



FIT FÜR AUSBILDUNG-STUDIUM-BERUF - ONLINE SEMINARE

Eine gemeinsame Veranstaltungs-Reihe der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Arbeitsagentur Gießen dem Programmbereich Arbeit-Beruf-Technik der Volkshochschule des Landkreises Gießen.

Es ist nicht einfach, sich Zeit für sich selbst zu nehmen um gute Informationen und Begleitung bei Fragen rund um Beruf, Berufswahl, Bewerbung, Wiedereinstieg und Karriere zu finden. Dabei ist der Bedarf nach Orientierung besonders groß und die Nachfrage nach Seminaren hoch.

Darum haben wir uns ein Online-Programm mit Angeboten rund um Wiedereinstieg für Berufsrückkehrende und Seminaren für Schülerinnen, Schüler und deren Eltern zu Themen der klischeefreien Berufswahl, Bewerbung und das liebe Geld ausgedacht.

Die Veranstaltungen finden **online** statt und sind für Sie **kostenlos**. Eine **Anmeldung** ist erforderlich, Sie finden die Kurse und die Anmeldeöglichkeit hier:

www.vhs-kreis-giessen.de (Suchwort: schramm).

Inhaltliche Rückfragen gerne auch an giessen.bca@arbeitsagentur.de.

Weitere regionale Angebote finden Sie auf der Seite der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt:

Petra Burk und Christine Schramm <http://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/giessen/aktuelles>
und in der Veranstaltungsdatenbank www.vdb.arbeitsagentur.de

Der längste Weg beginnt mit dem ersten Schritt – lassen Sie uns gemeinsam durchstarten!

*Christine Schramm, Petra Burk
und Anja Janetzky*



„Mein Weg zurück in den Beruf“ Existenzsichernde Perspektiven für Berufsrückkehrende



Familienpflichten und Beruf unter einen Hut zu bringen, das stellt uns vor viele Herausforderungen. Kinder müssen betreut und manchmal sogar unterrichtet werden, die Familie will versorgt sein, Pflege muss organisiert werden. Für viele Menschen, insbesondere Frauen, besteht der Alltag aus einem permanenten Jonglieren von Arbeit, Familienarbeit und Fürsorgearbeit.

Mit der Planung des Wiedereinstiegs in die Arbeitswelt sind oft Ungewissheiten und Fragen verbunden, sei es zur beruflichen Orientierung, zu Bewerbungsstrategien oder Kinderbetreuung.

Im zweistündigen Online-Seminar möchten Christine Schramm und Swaantje Mika für ein bisschen mehr Sicherheit sorgen.

Wir starten mit einem Blick auf Ihre Ausgangssituation, Ihre Kompetenzen und Ihre Ziele.

Gemeinsam betrachten wir dann

- Möglichkeiten und Wege zum Wiedereinstieg in das Berufsleben
 - Rahmenbedingungen von Beruf und Familie, wie Arbeitszeit, Kinderbetreuung
 - Berufsfindung und Zielplanung
 - Kompetenzen erkunden
 - erfolgreiche Selbstvermarktung sowie
 - unterstützende Angebote der Arbeitsagentur
- und haben Gelegenheit zu Austausch und gegenseitiger Unterstützung.

Wir bieten das Seminar online an. Keine Anfahrtswege, keine zusätzliche Kinderbetreuung, Sie nehmen komfortabel von zuhause aus teil. Sie benötigen lediglich einen PC, Laptop, ein Tablet oder Smartphone mit Internetzugang. Wir gehen diesen neuen Weg mit Ihnen und möchten Ihnen trotz allem gute Informationen anbieten. Lassen Sie uns gemeinsam unsere digitalen Kompetenzen voranbringen und wählen Sie sich ein.

