DOZENTIN:** Barbara Rottwinkel-Kröber, Coach

**GEBÜHREN:** keine

**KURSORT UND ANMELDUNG:**  
Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Schloßstr. 9 · 49074 Osnabrück  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de  
Anmeldeschluss: 06.10.2021

Sollte es pandemiebedingt erforderlich sein, kann das Angebot auch online stattfinden.

---

## Berufsweg planen – Perspektiven gestalten

Die Planung und Gestaltung des eigenen Berufsweges stehen im Mittelpunkt dieser Veranstaltung. Zunächst geht es um den Blick nach innen und damit um die eigenen Fähigkeiten, Bedürfnisse und Motive. Erst wenn diese klar benannt werden können, kann man sich im Dschungel der beruflichen Möglichkeiten besser orientieren. Der Arbeitsmarkt bietet verschiedene Eintritts- und Veränderungsoptionen, von denen einige vorgestellt werden.

### Inhalte:

- den persönlichen Standort im Blick haben
- die eigenen Motive, Fähigkeiten, Bedürfnisse, Interessen kennenlernen und benennen
- den bisherigen beruflichen Werdegang wertschätzen
- den Übergang zum Arbeitsmarkt gestalten
- neue berufliche Perspektiven entwickeln

**TERMIN:** Di., 16.11.2021  
9.00 – 12.00 Uhr

**DOZENTIN:** Uta Schrader –  
Personalarbeit und Coaching

**GEBÜHREN:** keine

**KURSORT UND ANMELDUNG:**  
Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Schloßstr. 9 · 49074 Osnabrück  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de  
Anmeldeschluss: 09.11.2021

Sollte es pandemiebedingt erforderlich sein, kann das Angebot auch online stattfinden.

## Neue Wege – erste Schritte

### GEMEINSAM den Anfang gestalten

Sie streben eine berufliche Veränderung an, wissen aber noch nicht genau, wohin die Reise gehen soll und wie Sie loslegen können? Sie haben schon eine konkrete Idee, tun sich aber schwer mit dem ersten Schritt?

Der Kurs bietet Hilfe zur Selbsthilfe für alle Frauen, die sich beruflich auf einen neuen Weg begeben wollen. An drei Terminen geht es darum,

- sich die eigenen Fähigkeiten und Stärken, bezogen auf die berufliche Zukunft, bewusst zu machen und zu lernen, diese gezielt zu kommunizieren
- die eigene Motivation, bezogen auf das berufliche Vorhaben, zu prüfen und den Nutzen (für sich selbst und andere) zu klären
- vorhandene Erfolgsbremsen wie (zu) hohe Ansprüche an sich selbst, Selbstzweifel oder die Angst vor Fehlern aufzuspüren und durch ziieldienlichere Überzeugungen zu ersetzen
- im gemeinsamen Gruppenprozess voneinander zu lernen und sich zu vernetzen.

**TERMINE:** Mo., 22. + 09.11. und 06.12.2021  
9.00 – 11.30 Uhr

**DOZENTIN:** Katrin Winkler, Coaching und Training

**GEBÜHREN:** keine

**KURSORT UND ANMELDUNG:**  
Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Schloßstr. 9 · 49074 Osnabrück  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de  
Anmeldeschluss: 15.11.2021

## Berufsweg planen

---

### „Life-Work-Planning“: Kreative Jobsuche ohne Bewerbung

Vortrag oder Tagesseminar

Wie können Sie Ihren „Traumjob“ finden? Die Methode Life-Work-Planning gilt als innovatives Handwerkszeug, um selbstbestimmt berufliche Weichen zu stellen. Ausgangspunkt sind die eigenen Fähigkeiten und Wünsche – nicht vermeintliche Trends auf dem Arbeitsmarkt. Die Suche nach der wirklich passenden Stelle erfolgt dabei ganz ohne schriftliche Bewerbungen, da die meisten Stellen nicht über offizielle Stellenausschreibungen besetzt werden. In diesem Tagesseminar lernen Sie die drei Bausteine der Methode kennen und probieren einzelne Elemente gleich für sich selbst aus.

#### Inhalte:

- Sie erfahren, wie der verdeckte Stellenmarkt funktioniert
- Sie lernen Fähigkeiten und Interessen sichtbar zu machen, die Sie beruflich einbringen möchten
- Sie erfahren, wie Sie eigene berufliche Wünsche entwickeln können
- Sie lernen den verdeckten Stellenmarkt aktiv für sich zu nutzen

Literaturempfehlung:

R. Bolles „Durchstarten zum Traumjob“

#### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

VHS Osnabrück  
Tel. 0541/323-2243  
www.vhs-os.de

## Existenz gründen

---

### Die eigene Chefin sein – eine Chance für Frauen

Workshop

Die eigene Chefin sein, das kann für Frauen mit einer Gründungsidee und dem nötigen Know-how eine hervorragende berufliche Alternative sein. Dies zu klären und notwendige Informationen zu erhalten, ist Sinn dieses Workshops.

#### Inhalte:

- Voraussetzungen für die Selbständigkeit
- Chancen und Möglichkeiten
- Teilzeit-Selbständigkeit / nebenberufliche Selbständigkeit / Franchise
- Fördermöglichkeiten
- Vereinbarkeit Familie und Selbständigkeit

**TERMIN:** Do., 18.11.2021  
9.45 – 12.15 Uhr

**DOZENTIN:** Hille Gruse, Unternehmensberaterin im Existenzgründungsprojekt „Women in Business“ der BUS GmbH

**GEBÜHREN:** Keine

**KURSORT UND ANMELDUNG:**  
Kordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Schloßstr. 9  
49074 Osnabrück  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de  
Anmeldeschluss: 11.11.2021



## Existenz gründen

---

### Veranstaltungsreihe Existenzgründung

Die vhs-Osnabrücker Land bietet eine neue kostenfreie Veranstaltungsreihe zum Thema Existenzgründen an. Sie umfasst 4 Module mit folgenden Themen:

- **Einstieg in die Existenzgründung**
- **Finanzplan**
- **Buchführung und Steuern**
- **Marketing und Vertrieb**

#### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

Volkshochschule Osnabrücker Land  
**[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)**

## Bewerben

---

### Berufliche Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse

Eine anerkannte Berufsausbildung ist in Deutschland die Grundlage für beruflichen Erfolg. Da die Einordnung der im Ausland erworbenen Berufsqualifikationen für Arbeitgeber nicht einfach ist, hilft es, den ausländischen Berufsabschluss anerkennen zu lassen.

