

Speed Dating – mehr Power durch Vernetzung Montag, 10.09.2012 3. Etage, Raum 333

- Impulsreferat zum Thema
- Moderierte Vernetzungsrunden
- Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen und bestehende zu vertiefen

Bitte bereiten Sie möglichst eine konkrete Fragestellung vor, über die Sie in der Speed-Dating-Runde mit den anderen Teilnehmerinnen sprechen möchten.

Chancen für Frauen auf dem Arbeitsmarkt nutzen Dienstag, 26.06.2012, 9:00 – 12:00 h 1. Etage, Raum 139

Frauen, die Familie und Beruf miteinander verbinden möchten, stehen vor besonderen Herausforderungen. Vorstellung der aktuellen Angebote für Frauen des Jobcenters Heinsberg und der Agentur für Arbeit Aachen. Welche Stellen bieten die Arbeitgeber in der Region an? Gibt es in meinem erlernten Beruf auch Teilzeitstellen? Ist meine berufliche Qualifizierung ausreichend, um bei der Stellensuche erfolgreich zu sein? Gibt es Fördermöglichkeiten bei einer notwendigen, beruflichen Weiterbildung? Was ist beim Bewerbungsverfahren zu beachten? Kann ich auch als Erwachsene noch eine neue Ausbildung machen, und wenn ja, ist dies auch in Teilzeit möglich? Diese und weitere Fragen beantworten Ihnen Andrea Hilger, Beauftragte für Chancengleichheit, Agentur für Arbeit Aachen, Susanne Knorr, Gleichstellungsbeauftragte des Kreises Heinsberg und Uta Krauss, Beauftragte für Chancengleichheit, Jobcenter Heinsberg.

Anmeldung für dieses Angebot bei:
Andrea Hilger, Beauftragte für
Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der
Arbeitsagentur Aachen
Tel.: 0241 897-1547, E-Mail:
Andrea.Hilger2@arbeitsagentur.de

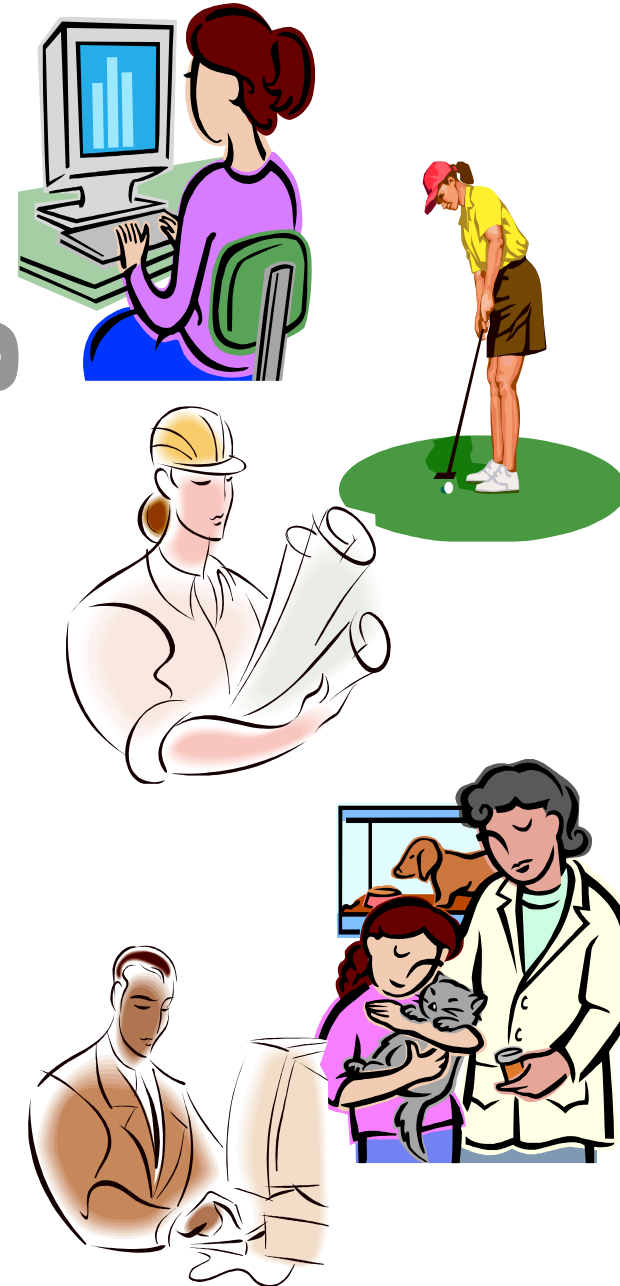
Kompetenzbilanz Mittwoch, 05.09.2012, 9:00 – 12:00 h 1. Etage, Raum 139

Haben Sie Interesse, sich Ihrer vielfältigen Talente bewusst zu werden und diese für Ihren beruflichen Erfolg zu nutzen? Die Kompetenzbilanz ist eine Methode, die eigenen sozialen Kompetenzen aus Familientätigkeit zu erfassen, zu bewerten und für den beruflichen Kontext nutzbar zu machen. Bitte Schreibunterlagen mitbringen.
Anmeldung für dieses Angebot bei:
Andrea Hilger, Beauftragte für
Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der
Arbeitsagentur Aachen, siehe oben

Fit für die Bewerbungsphase Dienstag, 30.10.2012, 9:00 – 12:00 h Dienstag, 06.11.2012, 9:00 – 12:00 h 1. Etage, Raum 139

Dorothea Maaß, Trainerin und Coach, unterstützt beim Erstellen Ihres Stärken-/Potential-Profils, bei der Zusammenstellung Ihrer Bewerbungsmappe, beim Schreiben eines aussagekräftigen Bewerbungsschreibens und bei der Vorbereitung auf Einstellungstests und alle Phasen des Vorstellungsgesprächs. Wodurch bekomme ich mein Lampenfieber in den Griff? Welche Fragen werden gestellt? Was verrät meine Körpersprache? Was kann ich fragen?

