

# Programm 1. Halbjahr 2025

## Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

---

### SEMINARE UND VORTRÄGE FÜR FRAUEN

Gute Informationen und Begleitung bei Fragen rund um Beruf, Wiedereinstieg und Karriere zu finden ist nicht einfach. Dabei ist der Bedarf nach Orientierung besonders groß und die Nachfrage nach Seminaren hoch.

Hier finden Sie das Programm für das 1. Halbjahr 2025.

**Die Veranstaltungen finden überwiegend online statt** und die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erforderlich.

#### **Anmeldung und weitere Informationen:**

Bärbel Kesper und Kerstin Wickert-Strippel  
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Telefon: 05631 957454 oder 957453

Mail: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

### Jetzt starten – so gelingt der Wiedereinstieg in den Beruf

Ein regelmäßiges Veranstaltungsangebot der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Korbach.

Wenn es nach Zeiten der Kinderbetreuung oder Pflege von Angehörigen darum geht, wieder ins Erwerbsleben einzusteigen und darum, Familie und Beruf zu vereinbaren, sind Betroffene häufig mit folgenden Fragen konfrontiert: „Welche Hilfen gibt es, um wieder in den Beruf einzusteigen? Wie gelingt es mir, Familie und Beruf zu vereinbaren?“

Ein erster Schritt zur Beantwortung dieser und weiterer Fragen bietet die Teilnahme an der Online-Informationsveranstaltung.

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

# Januar

## Mein Weg zurück in den Beruf Existenzsichernde Perspektiven für Berufsrückkehrende

**14. Januar, 10 bis 11:30 Uhr**

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.

In dieser Online-Veranstaltung starten wir 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
- Basis für ein Leben mit Wohlfühlgehalt

und haben Gelegenheit zu Austausch und gegenseitiger Unterstützung.

Referentinnen: Beauftragte für Chancengleichheit der Agenturen für Arbeit Nord- und Mittelhessen

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

## **Mini-Midi-Jobs und Teilzeit - warum es sich lohnt, mehr zu arbeiten**

**24. Januar, 9 bis 11 Uhr**

Welche Arten von Teilzeit-Arbeitsverhältnissen gibt es überhaupt?

Was versteht man unter einem Mini- oder Midijob?

Warum lohnt es sich, den Mini- oder Midijob in ein beitragspflichtiges Arbeitsverhältnis umzuwandeln?

Das erfahren Interessierte in diesen Online-Seminar.

Referentin: Nadine Pfeiffer, Fachanwältin für Arbeitsrecht

Anmeldung: [BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de)

## **Frauen leben länger - aber wovon?**

**28. Januar, 9.30 bis 11 Uhr**

Frauen arbeiten dreimal häufiger als Männer in Teilzeit. Während ihres Lebens sind sie fast doppelt so lang ohne bezahlte Arbeit und ihre Rentenansprüche fallen entsprechend gering aus. Deshalb ist es wichtig, sich über das eigene Rentenversicherungskonto zu informieren und rechtzeitig Vorsorge zu treffen.

In dieser Online-Veranstaltung mit der Deutschen Rentenversicherung geht um die Fragen: Wie wirken sich Kindererziehungszeiten, Minijobs und Teilzeitbeschäftigung auf die spätere Rente aus?

Referentin: Annika Rath, Deutsche Rentenversicherung

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

# Februar

## Investiere in Dich – Ausbildung, Umschulung, Qualifizierung

### 4. Februar, 9.30 bis 11 Uhr

Fachkräfte sind gefragter denn je, das ist bekannt aber schauen wir dabei auch auf uns selbst? Gilt das auch für mich oder was kann ich tun, falls ich bisher noch keinen Berufsabschluss erwerben konnte oder das Gefühl habe eine Qualifizierung zu benötigen. Gleichzeitig ist dies auch untrennbar mit der individuellen finanziellen Situation verbunden. Langfristig bedeutet das, was bringt es mir in der Zukunft und kurzfristig welche Möglichkeiten und Unterstützung gibt es währenddessen.

Die Berufsberatung im Erwerbsleben informiert über die verschiedenen Chancen und Angebote. Dabei ist es unerheblich, ob Sie arbeitssuchend, arbeitslos oder in Beschäftigung stehend sind.

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

## Frauen gründen anders

### 6. Februar, 10 bis 11:30 Uhr

Frauen gründen zwar seltener als Männer, aber nicht weniger erfolgreich! Ist den Frauen ein Angestelltenverhältnis zu langweilig, finden sie keinen Job? Nein, viele Frauen sehen die Gründung ihrer eigenen Existenz als bessere Alternative zu einer Festanstellung. Sie können arbeiten, ihre eigene Idee umzusetzen und wissen ihre Kinder gut versorgt. Es geht selbstständigen Frauen aber nicht nur darum, Job und Kind zu vereinen, sondern sie wollen ihren Lebensunterhalt mit einer Arbeit verdienen, die sie glücklich macht. Je nach Lebensphase und -planung sind verschiedene Gründungsarten offen: von der Teilzeit- oder Nebenerwerbsgründung bis hin zum Vollzeit-Unternehmen.

