

# Berufliche Perspektiven Bildungsangebote für Frauen

*1. Halbjahr 2022*

[www.koordinierungsstelle.grafschaft-bentheim.de](http://www.koordinierungsstelle.grafschaft-bentheim.de)



**die grafschafft**

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft





Claudia Gerds, Jaqueline Demelis, Marina Maksimenko

**Herausgeber:**

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft  
Landkreis Graftschaft Bentheim  
NINO-Allee 11 | 48529 Nordhorn

**Kontaktpersonen:**

Jaqueline Demelis, Marina Maksimenko, Claudia Gerds

**Konzept und Design:**

DoppelClic GmbH Werbeagentur  
Alfred-Mozer-Straße 50 | 48527 Nordhorn  
www.dcwa.de

## EIN WORT ZUM ANFANG – WEGE FINDEN

Nach einer beruflichen Auszeit in den Beruf zurückzukehren, benötigt einer gewissen Planung. Sie haben vielleicht neue Interessen und Fähigkeiten an sich entdeckt. Oder Vorstellungen entwickelt, die auf eine grundlegende Veränderung der Berufstätigkeit abzielen.

**Nehmen Sie sich Zeit,  
um dies herauszufinden.**

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft unterstützt Frauen, die sich beruflich weiterentwickeln wollen.

Unser Ziel ist es, Ihren beruflichen Erfolg zu sichern und den Wiedereinstieg nach der Familienphase zu optimieren. Zudem unterstützen wir Betriebe bei der Gewinnung ihrer Fachkräfte.

- Das Weiterbildungsprogramm wird kostenreduziert und zu familienfreundlichen Zeiten angeboten.
- Wir bieten Beratung und Informationen für Beschäftigte in der Elternzeit, Berufsrückkehrerinnen, arbeitssuchende Frauen und Personen, die aufgrund der Familienphase nicht erwerbstätig sind.
- Kooperationen mit dem Überbetrieblichen Verbund Graftschaft Bentheim e. V. sowie regionalen Weiterbildungsträgern.
- Auch in Zeiten von Corona sind wir weiterhin für sie da. Bitte vereinbaren Sie einen Termin (telefonisch oder per Email).

**Sie bilden sich weiter – wir betreuen Ihre Kinder**

Bei Bedarf bieten wir zu Kursen (für die sie eine Förderung erhalten) eine kostenlose Kinderbetreuung an. Hierzu füllen Sie bitte den Antragsvordruck aus.

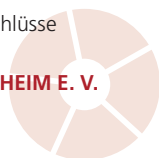
## UNSER ANGEBOT

- 7 Organisatorisches
- 8 Kindertagespflege im Landkreis Grafschaft Bentheim
- 9 Individuelle Beratung
- 10 Nach der Familienphase beruflich „Neu starten!“
- 10 Bewerbungsscheck
- 11 Beratung für Migrantinnen
- 13 Berufliche Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse



## DER ÜBERBETRIEBLICHE VERBUND GRAFSCHAFT BENTHEIM E. V.

- 15 Der Überbetriebliche Verbund
- 16 Mitgliedsunternehmen



## PERSÖNLICHE QUALIFIZIERUNG | ORIENTIERUNG | KARRIERE

- 19 Stellen Sie den Ärgerturbo ab und bringen Sie Ihre Gedanken in Ordnung
- 20 Traumjob oder Sackgasse?
- 21 Mentalload im beruflichen und privaten Kontext erkennen und mindern
- 22 Lassen Sie Ihren Ärger los und geben Sie die bereitgestellte Energie sinnvoll aus
- 23 Mit meinem Lebenslauf erfolgreich durchstarten!
- 24 Persönliche Finanzplanung
- 24 Selbstbewusst im Vorstellungsgespräch auftreten



## BERUFLICHE WEITERBILDUNG

- 27 Ausbildung zur Pflegeservice-Assistentin/Assistenten (in Teilzeit)
- 28 Lehrgänge



## PÄDAGOGIK

- 31 Zusatzkräfte Betreuung
- 32 Fit for Kid – Zertifikatskurs
- 33 Einführungskurs für Zusatzkräfte in Kindertagesstätten
- 34 Ich bin ganz meiner Meinung