Interessiert? Wir arbeiten mit Ihnen in einer kleinen Gruppe. Melden Sie sich am besten direkt an, um Ihren Platz zu sichern: www.vhs-kreis-gießen.de , Suchwort: schramm

Referentinnen:

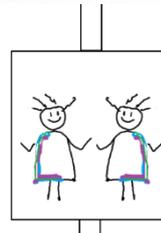
Christine Schramm, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt,
Digitalisierungsexpertin und Berufsberaterin, Agentur für Arbeit Gießen,

Termin **18.1.2024, 10-12 Uhr**

Das kann ich! – Kompetenzen erkennen und benennen

Mein Elevator-Pitch

Wie ich mich punktgenau präsentiere



Freitag, 22.2.24, 10:30 - 12:00 Uhr

Manchmal muss es schnell gehen. Unerwartet habe ich die Chance, auf einer Veranstaltung oder Messe mit Entscheider*innen zu reden und mich für eine Arbeitsstelle oder eine neue Position an meiner Arbeit durch eine kurze Selbst-Vorstellung ins Gespräch zu bringen. Diese vermeintlich unerwartete Situation kann gemeinsam mit Christine Schramm gut vorbereitet werden.

Im Kurs werden wir die Methode "Elevator Pitch" (Das Treffen im Aufzug) besprechen. Fokussiert auf die Vorbereitung einer Mini-Selbstpräsentation, betrachten wir unsere Kompetenzen in Bezug auf unseren Wunschjob oder unser Fortkommen im jetzigen. Wir wechseln in die Perspektive von zukünftigen Arbeitgeber*innen und überlegen, wie unser Nutzen für die Position entdeckt werden kann. Dadurch möchten wir eine erste Idee bekommen, was man oder frau sagen könnte.

Referentin: Christine Schramm
Berufsberaterin und Beauftragte für Chancengleichheit

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de , Suchwort „schramm“

Im Rahmen der Internationalen Frauenwoche

Telefonaktionstag:

Ein Anruf bringt Sie weiter



Sie können uns im Rahmen der Internationalen Frauenwoche zur Chancengleichheit anrufen:

- Frauen und Männer, die nach Eltern- und Pflegezeit in den Beruf zurückkehren möchten
- Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber, die ihren Mitarbeitenden familienbewusste Arbeitsbedingungen bieten möchten
- Schülerinnen und Schüler, die einen klischeefreien Einstieg in Ausbildung und Beruf suchen

Interessierte aus Gießen, Vogelsberg und Wetterau können uns Fragen rund um Berufswahl, Einstieg und Wiedereinstieg in den Beruf oder Förderung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern stellen. Als Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt informieren wir beispielsweise über Beschäftigungsmöglichkeiten in Teilzeit, Vereinbarkeit von Beruf und Familie sowie die vielfältigen Unterstützungsangebote der Arbeitsagenturen.

Am Mittwoch, den 4.3.2024 von 9:00 – 12:00 Uhr

stehen wir, Petra Burk und Christine Schramm, unter der

Rufnummer 0641 9393 279

für Ihre Anrufe zur Verfügung.

Ausdrücklich sind auch Interessierte eingeladen, die bisher noch nicht mit der Agentur für Arbeit in Kontakt stehen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Bei den Herausforderungen der letzten Jahre zeigt sich noch stärker, dass vor allem Frauen beruflich zurückstecken und ihre Erwerbstätigkeit unterbrechen, wenn es um die Kindererziehung geht oder Angehörige versorgt werden müssen. Durch eine verminderte Erwerbstätigkeit der Frauen drohte dem Arbeitsmarkt ein großes Potenzial von überwiegend gut ausgebildeten Fachkräften verloren zu gehen. Den Betreuenden und Pflegenden entstehen Einkommens- und Rentenverluste. Dem gilt es entgegenzuwirken.

Seminar im Rahmen der Internationalen Frauenwoche und des equal pay day

Finanzpower für Frauen – finanziell unabhängig sein

6. März, 10 bis 11 Uhr



initiiert von
Business and Professional Women Germany e.V.

Fehlendes finanzielles Selbstvertrauen kann bei Frauen zu Vermeidungsverhalten im Umgang mit Geld und Finanzen führen. In unserer Veranstaltung mit Finanzbildungsexpertin Dr. Birgit Happel nehmen Sie Ihre Finanzplanung in die Hand, um ihre finanzielle Unabhängigkeit langfristig zu sichern.