Aber wie? Die Beratungsstelle der BUS GmbH kann Sie unterstützen.

Nehmen Sie gerne Kontakt auf zu den Beraterinnen vom IQ Team der BUS GmbH.

- Katharina Loose  
Tel.: 0541/6929-728  
Email: [loose@bus-gmbh.de](mailto:loose@bus-gmbh.de)

## Bewerben

---

### Bewerbungsmappencheck für Frauen

Sie wollen sich bewerben und möchten eine qualifizierte Rückmeldung zu Ihren Unterlagen? Sie erhalten Tipps zur Optimierung Ihrer Unterlagen von einer erfahrenen Personalleiterin.

Sie können gerne Ihre gesamten Unterlagen (Lebenslauf, Anschreiben, Arbeitszeugnisse, etc.) und ggf. Stellenausschreibungen mitbringen. Umso umfassender kann die Bearbeitung in der für Sie zur Verfügung stehenden Stunde sein.

**TERMINE:** Mo., 13.09. + Mi., 24.11.2021  
von 8.30 – 13.30 Uhr,  
pro Person eine Stunde

**DOZENTIN:** Elke Lehser, Personalleiterin

**GEBÜHREN:** Keine

**KURSORT UND ANMELDUNG:**  
Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Schloßstr. 9  
49074 Osnabrück  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de

Anmeldeschluss: jeweils eine Woche vor dem entsprechenden Termin

## Bewerben

---

### Initiativ bewerben!!!

Workshop

Mit einer Initiativbewerbung gehen Sie auf potentielle Arbeitgeber zu. Damit zeigen Sie positive Eigenschaften wie Engagement und Aktivität. Um dies möglichst effektiv umzusetzen, erhalten Sie in diesem Workshop einige Tipps.

**Inhalte:**

- Basics zum Thema Bewerben
- Die Stärkenanalyse als persönliche Basis
- Das Kernstück - der Lebenslauf
- Erstellung und Handling einer Betriebsliste
- Telefonische oder persönliche Kontaktaufnahme
- Beispiele verschiedener Aufmachungen, Online bewerben

**TERMINE:** Di., 07.12.2021  
09.45 – 12.00 Uhr

**DOZENTIN:** Bettina Jacob-Stallforth, Dipl.-Päd.

**GEBÜHREN:** Keine

**KURSORT:** Entsprechend pandemischer Lage als Online-Workshop oder als Präsenzveranstaltung in der Koordinierungsstelle

**ANMELDUNG:** Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Schloßstr. 9  
49074 Osnabrück  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de  
Anmeldeschluss: 30.11.2021

## Bewerben

---

Die vhs Osnabrücker Land bietet z. B. diese Veranstaltung zum Thema an:

### Die perfekte Online-Bewerbung

#### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

Volkshochschule Osnabrücker Land  
www.vhs-osland.de

Folgende Veranstaltungen können bei der Volkshochschule Osnabrück besucht werden:

- **Das Online-Vorstellungsgespräch**
- **Mit Instagram & Pinterest endlich durchstarten**
- **Brand you! Wie Sie Ihre Persönlichkeit zu einer starken Marke machen**

#### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

VHS Osnabrück  
Tel. 0541/323-2243  
www.vhs-os.de

## Kompetenzen

---

Die **Volkshochschule Osnabrück** bietet Ihnen u.a. folgende Seminare zur Verbesserung allgemeiner beruflicher Kompetenzen an:

### Fit für den Auftritt!

Sicher auftreten und sich souverän präsentieren

### Souverän präsentieren – die Kraft der Körpersprache

### Design Thinking – anders denken, anders zu kreativen Lösungen kommen

Die Kreativtechnik „Design Thinking“ lässt sich in allen Berufen und Branchen anwenden, in denen es um neue Ziele und Projekte, nicht nur auf Produktebene, sondern z. B. auch im Sinne eines gesunden Arbeitsklimas, geht.

### Machtspiele durchschauen und abwehren

### FeelGood Management, ein neuer Trend in der Arbeitswelt?

Teilzeitbildungsurlaub

### Sketchnotes – visuelle Notizen

#### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

VHS Osnabrück  
Tel. 0541/323-2243  
www.vhs-os.de

## Kompetenzen

---

Die **Katholische Familien-Bildungsstätte** bietet Ihnen folgende interessante Kurse an:

### **Selbstfürsorge mit M.E.T.<sup>®</sup> (Meridian-Energie-Techniken)**

Resilienz fördern durch mentales Training

M.E.T.<sup>®</sup> – Meridian Energietechniken nach Franke ist ein leicht anwendbares Training, das den Ursprung in der „Energetischen Psychologie“ hat. Es ist gut geeignet, um sowohl beruflich als auch privat für sich zu sorgen. M.E.T.<sup>®</sup> verbindet westliche Erkenntnisse mit dem Wissen der „Chinesischen Medizin“ und deren positive Wirkungen auf den Körper und die Psyche.

#### **Der Inhalt des Seminars wird sein:**

- Unterstützung der Gesundheit und der Immunabwehr
- Stärkung des psychischen und physischen Wohlbefindens
- Ideen und Ziele zu entwickeln, um diese im Alltag umzusetzen
- Verbesserung der Schlafqualität
- Förderung von Erholung und Regeneration.

### **Achtsamkeit durch Feldenkrais – Wochenendseminar Bewusstheit durch Bewegung**

Die Feldenkrais-Methode ist eine körperorientierte Lernmethode, die den Namen ihres Begründers Dr. Moshe Feldenkrais trägt. Die Methode ermöglicht lebendiger und beweglicher zu werden und ein Gespür zu entwickeln, was einem gut tut. Bei den angeleiteten und achtsam ausgeführten Bewegungsabläufen können wir lernen, uns bewusster wahrzunehmen, Gewohnheiten in ihnen zu erkennen und alternative Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken.

Die Bewegungslektionen können helfen, sich freier zu bewegen, alltägliche Belastungen leichter zu meistern

## Kompetenzen

---

und die Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit zu fördern. In der Körperhaltung, Atmung und Bewegung können Sie spürbar mehr Freiheit erwerben.