## EDV

- 37 Kosten- und Leistungsrechnung
- 38 Sorglos zum Finanzamt
- 40 Fit am eigenen Laptop
- 41 Microsoft Word – weiterführende Techniken
- 42 Social Media im Unternehmen



## SPRACHEN

- 45 Sprachkurse für den privaten und beruflichen Bereich



## KOMMUNIKATION

- 47 Persönlichkeit und Stimme
- 48 Gekonnt kontern
- 50 Small Talk



- 51 Förderantrag/Anmeldung

### Wichtiger Hinweis

Je nach Lage und Infektionsgeschehen sind wieder Präsenzveranstaltungen mit der geltenden Corona-Schutzverordnung erlaubt. Für unsere geplanten Veranstaltungen gilt deshalb: Je nach Inzidenz und geltender Corona-Schutzverordnung des Landes Niedersachsen und der Allgemeinverfügung des Landkreises Grafschaft Bentheim und der Bestimmung des jeweiligen Veranstaltungsortes sind ggf. Präsenzveranstaltungen möglich. Dabei sind die jeweiligen Hygienevorschriften und Konzepte zu beachten. Detaillierte Informationen zur Veranstaltungsform erhalten Sie bei der Anmeldung.

# Unser ANGEBOT

## Datenschutz

Hinweise zum Datenschutz finden Sie auf unserer Homepage  
[www.koordinierungsstelle.grafschaft-bentheim.de](http://www.koordinierungsstelle.grafschaft-bentheim.de)



## Organisatorisches

Bitte beachten sie die nachstehenden Anmeldebedingungen:

- Kurse können mit einem Zuschuss von max. 50 Prozent gefördert werden. **Voraussetzung ist die persönliche Beratung in der Koordinierungsstelle vorab. Während der Corona-Pandemie wird diese Beratung telefonisch durchgeführt.**
- Anmeldungen sind grundsätzlich zu allen Veranstaltungen erforderlich, entweder schriftlich (Formular im Anhang), telefonisch oder per E-Mail und sollten spätestens eine Woche vor Kursbeginn vorliegen. **Die Anmeldung ist verbindlich.** Wird eine Anmeldung nicht mindestens eine Woche vor Kursbeginn widerrufen, so wird die Gebühr auch bei Nichtteilnahme fällig.
- Die Kursgebühren für Kurse der Koordinierungsstelle werden per Rechnung erhoben.
- Sie erhalten keine Anmeldebestätigung. Sie werden benachrichtigt, wenn ein Kurs ausfallen sollte oder Terminänderungen notwendig sind. Veranstaltungen können bei zu geringer Beteiligung auch kurzfristig abgesagt werden.
- **Stellen Sie vor Kursbeginn den Antrag auf Förderung!** Sie können eine Ermäßigung beantragen, wenn Sie als Berufsrückkehrerin seit mindestens einem Jahr nicht mehr sozialversicherungspflichtig beschäftigt sind und keine Leistungen nach SGB II oder SGB III beziehen. Weiterhin gilt das Angebot für Elternzeitnehmende, geringfügig Beschäftigte (max. 450,00 EUR) und wenn Sie wegen der Familienphase nicht erwerbstätig sind. Ein Rechtsanspruch auf eine Förderung besteht nicht, da Gelder hierfür nur in begrenztem Rahmen zur Verfügung stehen. Den Förderantrag können Sie sich auf unserer Homepage herunterladen.
- Gebührenermäßigungen, die der Weiterbildungsträger gewährt, sind vorrangig geltend zu machen.
- Eine Kombination von Förderungen ist ausgeschlossen.
- Wenn Sie eine Förderung durch die Koordinierungsstelle erhalten, wird Ihnen vom Weiterbildungsträger nur der ermäßigte Kursbeitrag in Rechnung gestellt bzw. abgebucht.



## Kindertagespflege im Landkreis Graftschaft Bentheim

### Was ist Kindertagespflege?

Die Kindertagespflege ist eine auf ihr Kind zugeschnittene zeitlich flexible Betreuungsform im familiennahen Umfeld. Qualifizierte Tagespflegepersonen betreuen vorrangig Kinder unter drei Jahren im eigenen Haushalt, im Haushalt der Eltern oder in anderen geeigneten Räumen.