Die eigene Finanzstrategie zu entwickeln und sich einen Vermögensgrundstock aufzubauen, ist weniger trocken, als Sie vielleicht denken und funktioniert auch mit kleineren Beträgen. Wir zeigen Ihnen Wege zu Vermögensaufbau und zur Altersvorsorge auf. Wir entlarven hinderliche Geldeinstellungen und schauen uns weitere Stellschrauben an, um den Gender Gaps zu trotzen. Außerdem erfahren Sie, woran Sie eine solide Finanzberatung erkennen.

- Welche Vorsorge ist für Frauen wichtig?
- Die Finanzen partnerschaftlich planen
- Gleichgewicht zwischen Erwerbs- und Fürsorgearbeit
- 1x1 der Geldanlage
- Partnerschafts- und Ehevertrag: Wann ist er sinnvoll?
- Finanzielle Aspekte einer Trennung

Dr. Birgit Happel, Inhaberin und Expertin für Finanzbildung und Finanzielle Gleichstellung. Sie ist Bankkauffrau, Soziologin, Autorin und Coach, engagiert sich als Vorständin im Präventionsnetzwerk Finanzkompetenz e.V. und ist Mitglied im Netzwerk Innovative Frauen sowie bei UN Women Deutschland.

Der Vortrag findet in Kooperation von VHS Landkreis Gießen, Agentur für Arbeit Gießen und dem Beratungsdienst Geld und Haushalt statt.

Referentin: Dr. Birgit Happel, Soziologin und Coach für Geldbiografien

Infos: Giessen.BCA@arbeitsagentur.de

Anmeldeinfo
und weitere Termine: www.vhs-kreis-gießen.de , Suchwort: schramm

Weitere Aktionen zum equal pay day
<https://www.equalpayday.de/mitmachen/aktionen/aktionslandkarte/>

Im Rahmen der Internationalen Frauenwoche

Bunt bereichert – Diversität in der Arbeitswelt

Wie Unternehmen meine Besonderheiten erkennen und als Vorteil nutzen können



7. März, 10 bis 12 Uhr

Gemischte Teams bieten Vorteile. Mitarbeiter*innen bringen aufgrund ihrer Verschiedenheit unterschiedliche Kompetenzen und diverse Sichtweisen ein.

Mit welchen Besonderheiten können Sie Teams bereichern?
Dem wollen wir im Online-Workshop auf die Spur kommen.

Insbesondere für Frauen in technischen Berufen, mit Behinderungen, mit Migrationshintergrund, mit Familienaufgaben, mit Kopftuch, People of Color, BIPOC oder „Arbeiterkinder“ sind Bildungskarriere und Einstieg in den Beruf oft ein wenig anspruchsvoller.

Da aber nicht jedes Unternehmen Erfahrungen mit allen denkbaren Besonderheiten haben kann, ist es an jeder selbst, mit vielleicht falschen Vorstellungen umzugehen und die eigenen Vorteile für Arbeitgeber*innen herauszuarbeiten und zu präsentieren.

Den Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Christine Schramm, geht es darum zu zeigen, dass Vielfalt Ressourcen beinhaltet und alle weiterbringt.

Die Referentinnen können aus eigenen Erfahrungen aufgrund von Migrationshintergrund, sozialer Herkunft, junger Frau in Führung oder Frau in Männerdomänen berichten.

Ein Seminar für Arbeitgeber*innen, Arbeitnehmer*innen und Arbeitssuchende von der Kunst, das „Anderssein“ gewinnbringend zu nutzen.

Hintergrund:

Vielfalt in Unternehmen setzt sich vielerorts durch. Nicht nur in kreativen Branchen oder bei Startups, sondern auch in konservativeren Arbeitsbereichen. Der Grund ist der mittlerweile anerkannte wirtschaftliche Vorteil durch die sogenannte Diversität. Wie Männer und Frauen davon beruflich profitieren können, ist Thema eines Online-Seminars.