### **WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:**

Katholische Familien-Bildungsstätte e.V.  
Tel. 0541/35868-0  
www.kath-fabi-os.de

Die **vhs Osnabrücker Land** bietet Ihnen sowohl in der Stadt Osnabrück, wie auch in vielen Gemeinden des Landkreises als Tagesseminare folgende interessante Kurse an:

- **Wertschätzende Kommunikation – Erfolgreiche Kommunikation im Beruf**  
nach Marshall B. Rosenberg
- **Selbstmanagement nach dem Zürcher Ressourcen Modell**
- **Selbstsicher und souverän Beruf und Alltag meistern**
- **Präsentieren Sie sich souverän und professionell**
- **Stimmig werden – Die Stimme im beruflichen Alltag sicher einsetzen**
- **Führen mit Humor**
- **Vom Kollegen zur Führungskraft**

### **WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:**

Volkshochschule Osnabrücker Land  
www.vhs-osland.de

## Sprachen

---

### SPRACHEN

Um den Einstieg in den Beruf zu erleichtern oder um sich weiter zu qualifizieren kann es hilfreich sein, Sprachkenntnisse aufzufrischen oder neue zu erwerben.

Die Volkshochschulen Osnabrück und Osnabrücker Land bieten Ihnen dazu ein breites Spektrum an Sprachen mit unterschiedlichen Sprachniveaus oder auch berufsbezogene Sprachkurse an. Die Zeitformate sind ebenfalls vielfältig, wie z.B. wöchentlich fortlaufende Kurse, Wochenendseminare, Intensivwochen.

#### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN:

[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

[www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

Sind Sie bei anderen Anbietern fündig geworden? Natürlich unterstützen wir Sie auch gerne bei der Teilnahme dort. Die Bedingungen zur finanziellen Förderung (FIFÖ) finden Sie auf Seite 4.

## Berufsspezifisch

---

### BERUFSSPEZIFISCHE ANGEBOTE

Streben Sie eine Tätigkeit im Büro an?  
 Sie sind schon im Büro tätig und möchten Ihre Kenntnisse auffrischen?  
 Sie möchten sich an den Umgang mit den neuen Medien herantasten?  
 Sie wollen sich in bestimmten Teilbereichen weiter qualifizieren?

Für diese und ähnliche Bedarfe bieten Ihnen verschiedene Bildungseinrichtungen diverse Möglichkeiten an. Um das für Sie Passende zu finden, sind im Folgenden einige Beispiele aufgeführt.

### Berufliche Qualifizierungsmaßnahmen verschiedener Einrichtungen

Wir möchten Sie in Ihrer beruflichen Qualifikation fördern. Daher sind alle Angebote, die Sie persönlich auf Ihrem beruflichen Weg weiterbringen unter bestimmten Voraussetzungen förderfähig (vgl. S. 5 FIFÖ). In unserer Broschüre stellen wir eine Auswahl dar, die für Sie von Interesse sein könnte. Lassen Sie sich inspirieren!  
 Bei Fragen zu weiteren Inhalten, Terminen, Kosten etc. wenden Sie sich bitte an die genannte Institution. Bei Fragen zur finanziellen Förderung (FIFÖ) sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen gerne weiter.

## EDV / Internet

---

In Osnabrück direkt bietet Ihnen die **VHS-Osnabrück** ([www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)) verschiedene EDV-Kurse an, wie z.B.

### Von der Idee zum eigenen Podcast

#### You Tube – Erste Schritte

(Im Rahmen der „Erlebniswochen 60 +“)

#### Flyer und Plakate selbst gestaltet - Einführung in die Open-Source-Software Scribus

#### Einstieg in die 3D-Modellierung mit BLENDER - Teil 1 Grundlagen

#### Fit für den Büroalltag mit Word und Excel

#### Mobile Speichermöglichkeiten im Internet

#### Online einkaufen und bezahlen. Mit Sicherheit

(Teil 4 aus der neuen Veranstaltungsreihe zum  
Schutz digitaler Daten)

### GENAUERE UND WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

zu diesen und weiteren Kursen finden  
Sie direkt bei der VHS unter:  
VHS Osnabrück  
Tel. 0541/323-2243  
[www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

## EDV / Internet

---

Die **vhs Osnabrücker Land** ([www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)) bietet Ihnen sowohl in der Stadt Osnabrück, wie in vielen Gemeinden des Landkreises z.B. folgende Kurse an:

#### Word und EXCEL kompakt – Kurs für Berufs- und Wiedereinsteiger/-innen

#### PC-Kenntnisse für den Büroalltag - WINDOWS WORD und EXCEL

#### Der einfache Einstieg in Word

#### Der einfache Einstieg in EXCEL

#### EXCEL – Formeln, Funktionen und Diagramme

#### Gelingen Präsentieren mit Power Point

#### Instagram, You Tube, Pinterest & Co.

#### Erstellen Sie Ihre eigene Homepage!

#### Digital Privacy – Praxistipps zum wirksamen Schutz

Für den Personenkreis 55+ finden Sie ebenfalls zahlreiche  
Veranstaltungen.

Interessant ist auch, dass diverse EDV-Kurse nun auch  
online oder in Blended Learning angeboten werden.

**Tipp:** Schauen Sie im Programm der vhs Osnabrücker  
Land nicht nur in Ihrer Gemeinde, sondern auch bei Nach-  
bargemeinden nach Angeboten, manchmal sind diese  
passender.

### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG UNTER:

Volkshochschule Osnabrücker Land  
[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

---

## Büro/Verwaltung

---

Auch für die Bereiche Büro und Verwaltung finden Sie interessante Veranstaltungen bei verschiedenen Bildungsträgern.

Die **vhs Osnabrücker Land** bietet in verschiedenen Gemeinden des Landkreises und in Osnabrück z.B. folgende Kurse an:

### **Doppelte Buchführung**

Grundlagen und Aufbau Seminare

### **Finanzbuchhaltung am PC mit Lexware**

### **Tastenschreiben in 6 Stunden**

#### WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

Volkshochschule Osnabrücker Land  
[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

## Büro/Verwaltung

---

In der **VHS-Osnabrück** können Sie u.a. folgende Kurse besuchen:

### **Einführung in die Buchführung – Theorie**

Teilzeitbildungsurlaub

### **Lohn- und Gehaltsabrechnung - Theorie**

Mit Zertifikatsprüfung zur „Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung“ (Abendkurs)

### **Arbeitsrecht für die Abrechnung**

### **Effizientes Officemanagement**

Tagesseminar

In diesem Seminar erfahren Sie, wie viel Freude ein effizientes Office-management bringen kann, wenn es richtig angewandt wird.