Was muss ich wissen im Hinblick auf die Umsetzung einer Geschäftsidee/Selbstständigkeit? Welche betriebswirtschaftlichen, rechtlichen und versicherungsrechtlichen Fragen stellen sich?

Was gibt es ggf. für Fördermöglichkeiten (z.B. Gründungszuschuss der Arbeitsagentur)? Erste Informationen hierzu bietet diese Veranstaltung.

Referentin: Bettina Steuber-Fillsack, Juristin

Anmeldung: [Marburg.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Marburg.BCA@arbeitsagentur.de)

## Entdecken Sie die Kraft der Künstlichen Intelligenz: Ihre Zukunft mit KI gestalten

**13. Februar, 10 bis 12 Uhr**

Künstliche Intelligenz (KI) ist weit mehr als nur eine technologische Innovation – sie ist ein kraftvolles Werkzeug, das Ihre Fähigkeiten erweitert und Ihnen neue berufliche Möglichkeiten eröffnet. In diesem Onlineseminar lernen Sie, wie Sie KI gezielt einsetzen können, um Ihren Marktwert zu steigern, Ihre Jobsuche zu optimieren und Ihre berufliche Entwicklung nachhaltig zu fördern.

Praxisnahe Anwendungsbeispiele, wie KI in verschiedenen Bereichen unterstützen kann:

- Perfektionierung Ihrer Bewerbungsunterlagen: Erstellen Sie in kürzester Zeit maßgeschneiderte Lebensläufe und Anschreiben, die genau auf Ihre Wunschposition abgestimmt sind.
- Souveränes Meistern von Vorstellungsgesprächen: Nutzen Sie KI-gestützte Tools, um sich optimal auf Gespräche vorzubereiten und selbstbewusst aufzutreten.
- Erstellung beeindruckender Präsentationen: Gestalten Sie professionelle Präsentationen in weniger als 5 Minuten mit Hilfe intelligenter Assistenz-Tools.
- Steigerung Ihrer Produktivität: Setzen Sie auf KI-basierte Anwendungen, um Ihre Arbeitsabläufe zu optimieren und mehr in kürzerer Zeit zu erreichen.
- Überwindung von Kommunikationsbarrieren: Nutzen Sie fortschrittliche Übersetzungshilfen, um international erfolgreich zu kommunizieren und neue Chancen zu erschließen.

Referentin: Kerstin Gude-Benderoth, KI-Coach, Business-Coach

Anmeldung: [Marburg.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Marburg.BCA@arbeitsagentur.de)

## Gekonnt recherchiert - Selbstinformationsangebote der Agentur für Arbeit erfolgreich nutzen

**20. Februar, 9:30 bis 11 Uhr**

Auf den Internetseiten der Arbeitsagenturen gibt es viele Angebote zur Selbstinformation. Daten und Fakten zu Berufen, Weiterbildungen und Stellen können oft mit wenigen Klicks erfasst werden.

Für welche Situation und welches Anliegen eignet sich welches Tool und wie kann sich es am besten für mein individuelles Anliegen nutzen?

Wo lege ich ein Profil an und wie kann ich es verwalten?

Diese und weitere Fragen beantworten wir in dieser Online-Veranstaltung.

Referentinnen:

Bärbel Kesper und Nina Heimroth-Propf, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agenturen für Arbeit Korbach und Kassel

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de) oder [Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de)

# März

## Finanzpower für Frauen – finanziell unabhängig sein

**6. März, 10 bis 11 Uhr**

Die finanzielle Unabhängigkeit lebenslang sicherzustellen erscheint vielen eine Herausforderung. Doch eine persönliche Finanzstrategie zu entwickeln und sich mit kleinen Beträgen einen Vermögensgrundstock und eine private Altersvorsorge aufzubauen, ist weniger trocken, als Sie vielleicht denken. Dennoch führt fehlendes finanzielles Selbstvertrauen nicht selten zu Vermeidungsverhalten im Umgang mit Geld und Finanzen. In dieser Veranstaltung mit Finanzbildungsexpertin Dr. Birgit Happel nehmen Sie Ihre Finanzplanung selbst in die Hand, um ihre finanzielle Unabhängigkeit langfristig zu sichern.

Wir zeigen Ihnen Wege auf, wie Sie Ihre Finanzen solide, stark und krisensicher aufstellen, auch in Bezug auf Partnerschaftsfinanzen. Außerdem erfahren Sie, woran Sie eine solide seriöse Finanzbildung und Finanzberatung erkennen, um ihre finanzielle Selbstbestimmung zu stärken.