Referentin:

Christine Schramm, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de , Suchwort: schramm

Im Rahmen der Woche der Ausbildung

Ausbildung in Teilzeit – eine Chance für alle

13. März, 10 bis 11.30 Uhr

So kann es gelingen!

**Infos für Ausbildungsinteressierte & ausbildende Betriebe
über Rahmenbedingungen und Wege**



Eine Berufsausbildung bietet lebenslang die Chancen einer qualifizierten beruflichen Tätigkeit und eigenständigen Existenzsicherung. Daher sollten alle Menschen die Chance bekommen, eine betriebliche Ausbildung zu absolvieren. Ausbildenden Betrieben bietet Ausbildung die Möglichkeit, ihren Fachkräftebedarf zu decken oder Menschen im Betrieb zu qualifizieren.

Um dies auch in Teilzeit realisieren zu können, ist es wichtig, die Rahmenbedingungen, Gestaltungsmöglichkeiten und mögliche Anlaufstellen zu kennen.

Betriebe und Auszubildende können dann gemeinsam Ausbildung gestalten, unter Berücksichtigung verschiedener Lebenslagen, wie Kinderbetreuung, Pflege, gesundheitliche Bedingungen oder im Leistungssport.

Mit dem Gesetz zur Modernisierung und Stärkung der beruflichen Bildung wurden zum 1. Januar 2020 die Möglichkeiten der Ausbildung in Teilzeit erweitert. Nach der gesetzlichen Novellierung steht die Teilzeitberufsausbildung grundsätzlich allen Auszubildenden offen, wenn sich beide Vertragsparteien einig sind.

Die Beauftragten für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit bieten eine Online-Veranstaltung über die individuellen Teilzeitmodelle und Ausbildungsabläufe und die Gelegenheit für Fragen zu dem Thema.

Zielgruppen:

- Arbeitgeber*innen

- Multiplikator*innen

- Ausbildungsinteressierte

jeden Alters, wie Schüler*innen, Berufsrückkehrende, Menschen in Ausbildung oder Studium, bei denen sich die familiäre oder gesundheitliche Lage geändert hat, Menschen ohne abgeschlossene Ausbildung

Referentin: Petra Burk und Andrea Heilig
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de , Suchwort: schramm

Rückfragen Petra Burk oder Christine Schramm, Giessen.BCA@arbeitsagentur.de

„Walk and Talk“ – Berufsrückkehr

Spazieren Sie mit uns durch den Park der vhs in Lich und lassen Sie uns bei einem gemeinsamen „Walk and Talk“ Ihr Thema Berufsrückkehr erarbeiten.

Wie gelingt Ihnen der Wiedereinstieg in das Berufsleben, wie gehen Sie berufliche Veränderungen an? Was hat sich in den letzten Jahren am Arbeitsmarkt verändert?

Petra Burk und Christine Schramm, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Gießen und *Andrea Heilig*, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt Jobcenter Gießen gehen auf die wichtigsten Punkte rund um die Arbeitsaufnahme ein und berichten über geeignete Strategien rund um das Thema Berufsrückkehr.

Folgenden Themenschwerpunkte haben wir für Sie ausgesucht:

- Arbeitsmarkt und Stellenmarkt
- Voraussetzungen für die Arbeitssuche
- Selbstanalyse - was kann ich - wie präsentiere ich meine Stärken?
- was kann ich und wo will ich hin? Was habe ich für Kompetenzen und was ist mein berufliches Ziel?
- Selbstvermarktung - Bewerben heißt werben
- Selbstinformationsmöglichkeiten

Termin:

30.04.2024 von 10 bis 11:30 Uhr

Treffpunkt ist Raum 10 der vhs Landkreis Gießen, Kreuzweg 33, 35423 Lich.