#### **Inhalte:**

- Die Optimierung Ihres Arbeitsplatzes
- Ein Fahrplan für den effizienten Tag
- Ordnungs- und Ablagesysteme
- Der Umgang mit Zeitfressern
- Effektive Terminplanung
- E-Mail-Bearbeitung: Prioritäten setzen

#### GENAUERE INFORMATIONEN ZU KURSEN UND ANMELDUNG UNTER:

VHS Osnabrück  
 Tel. 0541/323-2243  
[www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

## Xpert Business Lernnetz

Die vhs Osnabrücker Land und die VHS Osnabrück bieten diverse Online-Kursmodule zum Erwerb von „Xpert Business“-Zertifikaten an. Dies ermöglicht eine individuelle Weiterbildungsplanung mit verschiedenen Abschlüssen auf IHK-Niveau, wie z. B. „Fachkraft Finanzbuchführung“, „Fachkraft Lohn und Gehalt“ oder „Personal- und LohnbuchhalterIn“. Unter bestimmten Bedingungen ist der Besuch der Kurse durch FIFÖ (vgl.S.5) förderbar.

### GENAUERE INFORMATIONEN ZU KURSEN UND ANMELDUNG UNTER:

VHS Osnabrück  
Tel. 0541/323-2243  
www.vhs-os.de

Volkshochschule Osnabrücker Land  
www.vhs-osland.de

Das **Berufsbildungs- und TechnologieZentrum (BTZ)** der Handwerkskammer Osnabrück-Emsland-Grafschaft Bentheim bietet Ihnen folgende Formate:

## Finanzbuchhaltung kompakt

Damit Sie jederzeit den finanziellen Status Ihres Unternehmens feststellen können, bieten wir Ihnen vier Fortbildungen zum Thema Finanzbuchhaltung an. Schwerpunkt ist dabei die Buchhaltung mit Lexware. Mit dem notwendigen Wissen rund um Belege, Konten und Co. wird die Buchhaltung für Sie sicherlich bald eine der Aufgaben, die Sie schnell und einfach erledigen.

- Modul 1:**            **Einstieg Finanzbuchhaltung –  
Basiswissen/Lexware (24 U-Std)**  
Tagesseminar von 9.00 – 16.15 Uhr
  
  - Modul 2:**            **Erweiterung Finanzbuchhaltung –  
Auftrag/Faktura (8 U-Std)**  
Tagesseminar von 9.00 – 16.15 Uhr
  
  - Modul 3:**            **Erweiterung Finanzbuchhaltung –  
Lohn/Gehalt (8 U-Std)**  
Tagesseminar von 9.00 – 16.15 Uhr
  
  - Modul 4:**            **Erweiterung Finanzbuchhaltung –  
BWA (8 U-Std)**  
Tagesseminar von 9.00 – 16.15 Uhr
-



## Erfolgreiche Kundenkommunikation

Gute Kommunikation und Überzeugungskraft sind unerlässlich im Berufsleben.

Mit den folgenden Seminaren erlernen Sie strukturiert und praxisnah erfolgreiche Kundengespräche zu führen sowie den richtigen Umgang mit reklamierenden Kunden.

- Modul 1: Servicekommunikation (20 U-Std)**  
2 - Tagesseminar  
Mi./Do. 8.00 - 16.45 Uhr
- Modul 2: Reklamationsmanagement (16 U-Std)**  
2 - Tagesseminar  
Mi./Do. 8.00 - 16.45 Uhr
- Modul 3: Telefontraining (10 U-Std)**  
Tagesseminar  
Mittwoch 8.00 - 16.45 Uhr

### KURSORT, ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:

BTZ Berufsbildungs- und Technologie-  
Zentrum der Handwerkskammer Osnab-  
rück-Emsland-Grafschaft Bentheim

### ANSPRECHPARTNER:

Francesco Latorre  
Tel. 0541/6929-719, Fax: 0541/40913-67,  
E-Mail: f.latorre@hwk-osnabrueck.de  
www.btz-osnabrueck.de

Für Frauen, die in Kita, Krippe oder Tagespflege tätig sind, bietet die **Katholische Familien-Bildungsstätte** zahlreiche an.

Hier eine Auswahl angebotener Themen:

- **Brennen ohne auszubrennen**  
Stressmanagement und Burnout-Prävention
- **Excel und Word für den Kita-Alltag** – Grundkenntnis-  
se für Mitarbeiter\*innen in Kindertageseinrichtungen
- **Auf Augenhöhe**  
Wirksame Elterngespräche kooperativ und lösungsori-  
entiert führen
- **Reagiere klug - auch wenn man dich unklug behandelt**  
Umgang mit schwierigen Situationen im Alltag
- **Bildungs- und Erziehungspartnerschaften in Kita,  
Krippe und Tagespflege**
- **Lebendige und motivierende Kommunikation und  
Gesprächsführung**
- **Erfahrung topt Tempo**  
Älter werden in der Kita
- **Digital in der Kita - ONLINE**  
Wie kann das gelingen?
- **„Ich verstehe, wer du bist und woher du kommst“**  
Familienstrukturen heute und 2030
- **Kinder und Familien in schwierigen Lebenslagen**  
Armutssensibles Arbeiten in der Pädagogik

### WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

Katholische Familien-Bildungsstätte e.V.  
Tel. 0541/35868-0  
www.kath-fabi-os.de

## Pflege

---

In Kooperation mit der vhs Osnabrücker Land geben wir eine **Extra Broschüre „Fortbildung in der Pflege“** heraus. Diese ist auch als Download von unserer Webseite verfügbar.

Sollten Sie unsicher sein, welcher Kurs zu Ihnen passt, wenden Sie sich am besten an Frau Hamza und Frau Kavermann von der vhs Osnabrücker Land.