Stabsstelle Frauenförderung und Gleichstellung des Kreises Heinsberg



Die folgenden Veranstaltungen

stellen einen Überblick über die 2012 geplanten Angebote dar. Bitte beachten Sie auch die Hinweise auf weitere Termine in der Presse.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldungen und Info:

Susanne Knorr
Stabsstelle Frauenförderung und GleichstellungK
Kreis Heinsberg
Valkenburger Str. 45
52525 Heinsberg

Tel.: 02452 13-1911
Fax: 02452 13-1095
E-Mail: frau.beruf@kreis-heinsberg.de

Die folgenden beiden Veranstaltungen finden statt in **Hückelhoven-Baal, Wege zum Neuanfang, Am Hang 39.**

Briefe schreiben kann ich doch!? Montag, 16.01.2012, 19:00 – 22:00 h

Ein guter Brief besticht durch die Optik und lässt sich leicht lesen. Gerda Ezilius, GES Services, Kommunikationsberaterin zeigt, wie Sie überzeugende Briefe und E-Mails schreiben, die positiv formuliert sind und richtig gut ankommen - alles unter Berücksichtigung der aktuellen DIN-Norm 5008. Dazu gibt es viele fundierte Tipps für einen guten Briefstil sowie für die richtige Wortwahl ohne verstaubte Floskeln. So formulieren Sie zukünftig Ihre Korrespondenz kurz, kompetent und kundenorientiert.

Büro im Haus, Fluch oder Segen? Montag, 27.02.2012, 19:00 – 22:00 h

Für die Einen ist es der Traum von zu Hause aus zu arbeiten, für die Anderen endet dieser Traum im Chaos. Die Aufteilung zwischen Haushalt und Job gelingt nur schlecht oder gar nicht, man hastet zwischen beiden Bereichen hin und her, eventuell belagern die Kinder das Büro mit Spielzeug, die Post und Unterlagen in stapeln sich in der Küche. Esther Schmied-Peters, Trainerin und Coach, kennt diesen Zustand aus eigener Erfahrung und stellt einfache und wirkungsvolle Lösungsmöglichkeiten vor.

Die folgenden drei Veranstaltungen finden statt in **Erkelenz, Coaching², Hermann-Josef-Gormanns-Str. 18.**

Mit Lebensqualität, Wohlbefinden und mentaler Fitness durch Beruf und Alltag

Mittwoch, 14.03.2012, 19:00 – 22:00 h Mentale Fitness

Marlene Brück, ConCardio GmbH, gibt Ihnen einen Einblick in mentale Vorgänge und ihre Auswirkungen auf den Körper und das Befinden. Mentale Tipps für mehr Gelassenheit und Lebensqualität.

Mittwoch, 18.04.2012, 19:00 – 22:00 h Mit gutem Essen zu mehr Fitness

Angelika Exner-Wille, Ernährungsberatung, bietet Ihnen einen idealen Einstieg in eine genussvolle Ernährung hin zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Alltagstauglich, einfach und lecker.

Konfliktmanagement als Chance der Mobbingprävention Mittwoch, 09.05.2012, 19:00 – 22:00 h

Konflikte gehören zum Leben, auch am Arbeitsplatz. Mobbing hebt sich von alltäglichen Konflikten durch ein systematisches Vorgehen und ein besonderes Maß an Feindseligkeit ab. Neben persönlichen Folgen für die Betroffenen tritt ein betriebs- und volkswirtschaftlicher Schaden ein. Wie werden aus einem Streit Konflikte? Wie werden Mobbingverläufe rechtzeitig erkannt und gestoppt? Arndt Hermans, M. A., und Elmar Krings, M. A., beleuchten das Thema aus unterschiedlichen Blickwinkeln, klären auf und zeigen Betroffenen Anlaufstellen und Lösungswege auf.

Die folgenden Veranstaltungen findet statt in der **Kreisverwaltung Heinsberg, Valkenburger Str. 45.**

Der kleine Anfang - in Teilzeit selbstständig Donnerstag, 28.06.2012, 19.00 – 21.00 h 1. Etage, Raum 139

Selbstständigkeit beginnt mit steigender Tendenz in Teilzeit. Sei es neben der Anstellung oder aus der Familie heraus. Auch bei noch so unterschiedlichen Startbedingungen und vielfältigen Geschäftsideen: die Herausforderungen sind ähnlich und wollen gemeistert werden. Birgitt Torbrügge, Unternehmensberaterin und Buchautorin, informiert über Chancen und Risiken der Gründung in Teilzeit. Alles geht nicht: mögliche Zielkonflikte unter einem Dach. (In Kooperation mit dem Beratungsdienst der Sparkassen – Finanzgruppe „Geld & Haushalt“)