### Sie suchen eine Betreuungsmöglichkeit für Ihr Kind?

Das Familien Service Büro vor Ort unterstützt Sie gern bei Ihrer Suche nach einer geeigneten Tagespflegeperson für die Betreuung Ihres Kindes.

Den Mitarbeiterinnen sind die Tagespflegepersonen persönlich bekannt. Sie können Ihnen unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Bedürfnisse, wie z.B. Betreuungszeiten, pädagogischen Vorstellungen etc., eine qualifizierte Tagesmutter oder einen Tagesvater vermitteln. Im Familien Service Büro erhalten Sie ebenfalls Auskünfte zu allen finanziellen Fragen rund um die Betreuung Ihres Kindes.

### Ansprechpartner in den Familien Service Büros

<b>Stadt Nordhorn</b>	Christina Kruse, Britta Becker, Claudia Boos, Edith Wiggerink	05921 963806 05921 963805
<b>Stadt Bad Bentheim</b>	Friedel Blume, Marion Deckert, Rita Dewenter	05921 963721
<b>Samtgemeinde Schüttorf</b>	Ellen Tessin, Ramona Scherle, Alexandra Wallis	05921 963731
<b>Samtgemeinde Neuenhaus</b>	Gerlinde Kalmer, Angela Tien, Stefanie Jürges	05921 963740
<b>Samtgemeinde Uelsen</b>	Tabea Kamps, Tanja Gysbers Claudia Boos	05921 963711
<b>Samtgemeinde Emlichheim</b>	Jasmin Loehrke-Speet, Tanja Gysbers	05921 963701
<b>Gemeinde Wietmarschen</b>	Heike Grothues, Sandra Rosen	05921 963750



## Individuelle Beratung

Marina Maksimenko und Jaqueline Demelis, Projektleiterinnen der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft bieten eine kostenlose und vertrauliche Beratung an. In Einzelgesprächen wird individuell auf Ihre Fragen und Lebenssituation eingegangen und gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen gesucht. Das Beratungsangebot bezieht sich auf Themen wie:

- Planung der Elternzeit und Berufsrückkehr
- Wie lassen sich Beruf und Familie gut vereinbaren?
- Welche Weiterbildung ist sinnvoll und welche Unterstützung oder finanzielle Förderung gibt es?
- Hilfestellung bei Bewerbungsunterlagen und -strategien
- Welche Rahmenbedingungen sind Ihnen für einen beruflichen Wiedereinstieg wichtig?

### Beratungen vor Ort

Ergänzend bieten wir fortlaufend einmal monatlich donnerstagvormittags Beratungstermine an.

**Ob eine persönliche Beratung stattfinden kann, erfahren Sie bei der Terminabsprache.**

**Bitte vereinbaren Sie Ihren Beratungstermin immer vorab telefonisch unter 05921 962302 oder per Mail unter [koordinierungsstelle@grafschaft.de](mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de)**

<b>Emlichheim</b> 08:30–10:00 Uhr	<b>Bad Bentheim</b> 08:30–10:00 Uhr
<b>Uelsen</b> 10:30–12:30 Uhr	<b>Schüttorf</b> 10:30–12:00 Uhr
7. April 2022	21. April 2022
12. Mai 2022	19. Mai 2022
9. Juni 2022	16. Juni 2022

### Jaqueline Demelis

Telefon 05921 962303, E-Mail [jaqueline.demelis@grafschaft.de](mailto:jaqueline.demelis@grafschaft.de)

### Marina Maksimenko

Telefon 05921 962303, E-Mail [marina.maksimenko@grafschaft.de](mailto:marina.maksimenko@grafschaft.de)





## Nach der Familienphase beruflich „Neu starten!“

**Sprechtage für Berufsrückkehrerinnen mit der Agentur für Arbeit Nordhorn**

Mittwochs von 09:00–12:00 Uhr informieren Berater der Agentur für Arbeit Nordhorn und Marina Maksimenko, Leiterin der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft beim Landkreis Grafschaft Bentheim gemeinsam über die Möglichkeiten des beruflichen Wiedereinstiegs.