Inhalte:

- 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

Die Veranstaltung 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

Anmeldung: [www.vhs-kreis-gießen.de](http://www.vhs-kreis-gießen.de) Suchwort: chancen

## Outfit, Stil, Erscheinungsbild - Das Job-Interview

**10. März, 9:30 bis 11 Uhr**

Wie wichtig ist es, sich mit passendem Outfit, einem freundlichen Auftreten und positiver Körpersprache auf ein Vorstellungsgespräch vorzubereiten?

Das erfahren interessierte Frauen in diesem Online-Seminar. Die Referentin beantwortet dazu Ihre Fragen.

Referentin: Barbara Rumpf, stil-image-erfolg

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

## **Telefonaktionstag im Rahmen der internationalen Frauenwoche – Ein Anruf bringt mich weiter**

**11. März, 9 bis 12 Uhr**

Rufen Sie uns an!

Beantwortet werden alle Fragen rund um den Wiedereinstieg nach einer Familienphase, zu Beschäftigungsmöglichkeiten in Vollzeit und Teilzeit, zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie zu den vielfältigen Informations- und Unterstützungsangeboten der Agentur für Arbeit.

Das Angebot richtet sich an alle Interessierten, unabhängig davon, ob sie aktuell erwerbstätig sind oder sein wollen.

Telefon: 05631 957-453 oder 957-454

## **Erfolgreiche Gehaltsverhandlungen: Überzeugend argumentieren, souverän auftreten**

**14. März, 10 bis 12 Uhr**

Im Berufsleben stehen immer wieder Gehaltsverhandlungen an, sei es bei einem Vorstellungsgespräch, einem internen Positionswechsel oder einer Veränderung des Aufgabenbereichs. Dabei geht es darum, die Vorzüge der eigenen Arbeitskraft überzeugend zu präsentieren und deren Marktwert in barer Münze zu benennen und zu vertreten.

Welches Vorgehen ist empfehlenswert?

Inwieweit verhandeln Frauen ihr Gehalt anders als Männer?

Welches sind die Fallen, in die vor allem Frauen gerne tappen?

Wie gelingt es, ein Gehalt zu erzielen, das dem tatsächlichen Marktwert ihrer Arbeitskraft entspricht?

Bettina Schilling erklärt, wie Sie den Wert Ihres Profils und Leistungsangebots realistisch einschätzen und eine passende Argumentationsstrategie entwickeln. In praxisorientierten Übungen lernen Sie, Ihre Gehaltsforderung selbstbewusst zu vermitteln. Sie erproben wirkungsvolle Verhandlungstechniken, mit denen Sie Gehaltsgespräche steuern und Ihr Gegenüber gewinnen können.

Referentin: Bettina Schilling, Beraterin für Kommunikation & Kooperation, Kronberg

Anmeldung: [BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:BadHersfeld-Fulda.BCA@arbeitsagentur.de)

Kooperation: Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit

# April

3. April

## Boys` Day - Jungen-Zukunftstag

Aktionen suchen: <https://www.boys-day.de/Radar>



## Girls´ Day - Mädchen-Zukunftstag

Aktionen suchen: <https://www.girls-day.de/Radar>



## Schritt für Schritt zur Online Bewerbung -Frauen auf den Weg-

3. April, 9:00 bis 11:30 Uhr

In einer kleinen Gruppe von maximal 10 Frauen werden wir uns gemeinsam "Schritt für Schritt" mit dem Thema Online Bewerbungen auseinandersetzen und anhand von kleinen Übungen das „digitale Bewerben“ lernen.

- Digital Bewerben per E-Mail und Online-Formular
- Seriöse E-Mailabsender und kostenlose E-Mail Accounts
- Dokumenteigenschaften (.doc, .pdf, .jpg)
- Aufbau und Inhalt von Bewerbungsplattformen
- Was gilt grundsätzlich bei Bewerbungen, auf was muss ich in den Online Tools achten.

Veranstaltungsort: Starthilfe Ausbildungsverbund, Bindeweg 32, 34576 Homberg/E.

Referent: Christian Schreiber, Starthilfe Ausbildungsverbund

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)



# Mai

## Selbstbewusst ins Bewerbungsgespräch

**14. Mai, 9:30 bis 11 Uhr**

Die Frage nach den Gehaltswünschen ist normaler Bestandteil eines Vorstellungsgesprächs. Wie Frauen sich auf die oft als schwierig empfundene Frage vorbereiten können, behandelt ein Online-Seminar, zu dem die Beauftragten für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit Korbach einladen.

Die Teilnehmerinnen erfahren, wie und wo sie ihren Wert auf dem Arbeitsmarkt recherchieren können und wie sie sich mit ihren Kompetenzen und Erfahrungen am besten präsentieren.