Folgende Lehrgänge sind mit FIFÖ nur über den Verbund Frau & Betrieb förderfähig:

- Grundkurs für Helfer/-innen in der Altenpflege
- Zusätzliche Betreuungskraft im Pflegebereich – Qualifizierung gemäß §§ 43b, 53c SGB XI - Teilzeit
- Delegierbare Behandlungspflege in der Alten- und Krankenpflege

Für diese Auswahl an Fortbildungen ist FIFÖ (vgl. S. 5) durch die Koordinierungsstelle möglich:

- Yoga für und mit Senioren
  - Musik- und Bewegungsspiele - Herbsttöne
  - Superfood aus deutschen Landen
  - Glück am Ende des Weges - Märchen in der Sterbebegleitung
  - Adventliches Basteln
  - Mein Körper - mein Instrument
  - Gewaltprävention und Umgang mit herausforderndem Verhalten
  - Tanzen im Sitzen für Fortgeschrittene
  - Ganz(heitlich) entspannt mit Klängen und Düften
  - Gesünder im Arbeitsalltag mit Humor und Perspektivwechsel
  - Kindheit und Jugend im Krieg - Umgang mit Kriegserinnerungen
- 

## Pflege

---

- Betreuung bei gerontoneurologischen/-psychiatrischen Krankheitsbildern
- Kinästhetik - Bewegung erleichtern
- Betreuungsangebote und Zimmergestaltung für Bettlägerige und immobile Menschen

**KURSORTE:** Osnabrück, Johann-Domann-Str. 10 und verschiedene Außenstellen der vhs Osnabrücker Land

**ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:**  
 Volkshochschule Osnabrücker Land  
 Idrisia Hamza  
 0541/501-8903  
 Magdalena Kavermann  
 0541/501-8904  
[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

---

# VERBUND FRAU & BETRIEB

## Verbundidee: Für die Betriebe – für die Frauen

Der „Verbund Frau & Betrieb e.V.“ ist ein Zusammenschluss von vorrangig kleinen und mittelständischen Betrieben unterschiedlicher Branchen. Verbundbetrieb können alle Betriebe oder Teile eines Betriebes werden, die weibliche Fachkräfte beschäftigen.

Das Ziel des Verbundes ist es, die Interessen von Frauen und Betrieben optimal zu verbinden. Das gelingt auch dadurch, dass wir die passgenaue Qualifizierung der Beschäftigten fördern.

### Vorteile für Verbundmitglieder und ihre Beschäftigten:

- Als **Beschäftigte** eines Verbundunternehmens (vgl. Liste Verbundbetriebe ab S. 25) erhalten Sie **Zuschüsse für berufliche Maßnahmen**. Genauere Informationen zur finanziellen Förderung (FIFÖ) finden Sie auf Seite 5 dieser Broschüre oder auf unserer Homepage. Wir freuen uns, wenn Sie Qualifizierungsangebote wahrnehmen. Der Verbund unterstützt Sie gerne finanziell.
- Auch als **Elternzeitnehmende eines unserer Verbundunternehmen** können Sie davon zusätzlich profitieren.
- Als **Verbundmitglied** erhalten Sie **aktuelle Informationen** zur Vereinbarkeit von Familie/Pflege und Beruf und erfahren darüber hinaus, wie andere regionale Betriebe eine Vereinbarkeit ermöglichen.

Neben den oben genannten Fördermöglichkeiten gibt es für Sie als Verbundmitglied noch viele weitere Unterstützungsleistungen, wie bspw. Fachvorträge, Inhouse-Schulungen oder individuelle Beratung.

Aktuelle Angebote für die Verbundmitglieder und andere Interessierte werden per Mail, auf der Homepage oder über Instagram von uns beworben. Bitte beachten Sie diese aktuellen Hinweise.

Sprechen Sie uns bei Interesse an einer Mitgliedschaft sehr gerne an. Vielleicht werden Sie ja bald unser 100. Mitglied? Wir würden uns freuen. Geschäftsführerin des Verbundes: Andrea Kalinsky.

## ANGEBOTE BESONDERS FÜR MITARBEITERINNEN VON VERBUNDBETRIEBEN

Speziell für Mitarbeiterinnen – Verbundbetriebe

---

### Feedback – der Turbo für Zusammenarbeit und Entwicklung

“Wie Rückmeldungen Teamarbeit produktiver machen”

#### **Digitales Web-Shorty für mehr Zufriedenheit am Arbeitsplatz**

Ob innerhalb eines Teams oder abteilungsübergreifend – Zusammenarbeit ist wesentlicher Bestandteil des beruflichen Alltags. Wichtige Voraussetzung für eine erfolgreiche Zusammenarbeit ist eine wertschätzende und lebendige Feedbackkultur. Dass Feedback geben gar nicht so einfach ist, weiß jede/r, die/der sich schon einmal mit einer gut gemeinten Rückmeldung Ärger oder Abwehr eingehandelt hat. Richtig vorgetragen, fördert Feedback eine offene Kommunikation und ermöglicht, aus Fehlern zu lernen. Es hilft, Erwartungen zu klären, kooperative (Arbeits-)Beziehungen aufzubauen und Ärger bzw. Konflikte zu vermeiden.

Hier erfahren Sie, wie wertschätzendes Feedback gelingt und wie man Kritik- oder Störpunkte freundlich und bestimmt ansprechen kann.

**TERMIN:** Do., 16.09.2021  
10.00 – 12.00 Uhr

**REFERENTIN:** Katrin Winkler, Coaching & Training  
[www.katrin-winkler.org](http://www.katrin-winkler.org)

**GEBÜHREN:** kostenlos für Beschäftigte aus Verbundunternehmen, 20,00 € für andere Interessierte

**ANMELDUNG:** Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Tel. 0541/27026  
[info@frau-und-betrieb-os.de](mailto:info@frau-und-betrieb-os.de)

Nach der erfolgten Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link, der Ihnen den Zugang für diesen Online-Vortrag ermöglicht. Anmeldeschluss: 13.09.2021

---

Speziell für Mitarbeiterinnen – Verbundbetriebe

## Ändere den Namen, und Du änderst das Spiel!

### “Neue Sichtweisen auf Altbekanntes – dank Reframing”

#### Digitales Web-Shorty für mehr Zufriedenheit am Arbeitsplatz

Reframing ist nichts Anderes als kreatives Umdeuten – und zwar ins Positive. Ist das Glas halb voll oder halb leer? Die Antwort hängt von unserem „Frame“ ab, dem Denkmuster, nach dem wir wahrnehmen und interpretieren.

Mit „Re-framing“ ändern wir diese und setzen Dinge ganz bewusst in einen neuen, nützlicheren Rahmen. So erhalten wir neue Sichtweisen auf Altbekanntes und machen den Weg frei für schlummernde Potentiale und selbstwirksames Handeln. Diese Methode des Selbstmanagements braucht etwas Übung, ist aber sehr wirkungsvoll.