- Ort **NINO-Hochbau**  
**NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn**  
**Besprechungsraum der Wirtschaftsförderung**
- Termine **Die Termine erfragen Sie bitte in der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft**

Weder für Mütter noch für Väter ist der Wiedereinstieg auf dem Arbeitsmarkt einfach. Berufliche Kenntnisse müssen aufgefrischt werden und oft mangelt es nach einigen Jahren Familienarbeit am beruflichen Selbstbewusstsein. Eine optimale Berufsrückkehr hängt von vielen Faktoren ab, wie z.B. der Verwertbarkeit der beruflichen Qualifikation, den Angeboten auf dem regionalen Arbeitsmarkt, dem Wunsch nach Teilzeit oder Vollzeit und den Kinderbetreuungsangeboten in der Region, um nur einige der wichtigsten zu nennen. Erforderlich für eine erfolgreiche Berufsrückkehr sind vor allem auch eine optimale Bewerbung und die Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch. Aktuelle Informationen sind dabei ein wichtiger Baustein auf dem Weg zur passenden Arbeitsstelle.

**Die Teilnahme ist kostenfrei. Planen Sie ca. eine Stunde für die Beratung ein. Zur Planung ist jedoch eine vorherige Anmeldung erforderlich:**

Telefon: 05921 962302, Email: [koordinierungsstelle@grafschafft.de](mailto:koordinierungsstelle@grafschafft.de)

### **Bewerbungsscheck**

Erfolgreich für sich werben – wie geht das heute? Vielfältige Wege führen zur neuen Arbeitsstelle. Per Email, Post oder über firmeneigene Bewerbungsportale bewirbt man sich in der heutigen Zeit. Ihnen fehlt nach einer langen Pause aufgrund von Familien- oder Pflegezeit die Erfahrung? Sie haben Fragen rund um Bewerbungsunterlagen oder das Vorstellungsgespräch? Ob online oder auf Papier: Erstellen Sie eine Bewerbung, die überzeugt! Gerne unterstützen wir Sie! Vereinbaren Sie einen Termin.

Bereits vorhandene Bewerbungsunterlagen bitte mitbringen.



## Beratung für Migrantinnen

Sie möchten (wieder) in einen Job einsteigen und suchen nach einer Qualifizierung, in der Sie sich beruflich orientieren und Ihre Deutschkenntnisse erweitern können? Haben Sie bereits Vorstellungen, wohin es beruflich gehen soll? Oder möchten Sie erst noch Berufsbilder kennenlernen? Entdecken Sie Ihre Stärken und Potenziale, um Ihren Weg zu finden.

Fragen zur Ausbildung in Deutschland, dem Erwerb der deutschen Sprache sowie die Anerkennung von ausländischen Berufsabschlüssen sind wichtige Themen. Oft müssen bestimmte Qualifikationen nachgewiesen werden, um eine Arbeit aufnehmen zu können. Auch die Anerkennung oder Bewertung der im Ausland erworbenen Abschlüsse ist besonders wichtig.

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft ist für viele Migrantinnen der erste Anlaufpunkt für die Integration in den Arbeitsmarkt. Hier werden Frauen passgenau in Bezug auf ihre Qualifikationen und Lebenssituationen beraten.



Ansprechpartnerin:  
**Marina Maksimenko**  
Telefon 05921 962303



## Berufliche Anerkennung ausländischer Berufsabschlüsse/ IQ-Beratungsstelle

**Informationen und Tipps zum beruflichen Wiedereinstieg für Frauen, die ihre Berufs- bzw. Studienabschlüsse in anderen Ländern erworben haben.**

Eine anerkannte Berufsausbildung ist in Deutschland die Grundlage für beruflichen Erfolg. Für Frauen und Männer, die eine Anerkennung ihrer im Ausland erworbenen Abschlüsse anstreben, ist es oft schwierig, die für sie zuständige Anerkennung zu finden.

Ob Studium, Handwerk oder Handel – die IQ-Beratungsstelle gibt eine erste Orientierung und begleitet während des gesamten Anerkennungsverfahrens. In einer kostenlosen Beratung erläutert **Sabine Stockhausen** die Möglichkeiten der Anerkennung und hilft beim Ausfüllen der Unterlagen für das weitere Verfahren. Neben der Anerkennungsberatung wird auch eine Qualifizierungsberatung angeboten, um eine geeignete Qualifizierungsmaßnahme zu finden und die volle Anerkennung des Berufes zu erhalten.