Referentin: Susan J. Moldenhauer, Karriereberaterin

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

## Die Familienkasse informiert

**15. Mai, 15:30 bis 17:00 Uhr**

Es gibt mehr Leistungen für Familien als man denkt. Die Familienkasse Hessen informiert über ihre Leistungen und Familienleistungen allgemein. Häufig gestellte Fragen werden in der Veranstaltung beantwortet – natürlich auch die der Teilnehmerinnen.

Die Beauftragten für Chancengleichheit Bärbel Kesper, Agentur für Arbeit und Elena Rein, Jobcenter informieren über bestehende Angebote für Wiedereinsteigerinnen und stehen für einen persönlichen Austausch mit den Teilnehmerinnen zur Verfügung.

Referent: Herr Boussouf, Familienkasse Hessen

Veranstaltungsort: Familienzentrum Quartier, Grabenweg 7, Gudensberg

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

## **Frühstückstreff für Frauen Die Familienkasse informiert**

**20. Mai, 9:30 bis 11 Uhr**

Es gibt mehr Leistungen für Familien als man denkt. Die Familienkasse Hessen informiert über ihre Leistungen und Familienleistungen allgemein. Häufig gestellte Fragen werden in der Veranstaltung beantwortet – natürlich auch die der Teilnehmerinnen.

Die Beauftragten für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit Korbach (Kerstin Wickert-Strippel) und des Jobcenter Waldeck-Frankenberg informieren über bestehende Angebote für Wiedereinsteigerinnen und stehen für einen persönlichen Austausch mit den Teilnehmerinnen zur Verfügung.

Referent: Herr Boussouf, Familienkasse Hessen

Veranstaltungsort: Mehrgenerationenhaus Bad Wildungen, Kirchplatz 9

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)

## **Juni**

### **Sympathiefaktor Stimme**

**5. Juni, 9:30 bis 11 Uhr**

Manchen Menschen ist sie einfach gegeben, die warme, runde und wohlklingende Stimme, die sofort Vertrauen und Sympathie erzeugt. Für diejenigen, die aus den verschiedensten Gründen mehr Mühe haben, ihre Stimme als „aufschließendes Instrument“ einzusetzen, kann dieses Training dabei unterstützen, Störfaktoren wie Lampenfieber, Aufregung, Müdigkeit oder schlicht falsches Atmen zu bewältigen.

Das Ziel: Im Job oder Bewerbungsgespräch trotz Stress und emotionaler Belastung professionell sprechen. Tipps und Übungen inklusive.

Referentin: Christel Thomas, Atem-, Stimm- und Sprechtrainerin

Anmeldung: [Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de)

## **Neue Trends im Bewerbungsverfahren, bin ich am Puls der Zeit?**

**12. Juni, 9.30 bis 12 Uhr**

Von Story Telling über KI bis hin zum Elevator Pitch, welche Optionen gibt es heute im Bereich Bewerbung eigentlich und wie kann das im Einzelfall aussehen?  
Einen kurzen Einblick in die spannende Welt aktueller Bewerbungsformate bietet dieser Onlinekurzworkshop.

Referentin: Prof. Dr. Daniela Voigt

Anmeldung: [Kassel.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Kassel.BCA@arbeitsagentur.de)

## **Resilienz- das innere Schutzschild für schwierige Zeiten Gibt es ein Gen für innere Stärke oder kann ich dies erlernen und trainieren?**

**24. Juni, 9 bis 11 Uhr**

Wieso schaffen es einige Menschen selbst große Hindernisse, Tiefschläge oder Niederlagen zu überstehen, ohne dabei im Ring dauerhaft zu Boden zu gehen, während andere Menschen die Kraft zum Weitermachen und der Neumotivation verlieren?

Das Seminar zeigt auf, wie Sie Krisen annehmen und vor allem überstehen lernen und welche Hilfsmittel Sie anwenden können, um diese im Alltag und Beruf wirkungsvoll einzusetzen. Gerade in Zeiten der Mehrfachbelastungen in Beruf und Familie wird es immer wichtiger, dass Frauen lernen, ihre Stärken und Ressourcen zu kennen und einzusetzen.

Anhand von Übungen und Informationen werden Sie in diesem Seminar lernen oder wiederentdecken, wie Sie in Ihre Leistung kommen können, ohne sich von Rückschlägen entmutigen zu lassen. Nur wer seine Stärke kennt, kann sie gezielt einsetzen!

Referentin:

Britta Ellger-Lehr, NLP Master, Dipl. Gesundheits- und Mentalberaterin, Fitnesstrainerin, Psychotherapeutin gemäß HPG, Bickenbach

Kooperation:

Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e.V.

Anmeldung: [Korbach.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Korbach.BCA@arbeitsagentur.de)