**TERMIN:** Do., 14.10.2021  
10.00 – 12.00 Uhr

**REFERENTIN:** Katrin Winkler, Coaching & Training  
www.katrin-winkler.org

**GEBÜHREN:** kostenlos für Beschäftigte aus Verbundunternehmen  
20,00 € für andere Interessierte

**ANMELDUNG:** Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de

Nach der erfolgten Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link, der Ihnen den Zugang für diesen Online-Vortrag ermöglicht. Anmeldeschluss: 13.09.2021

Speziell für Mitarbeiterinnen – Verbundbetriebe

## Frauen in Führung.

### Impulsvortrag mit anschließendem Austausch

#### Neujahrsempfang des Verbundes Frau & Betrieb e.V.

Frauen sind gut ausgebildet und qualifiziert. Es liegen beste Voraussetzungen vor, um Führungsaufgaben zu übernehmen. Leider haben aber noch immer zu wenig Frauen Führungsverantwortung.

Gemeinsam soll beleuchtet werden, welche Gründe die Übernahme von Führungsverantwortung behindern, bzw. welchen Rahmen Frauen benötigen, um Führung zu beanspruchen und zu übernehmen.

Frau Dr. Braun wird Impulse liefern und Frauen vorstellen, die erfolgreich Führungsaufgaben übernommen haben.

**TERMIN:** Do., 27.01.2022  
15.00 – ca. 17.00 Uhr, offenes Ende

**DOZENTIN:** Dr. Marie-Luise Braun, Osnabrück

**GEBÜHREN:** kostenlos für Beschäftigte aus Verbundunternehmen  
10,00 € für andere Interessierte

**VERANSTALTUNGSORT:**  
Wird noch bekannt gegeben

**ANMELDUNG:** Koordinierungsstelle Frau & Betrieb  
Tel. 0541/27026  
info@frau-und-betrieb-os.de

Nach der erfolgten Anmeldung erhalten Sie von uns einen Link, der Ihnen den Zugang für diesen Online-Vortrag ermöglicht. Anmeldeschluss: 21.01.2022

## Speziell für Mitarbeiterinnen – Verbundbetriebe

---

Folgende Bildungsurlaube der **vhs Osnabrücker Land** können Ihre Mitarbeiterinnen unterstützen, ihren beruflichen Alltag besser zu meistern:

### **Rückengesundheit und Stressabbau im Berufsalltag**

### **Burnout ist out, achtsam und präsent den Berufsalltag meistern**

### **Positive Stressbewältigung am Arbeitsplatz**

### **Souverän dem Beruf- und Alltagsstress begegnen**

### **Mit Selbstreflexion zur gesunden Persönlichkeit**

### **Gesprächsführungskompetenzen im Dienstleistungs- und Kundenkontakt**

### **Verwaltung von Websites und Blogs mit dem CMS WordPress**

### **Agil arbeiten – aber wie? Design Thinking**

#### **WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN ZU DEN VERANSTALTUNGEN UND ANMELDUNG:**

Volkshochschule Osnabrücker Land  
[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

## Speziell für Mitarbeiterinnen – Verbundbetriebe

---

### **AEVO – Ausbildereignung kompakt**

Bildungsurlaub (7 Tage)

Berufsbegleitend und in kompakter Form werden Sie in diesem Seminar auf die Ausbildungseignungsprüfung der IHK vorbereitet. Die Inhalte werden berufsübergreifend vermittelt und orientieren sich an folgenden Qualifizierungszielen:

- Die Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
- Die Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Azubis mitwirken
- Die Ausbildung durchführen
- Die Ausbildung abschließen

Prüfungen vor der IHK finden monatlich statt, beachten Sie den IHK-Anmeldeschluss!

Die Anmeldung zur Prüfung erfolgt individuell. Die Prüfungsgebühr ist an die IHK zu entrichten.

#### **WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:**

VHS Osnabrück  
 Tel. 0541/ 323-2243  
[www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

Auch die Volkshochschule Osnabrücker Land bietet AEVO-Kurse an. Weitere Infos dazu unter [www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

---

## Vorbereitungslehrgang „Geprüfte/r Personalfach- kauffrau/mann“ (IHK)

Der Lehrgang qualifiziert Mitarbeiterinnen aus dem Personalwesen und bereitet Sie auf Führungsfunktionen der mittleren Ebene vor.

### Inhalte:

- Organisation und Durchführung der Personalarbeit
- Rechtliche Bedingungen der Personalarbeit
- Personalplanung, -marketing und -controlling
- Steuerung der Personal- und Organisationsentwicklung
- Lern- und Arbeitsmethodik
- Vorbereitung auf das situationsbezogene Fachgespräch

Die Volkshochschule Osnabrück bereitet Sie berufsbegleitend auf die Prüfung vor, die von der IHK abgenommen wird.

**Teilnahmevoraussetzungen und ausführliche Hinweise** entnehmen Sie bitte dem Programm der VHS Osnabrück oder Sie laden sich den Info-Flyer herunter über den Link [www.vhs-os.de/downloads/beruf-fortbildung](http://www.vhs-os.de/downloads/beruf-fortbildung).

### WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

VHS Osnabrück  
Tel. 0541/ 323-2243  
[www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

## Vorbereitungslehrgang „Geprüfte/r Fachwirt/ in im Gesundheits- und Sozialwesen“ (IHK)

Dieser Lehrgang richtet sich an Mitarbeiterinnen aus Krankenhäusern, Gesundheitszentren und Praxen, Reha- und Kureinrichtungen, Wohn- und Pflegeheimen sowie an Beraterinnen bei einschlägigen Verbänden, Krankenkassen, Versicherungen, etc. Er bereitet auf Aufgaben im mittleren Management vor und qualifiziert für die Übernahme komplexer verantwortungsvoller Aufgaben.

Sie werden in der Lage sein, die folgenden Aufgaben zu übernehmen: **Mitarbeiterführung, qualifizierte betriebswirtschaftliche Sachaufgaben** und **vernetztes Handeln im Bereich sozialer Dienstleistungen**.

### Inhalte:

- Volks- und betriebswirtschaftliche Prozesse im Gesundheitswesen
- Qualitätsmanagement
- Gestaltung von Schnittstellen
- Rechnungswesen und Controlling
- Personalentwicklung und Führung
- Marketing

Teilnahmevoraussetzungen und ausführliche Hinweise entnehmen Sie bitte dem Programm der VHS Osnabrück oder Sie laden sich den Info-Flyer herunter über den Link [www.vhs-os.de/downloads/beruf-fortbildung](http://www.vhs-os.de/downloads/beruf-fortbildung).

### WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

VHS Osnabrück · Tel. 0541/ 323-2243  
[www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

## Ausbildungslehrgang zum/zur Hauswirtschafter/-in

Die Ausbildung zur Hauswirtschafterin bietet eine gute Möglichkeit zum (Wieder-) Einstieg in den Beruf. Sie finden Ihren Arbeitsplatz in der Versorgung und Betreuung von Menschen in Privathaushalten, Tagesstätten, Krankenhäusern, Kurheimen, Einrichtungen für ältere Menschen, Jugendliche und Kinder.

Der Lehrgang kann mit einer Prüfung vor der Landwirtschaftskammer Weser-Ems abgeschlossen werden.

### Inhalte:

- Hauswirtschaftliche Versorgungs- und Betreuungsleistungen
- Vermarktung hauswirtschaftlicher Produkte und Dienstleistungen

Genauere und weiterführende Informationen erhalten Sie im Programm oder auf der Webseite der vhs Osnabrücker Land.

### ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:

Volkshochschule Osnabrücker Land  
Indrisia Hamza  
0541/501-890  
[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

## Zusätzliche Betreuungskräfte im Pflegebereich

Qualifizierung gemäß § 43, § 53 c SGB XI

**Zielgruppe:** nicht qualifizierte Mitarbeiterinnen in Pflegeheimen, interessierte Personen

Der Lehrgang umfasst 172 Unterrichtsstunden. Im Rahmen eines 80-stündigen Praktikums werden Erfahrungen in der praktischen Betreuungsarbeit gesammelt.

Genauere Informationen zu diesem und weiteren Angeboten finden Sie in unserem Flyer „Fortbildung in der Pflege“ (Kooperation zwischen vhs Osnabrücker Land und Koordinierungsstelle Frau & Betrieb) - verfügbar auf unseren Homepages.

### ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:

Volkshochschule Osnabrücker Land  
Magdalena Kavermann  
0541/501-8904  
[www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)



# MITGLIEDSBETRIEBE

## Wir sind der Vorstand des Verbundes Frau & Betrieb:

- Ute Schlötke  
Delkeskamp Verpackungswerke GmbH, Nortrup
- Elke Lehser  
HR Service, Hilter a.T.W.
- Kristina Johanning  
Neumarkt-Apotheke, Osnabrück
- Renate Kassen  
Sanatorium Kassen e.K., Bad Iburg

## Wir machen mit:

- Altenzentrum „Simeon und Hanna“, Bad Essen
- Angelika Welzel BÜRO-ORGANISATION, Osnabrück
- apetito convenience AG & Co. KG, Hilter a.T.W.
- ASSMANN BÜROMÖBEL GMBH & CO. KG, Melle
- AWIGO Abfallwirtschaft Landkreis Osnabrück GmbH
- AWO für die Region Osnabrück e.V., Osnabrück
- AWO Dialog Weser-Ems GmbH, Osnabrück
- Bäckerei Brinkhege GmbH & Co. KG, Bissendorf
- Beate Janßen Pflegedienst GmbH, Bad Iburg
- Bedford GmbH & Co. KG, Osnabrück
- Bernholt GmbH & Co. KG, Osnabrück
- Brinkmann GmbH, Osnabrück
- Brünger GbR, Wallenhorst
- Caritas Nordkreis Pflege GmbH, Bersenbrück
- CNP Nordkreis Service gGmbH, Osnabrück
- Caritas Nordkreis Pflege GmbH, St. Joachim & Anna gGmbH, Fürstenau
- Caritas Nordkreis Pflege GmbH, St. Josef-Stift - Caritas
- Pflegezentrum GmbH, Bersenbrück
- Caritas Nordkreis Pflege GmbH, St. Michael Pflege GmbH, Neuenkirchen
- Christliches Krankenhaus Quakenbrück gGmbH, Quakenbrück
- Cura Osnabrück GmbH, Osnabrück
- cyclos Beratungsgesellschaft für Ökologie, Energie- und Abfallwirtschaft GmbH, Osnabrück
- Delkeskamp Verpackungswerke GmbH, Nortrup
- Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Melle e.V., Melle
- Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Osnabrück Stadt e.V.
- ebm GmbH & Co. KG, Osnabrück
- Ev. Altenzentrum Fritz-Kamping-Haus Buer gGmbH, Melle
- Ev. Altenzentrum Neuenkirchen, Melle
- F & G Digitalspezialist GmbH, Osnabrück
- Friseur hairZone, Hasbergen
- Gemeinde Bad Essen
- Gemeinde Belm
- Gemeinde Bissendorf