**Zur Planung ist eine vorherige Anmeldung erforderlich!:**

Telefon 05921 966238, E-Mail [sabine.stockhausen@grafschaft.de](mailto:sabine.stockhausen@grafschaft.de)







## Der Überbetriebliche Verbund

Gemeinsam für die Vereinbarkeit von Familie + Beruf

Unser Netzwerk verbindet Unternehmen, Institutionen und Vereine, welche die Grafschaft Bentheim in Bezug auf die Vereinbarkeit von Familie und Beruf weiterentwickeln und eine moderne, familienbewusste Lebens- und Arbeitswelt in der Region schaffen wollen.

- Das Nr. 1-Arbeitgeber-Netzwerk für Arbeit und Familie
- Für starke Unternehmen mit familienfreundlichen Arbeitsplätzen

### Unsere Dienstleistungen

- Kostengünstige Schulungsangebote für Betriebsinhaber/-innen, Führungskräfte und Mitarbeiter/-innen
- Durchführung von Vortragsveranstaltungen und Netzwerktreffen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Innovative Ideen zu familienbezogenen Themen in der Arbeitswelt
- Zusammenbringen von Betrieben und Wiedereinsteigerinnen

### Geschäftsführung

Jaqueline Demelis

NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn

Telefon 05921 962303, E-Mail [jaqueline.demelis@grafschaft.de](mailto:jaqueline.demelis@grafschaft.de)

### Der Vorstand des ÜBV

Dagmar Alfs, FA-NOH GmbH Gebäudereinigung

Andrea Moggert-Kemper, H. Klümper GmbH & Co. KG

Jaqueline Demelis, Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

### Beirat

Ralf Hilmes, Landkreis Grafschaft Bentheim

Heike Voget, Landkreis Grafschaft Bentheim



*Auf dem Foto fehlen  
Andrea Moggert-Kemper  
und Heike Voget*

Die Koordinierungsstelle übernimmt die Geschäftsstellenarbeit für den Verbund. **Sprechen Sie uns an. Wir freuen uns auf Sie!**





## Mitgliedsunternehmen

Wir sind dabei:

- Aditi Yoga
- AWO Kreisverband Graftschaft Bentheim e.V.
- AXA Center Kai Ickerott e.K.
- bekuplast GmbH
- Bookholter Apotheke e.K.
- Caritas Sozialstation
- DILANO GmbH
- Evangelische Erwachsenenbildung
- ENO telecom GmbH
- Euregio Klinik Graftschaft Bentheim Holding GmbH
- Eylarduswerk Gildehaus e.V.
- FA-NOH GmbH Gebäudereinigung
- FEEL GOOD Beratung
- Finanz-Union AG
- Gemeinde Wietmarschen
- Graftschafter Nachrichten
- Graftschafter TechnologieZentrum
- Graftschafter Volksbank eG
- Grams & Partner Wirtschaftsprüfer + Steuerberater
- Hansa Seniorenzentren II
- Junger Laden AG
- Karkossa OHG
- Katholische Familienbildungsstätte
- Klümper GmbH & Co. KG
- Kreishandwerkerschaft Graftschaft Bentheim
- Kreissparkasse Graftschaft Bentheim
- Landkreis Graftschaft Bentheim
- Ländliche Erwachsenenbildung Graftschaft Bentheim/ Emsland
- Lebenshilfe gGmbH
- Linden-Apotheke
- Malteser Hilfsdienst e.V.
- Markt-Apotheke Uelsen
- Mehrgenerationenhaus Senfkorn
- Obremba + Partner Steuerberatungsgesellschaft
- Optidee Marketing GmbH
- Pflegeambulanz Löcken
- Pflegezentrum Nordhorn
- 3P Services GmbH & Co. KG
- Rappelkiste e.V.
- Rechtsanwälte Eberhardt & Lübbermann
- Rechtsanwälte Hewig & Partner
- Reinert-Ritz GmbH
- Samtgemeinde Neuenhaus
- Samtgemeinde Schüttorf
- Soziale Dienste Nordhorn
- Stadt Bad Bentheim
- Stadt Nordhorn
- St. Vincenz-Haus GmbH
- Traytec GmbH
- Volksbank Niedergrafschaft eG
- Volkshochschule Graftschaft Bentheim
- Wink Stanzwerkzeuge GmbH & Co. KG