Anmeldung: www.vhs-kreis-gießen.de, Suchwort: schramm

Rückfragen: Petra Burk oder Christine Schramm, Giessen.BCA@arbeitsagentur.de

Bei schlechtem Wetter besteht die Möglichkeit die Veranstaltung in Raum 10 der vhs zu gehen.

Das kann ich

- Kompetenzen und Stärken erkennen



Wir können alle viel mehr, als wir auf Anhieb denken. Bei jeder Station unseres Lebens haben wir Neues gelernt und wertvolle Kompetenzen erworben: In der Schule, bei Projektarbeiten, im Praktikum, bei Hausarbeiten, im Verein, beim Hobby, beim Nebenjob.

Diese verborgenen Kompetenzen aufspüren ist Grundlage für eine passende Berufswahl und eine gute Vorbereitung auf die Bewerbung dabei möchte Christine Schramm helfen.

Schritt für Schritt wollen wir Kompetenzen aufspüren und lernen, sie zu benennen:

- Ich kann besonders gut
- Das weiß ich, weil...
- Was bedeutet das für Berufswahl oder Studienwahl?
- Wie erzähle ich das in Vorstellungsgespräch und Bewerbung?

Seminar für Schülerinnen und Schüler. Gerne können auch Eltern teilnehmen.

Termin: **03.07.2024, 10-12 Uhr**

Referentin: Christine Schramm

Anmeldung: www.vhs-kreis-giessen.de , Suchwort: schramm

Vorstellungsgespräch

Tipps und Tricks für eine erfolgreiche Selbstpräsentation



Eine Einladung zum Vorstellungsgespräch führt bei Vielen zu Schmetterlingen im Bauch - vor Freude und auch vor Aufregung. Was kommt auf mich zu und wie schaffe ich es, ruhig zu bleiben und meine beste Seite zu zeigen?

Sich selbst zu präsentieren fällt den meisten Menschen nicht so leicht. Gut vorbereitet kann man aber zu mehr Struktur und Selbstvertrauen im Gespräch kommen.

Im Online-Seminar wollen wir daher gemeinsam betrachten:

Wie kann ich mich vorbereiten?

Wie läuft ein typisches Gespräch ab?

Was erzähle ich über mich selbst?

Mit welchen Fragen muss ich rechnen?

Was könnte ich antworten?

Gerne kann man auch kleine Gesprächs-Teile üben und sehen, wie man Pannen vermeidet und sich ins rechte Licht setzt. Natürlich gibt es auch Gelegenheit, Christine Schramm Fragen zu stellen.

Seminar für Wiedereinsteigende (Berufsrückkehrende, Eltern, Pflegende, Alleinerziehende)

Termin: **12.11.2024, 10-12 Uhr**

Referentin: Christine Schramm

Anmeldung: www.vhs-kreis-giessen.de , Suchwort: schramm

Für alle Seminare gilt:

Referentinnen:

Christine Schramm, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Giessen, Berufs- und Studienberaterin, Social Media Managerin, Digitalisierungsexpertin

Petra Burk, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Giessen

Dr. Birgit Happel, Soziologin und Coach für Geldbiografien, Geld und Haushalt

Viele der Seminare bieten wir online an. Keine Anfahrtswege, keine zusätzliche Kinderbetreuung, Sie nehmen komfortabel von zuhause aus teil. Sie benötigen lediglich einen PC, Laptop, ein Tablet oder Smartphone mit Internetzugang. Wir gehen diesen neuen Weg mit Ihnen und möchten Ihnen trotz allem gute Informationen anbieten. Lassen Sie uns gemeinsam unsere digitalen Kompetenzen voranbringen und wählen Sie sich ein. Weitere Veranstaltungen finden in Präsenz statt. Alle Veranstaltungen sind für Sie **kostenlos**.

Eine **Anmeldung** ist erforderlich.

Sie finden die Kurse und die **Anmeldemöglichkeit** hier.

Anmeldung: www.vhs-kreis-giessen.de , Suchwort: schramm

Inhaltliche Rückfragen gerne auch an Giessen.BCA@arbeitsagentur.de oder bei Ihrer vhs