- Gemeinde Bohmte
  - Gemeinde Hagen a.T.W.
  - Gemeinde Hilter a.T.W.
  - Gemeinde Ostercappeln
  - Gemeinde Wallenhorst
  - Haus am Berg, Seniorenpflege und -betreuung GmbH & Co. KG, Hasbergen
  - Haus am Lechtenbrink gGmbH, Bissendorf
  - Haus für Kinder und Familien, Kath. Kindergarten St. Antonius, Osnabrück
  - Heilpädagogische Hilfe Bersenbrück gGmbH, Bersenbrück
  - Hellmann Worldwide Logistics SE & Co. KG, Osnabrück
  - HR-Service Elke Lehser, Hilter a.T.W
  - intan group, Osnabrück
  - J.H. Pölking GmbH & Co. KG, Osnabrück
  - Kath. Familien-Bildungsstätte e.V., Osnabrück
  - KiKxxl GmbH, Osnabrück
  - Kinderhospital Osnabrück, Osnabrück
  - Klinikum Osnabrück GmbH, Osnabrück
  - Klinikum Osnabrücker Land GmbH, Georgsmarienhütte
  - Kreissparkasse Bersenbrück, Bersenbrück
  - Laborarztpraxis Osnabrück, Georgsmarienhütte
  - Lega S Jugendhilfe gGmbH, Osnabrück
  - L + T Lengermann+Trieschmann GmbH & Co. KG, Osnabrück
  - MBN Bau AG, Georgsmarienhütte
  - medicos Osnabrück, Osnabrück
  - mensch + Pflege GmbH, Bramsche
  - Meyer & Meyer Holding SE & Co. KG, Osnabrück
  - mobicare, Amb. Kranken- und Familienpflege, Gehrde
  - Neue Osnabrücker Zeitung GmbH & Co. KG, Osnabrück
  - Neumarkt-Apotheke, Osnabrück
  - Niels-Stensen-Kliniken, Bramsche GmbH, Bramsche
  - Niels-Stensen-Kliniken, Franziskushospital Harderberg, Georgsmarienhütte
  - Niels-Stensen-Kliniken, Krankenhaus St. Raphael, Ostercappeln
  - Niels-Stensen-Kliniken, Marienhospital Ankum-Bersenbrück GmbH, Ankum
  - Niels-Stensen-Kliniken, Marienhospital Osnabrück, Osnabrück
  - Niels-Stensen-Kliniken, Marienhospital Osnabrück, Standort Natruper Holz, Osnabrück
  - Rechtsanwaltspraxis Achim Lahrman, Osnabrück
  - Samtgemeinde Artland, Quakenbrück
  - Samtgemeinde Bersenbrück
  - Samtgemeinde Fürstenau
  - Samtgemeinde Neuenkirchen
  - Sanatorium Kassen e.K., Bad Iburg
  - Scholtissek GmbH & Co. KG, Ostercappeln
  - Schüchtermann- Schiller'sche Kliniken, Bad Rothenfelde
  - Seed Forward GmbH, Osnabrück
  - Seniorenresidenz Rieger, Bad Rothenfelde
  - SKiN Einfach Schoen, Osnabrück
  - Solarlux GmbH, Melle
  - Soziale Dienste Handwerk GmbH, Osnabrück
  - Sparkasse Osnabrück, Osnabrück
  - Spiekermann & CO AG, Osnabrück
  - Stadt Bad Iburg
  - Stadtmarketing Bramsche GmbH, Bramsche
  - Stadtverwaltung Bramsche
  - Stadtverwaltung Georgsmarienhütte
  - Stadtverwaltung Melle
  - Stadtwerke Osnabrück AG, Osnabrück
  - Sankt-Anna-Stift Hagen a.T.W., Hagen a.T.W.
  - Volksbank Bramgau-Wittlage eG, Bramsche
  - Wasserverband Bersenbrück, Bersenbrück
  - Westerfeld Sozial-Einrichtungen, Osnabrück, Wallenhorst
  - Westland Gummiwerke GmbH & Co. KG, Melle
-

# PLÄDOYER FÜR TEILNAHME AN KURSEN

„Was soll das bringen?“ „Nutzt mir das wirklich was?“ „Habe ich dafür die Zeit?“ „Ein You-Tube-Video zum Thema reicht doch auch, oder?“ Das sind Gedanken, die Sie vielleicht auch schon mal davon abgehalten haben, sich für einen Kurs anzumelden. Für die Teilnahme an Kursen spricht:

- Durch die Interaktion mit anderen ist das Gehirn aktiver und damit lernbereiter. Dadurch nimmt die Lerntiefe zu, die Erfahrungen und Lerninhalte festigen sich nachhaltiger und effektiver.
- Das eigene persönliche Netzwerk kann wachsen. Das ist besonders wichtig, wenn berufliche Veränderungen anstehen.
- Bei der Arbeitssuche zeigen Teilnahmebescheinigungen, dass Sie lernbereit, lernfähig und aktiv sind.

Unsere Erfahrung zeigt, dass die Teilnehmerinnen von Kursen, egal ob Präsenz oder Online, deutlich profitiert haben. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich bei den Inhalten um basisbezogene, universellere Themen oder konkrete, berufliche Bildung handelt. Deshalb gibt es bei uns FIFÖ (s. S. 4) und die Kooperation mit Bildungsträgern. So laden wir Sie herzlich dazu ein, sich aktiv auf Ihren Weg zu machen und sich von den verschiedenen Programmen inspirieren zu lassen.

Haben Sie Fragen, wie z.B. „Ist das der richtige Kurs für meinen Bedarf?“ oder „Wo finde ich zu meinem Thema einen Kurs?“, sprechen Sie entweder uns oder die entsprechenden Ansprechpartner\*innen der Institutionen an. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

**Wir helfen Ihnen gerne weiter.**

**Kooperierende Bildungsträger sind:**



BUS GmbH  
Bramscher Straße 134-136 · 49088 Osnabrück  
Tel. 0541/6929600 · [www.bus-gmbh.de](http://www.bus-gmbh.de)



BTZ Berufsbildungs- und TechnologieZentrum der HWK  
Bramscher Straße 134-136 · 49088 Osnabrück  
Tel. 0541/69290 · [www.btz-osnabrueck.de](http://www.btz-osnabrueck.de)



Katholische Familien-Bildungsstätte e.V.  
Große Rosenstraße 18 · 49074 Osnabrück  
Tel. 0541/35868-0 · [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



VHS Osnabrück  
Bergstraße 8 · 49076 Osnabrück  
Tel. 0541/323-2243 · [www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)



vhs Osnabrücker Land  
Am Schölerberg 1 · 49082 Osnabrück  
Tel. 0541/501-7777 · [www.vhs-osland.de](http://www.vhs-osland.de)

# TRÄGER

Nur durch einen Zusammenschluss verschiedener Kräfte ist es machbar, dass es dieses Bildungsprogramm und die verschiedenen Unterstützungsleistungen gibt.

Zum einen wird die Koordinierungsstelle durch das Land Niedersachsen und den Europäischen Sozialfond gefördert. Zum anderen stehen regionale Träger hinter der Koordinierungsstelle, um die Interessen von Frauen und Betrieben miteinander zu vereinbaren.

Diese sind die Handwerkskammer Osnabrück-Emsland-Grafschaft Bentheim, die Katholische Familien-Bildungsstätte e.V. Osnabrück, die Stadt Osnabrück und der Landkreis Osnabrück.

## Wir sind der Vorstand der Koordinierungsstelle:



- Maria Aepkers · [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



- Dr. Goran Miladinovic · [www.hwk-osnabrueck.de](http://www.hwk-osnabrueck.de)



- Monika Schulte · [www.landkreis-osnabrueck.de](http://www.landkreis-osnabrueck.de)

**OSNABRÜCK** 

DIE | FRIEDENSSTADT

- Marion Beier / N.N. · [www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