# Persönliche QUALIFIZIERUNG ORIENTIERUNG KARRIERE



## Stellen Sie den Ärger turbo ab und bringen Sie Ihre Gedanken in Ordnung

**Interaktive Anti-Ärger Veranstaltung – online für Frauen  
Modul 4**

Kennen Sie das auch, dass das, was Sie auf die Palme bringt, einen anderen völlig kalt lässt? Ja – Ärger ist sehr individuell: auch abhängig von der aktuellen Stimmung, von den bereits erlebten Ärgernissen des Tages und vielem mehr.

### **Erfahren Sie**

- welche Zutaten ein Ärger-Gefühl braucht und wie Sie konkret darauf Einfluss nehmen können
- wie Sie die 3 größten Verstärkereffekte für Ärger vermeiden
- wie Sie die Macht der Gedanken bei Ihrem nächsten Ärger sinnvoll nutzen können, damit aus einem Funken kein loderndes Feuer mehr wird.

### **Nutzen**

Sie lernen weitere geeignete Mittel und Wege kennen, um immer öfter einen kühlen Kopf zu bewahren und mit Ärger, Groll & Co energieschonender umzugehen.

### **Zielgruppe**

Frauen, insbesondere Wiedereinsteigerinnen und Berufsrückkehrerinnen, die im Umgang mit ihren Emotionen mehr Gelassenheit und Sicherheit erreichen möchten

### **Voraussetzungen**

Die Teilnehmerinnen brauchen zur Teilnahme eine angeschaltete Kamera und ein Mikrofon an Ihrem Computer bzw. Einwahlgerät – gerne auch eine Portion Neugier, kostenlose Software „Zoom“

Termin	Montag, 28.03.2022, 19:00–ca. 20:30 Uhr
Ort	Onlineseminar
Referentin	Elke Kammerer, Kommunikationserlebnisse, Frankfurt am Main
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail <a href="mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de">koordinierungsstelle@grafschaft.de</a>
Kosten	Gebührenfrei
Anmeldeschluss	18.03.2022 per Mail



## Traumjob oder Sackgasse?

Die Frage nach der eigenen beruflichen Entwicklung ergibt sich oft nach einer Familien- oder Auszeit, aber auch mitten im beruflichen Alltag, wenn die eigene Tätigkeit als belastend, fremdbestimmt oder langweilig erlebt wird.

Jeder Vierte ist mit seinem Job unzufrieden, doch eine berufliche Veränderung oder Neuorientierung bringt viele Herausforderungen mit sich. Anstatt Möglichkeiten und Chancen zu sehen, entsteht häufig ein Gefühl von Belastung und Druck. Viele Menschen sehen nicht mehr, was sie am besten können.

Was kann ich? Was will ich? Was mache ich gerne? Wofür werde ich bezahlt? Was steckt in mir und wie kann ich es nutzen, um den richtigen Weg einzuschlagen zu einem Beruf, der zu mir passt?

In diesem Seminar lernen die Teilnehmerinnen sich selbst - mit ihren Stärken, Fähigkeiten und Interessen besser kennen. Dabei geht es unter anderem um die Erhöhung der Eigenkompetenz (Erfolge wahrnehmen), die Entwicklung positiver Ziele und Visionen sowie ein zielgerichtetes Selbstmanagement.

### Inhalt

- Vorstellung
- Wie soll sinnvolle Arbeit aussehen?
- Widerstände/Killerargumente
- Meine Motivation
- Meine Persönlichkeit
- Der Katastrophenjob
- Der Traumjob
- Meine Stärken
- Mein Profil

Termin Mittwoch, 06.04.2022, 18:00–20:00 Uhr

Ort Online-Seminar

Referentin Petra Bernotat-Meyfarth, Journalistin,  
Kommunikationsmanagerin, Coach

Anmeldung Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft  
NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 962302  
E-Mail [koordinierungsstelle@grafschaft.de](mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de)

Kosten Gebührenfrei

Anmeldeschluss 28.03.2022



## Mentalload im beruflichen und privaten Kontext erkennen und mindern

### Themenabend

Gemeinsam widmen wir uns an diesem Themenabend den individuellen, unbewusst übernommenen Aufgaben von Frauen im privaten als auch beruflichen Alltag, und welche Auswirkungen diese Belastungen durch das „Immer-dran-Denken-Müssen“ mit sich bringen können. Auch sprechen wir darüber was Frau konkret tun kann, um alle aufkommenden Aufgaben bewusst wahrzunehmen, zu hinterfragen und abzugeben.

### Inhalt

- Definition und Auswirkungen von Mentalload
- Reflexion des alltäglichen Arbeitsaufkommens
- Tipps zu einem fairen Verteilen aller To do's auf mehreren Schultern

Termin Dienstag, 03.05.2022, 19:00–ca. 20:30 Uhr

Ort Online-Seminar

Referentin Anika Werner, AW Coaching, Alfeld  
Anmeldung Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft  
NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 962302  
E-Mail [koordinierungsstelle@grafschaft.de](mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de)

Kosten Gebührenfrei

Anmeldeschluss 25.04.2022 per Mail



## Lassen Sie Ihren Ärger los und geben Sie die bereitgestellte Energie sinnvoll aus

**Interaktive Anti-Ärger Veranstaltung – online für Frauen**

### Modul 5

Nur mal angenommen, Sie würden Ärger nicht unnötig lange mit sich herumtragen und könnten die Dinge leichter akzeptieren, die Sie nicht ändern können oder wollen? Wie wäre das für Sie?

#### Erfahren Sie

- wie Sie Stress-Symptome sozialverträglich abbauen
- wie Sie den Columbo-Effekt für sich nutzen können
- 3 Wege, um dem Ärger eine Grenze zu setzen und einen Ärger-Stopp-Schalter einzubauen... damit Sie mehr Energie für die wichtigen Dinge des Lebens haben

#### Nutzen

Sie lernen weitere geeignete Mittel und Wege kennen, um immer öfter einen kühlen Kopf zu bewahren und mit Ärger, Groll & Co energieschonender umzugehen

#### Zielgruppe

Frauen, insbesondere Wiedereinsteigerinnen und Berufsrückkehrerinnen, die im Umgang mit ihren Emotionen mehr Gelassenheit und Sicherheit erreichen möchten

#### Voraussetzungen

Die Teilnehmerinnen brauchen zur Teilnahme eine angeschaltete Kamera und ein Mikrofon an Ihrem Computer bzw. Einwahlgerät – gerne auch eine Portion Neugier, kostenlose Software „Zoom“.

Termin	Montag, 16.05.2022, 19:00–ca. 20:30 Uhr
Ort	Onlineseminar
Referentin	Elke Kammerer, Kommunikationserlebnisse, Frankfurt am Main
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail <a href="mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de">koordinierungsstelle@grafschaft.de</a>
Kosten	Gebührenfrei
Anmeldeschluss	06.05.2022 per Mail



## Mit meinem Lebenslauf erfolgreich durchstarten!

**Online-Workshop Lebenslauf & Co.**

Mit überzeugenden Bewerbungsunterlagen, die einerseits persönlich und kreativ, andererseits den aktuellen Standards entsprechen, nähern wir uns Ihrem Ziel: das Interesse der Personalentscheider/-innen wecken.

In diesem Kurzworkshop werfen wir einen intensiven Blick auf den Lebenslauf und Sie erfahren, wie Sie Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen gekonnt darstellen und Ihren Lebenslauf aussagekräftig und ansprechend gestalten können.

#### Inhalt Workshop

- eigene Stärken identifizieren und im Lebenslauf aufzeigen
- Input zu „Wie kann ein aktueller Lebenslauf aussehen & Worauf muss ich achten?“
- Haltung im Bewerbungsprozess

Termin	Freitag, 17.06.2022, 09:00–ca. 12:30 Uhr
Ort	Onlineseminar
Referentin	Anika Werner, AW Coaching, Alfeld
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail <a href="mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de">koordinierungsstelle@grafschaft.de</a>
Kosten	Gebührenfrei
Anmeldeschluss	10.06.2022 per Mail



## Persönliche Finanzplanung

Der Umgang mit Geld ist von unterschiedlichen Einstellungen und familiären Verhaltensweisen geprägt. Was verhindert eine solide Finanzplanung, welche Überzeugungen erleichtern den Umgang mit Geld und fördern eine gute Absicherung.

Termin	Mittwoch, 22.06.2022, 18:30–20:30 Uhr
Ort	Wird bei der Anmeldung bekanntgegeben!
Referentin	Kirsten Ottenhues
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail <a href="mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de">koordinierungsstelle@grafschaft.de</a>
Kosten	Gebührenfrei
Anmeldeschluss	12.06.2022

## Selbstbewusst im Vorstellungsgespräch auftreten

### Online-Workshop Lebenslauf & Co.

Um in einer beruflichen Tätigkeit (wieder) Fuss zu fassen, braucht es neben überzeugenden Bewerbungsunterlagen auch ein selbstbewusstes Auftreten im Vorstellungsgespräch. In diesem Kurzworkshop befassen wir uns intensiv mit den verschiedenen Facetten des Vorstellungsgesprächs und der Frage, wie Sie sich optimal auf das Gespräch vorbereiten können. Auch gibt es Tipps zu dem Umgang mit kritischen Fragen und wie frau auch in einem virtuellen Gespräch brillieren kann.

### Inhalt Workshop

- Bestandteile eines Vorstellungsgesprächs kennenlernen
- Reflexionsfragen zur intensive Vorbereitung auf das Gespräch
- Übung: Im Elevator Pitch überzeugen

Termin	Freitag, 08.07.2022, 09:00–ca. 12:30 Uhr
Ort	Onlineseminar
Referentin	Anika Werner, AW Coaching, Alfeld
Anmeldung	Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft NINO-Allee 11, 48529 Nordhorn Telefon 05921 962302 E-Mail <a href="mailto:koordinierungsstelle@grafschaft.de">koordinierungsstelle@grafschaft.de</a>
Kosten	Gebührenfrei
Anmeldeschluss	03.06.2022 per Mail





## Ausbildung zur Pflegeservice-Assistentin /Assistenten (in Teilzeit)

**Dieser Lehrgang findet in Kooperation mit der EEB Emsland/Grafschaft Bentheim statt.**

Die Teilnehmenden sollen für die Betreuung von Familien und einzelnen kranken, alten oder behinderten Menschen in deren häuslicher oder stationärer Umgebung ausgebildet werden. Sie richtet sich an Menschen ohne pflegerische Vorkenntnisse, die aber Interesse haben, in der ambulanten und stationären Pflege zu arbeiten.

Die Ausbildung umfasst insgesamt 456 Stunden (316 Unterrichtsstunden Theorie und 140 Zeitstunden Hospitation mit praktischen Tätigkeiten unter Aufsicht) und schließt mit einem Zertifikat ab. Die Fortbildung beginnt im Frühjahr 2022 in Nordhorn. Die Ausbildung kann auch parallel zu einem Integrationskurs oder zu einer beruflichen Tätigkeit besucht werden. 140 Stunden Praktikum müssen zusätzlich absolviert werden, ob in Vollzeit oder Teilzeit, bleibt den Teilnehmer\*innen überlassen.

Termine	Dienstag und Donnerstag, Frühjahr 2022, 08:45–12:00 Uhr
Ort	Ev. Erwachsenenbildung Ootmarsumer Weg 5, 48527 Nordhorn
Leitung	Dozententeam
Anmeldung	Ev. Erwachsenenbildung Emsland/Grafschaft Bentheim Ootmarsumer Weg 5, 48527 Nordhorn Telefon 05921 72728-10
Kosten	1.788,71 EUR





## Lehrgänge

Verschiedene Weiterbildungsträger in der Grafschaft Bentheim bieten längerfristige Fortbildungsmaßnahmen an, in denen Sie eine zusätzliche Qualifikation erwerben können. Nähere Informationen zu den Kursinhalten erhalten Sie bei den Anbietern.

**Titel** **Ausbildung der Ausbilder**

**Kurs-Nr.** **5800**

Termine Dienstag und Donnerstag,  
ab 19.04.2022, 18:30–21:30 Uhr

Ort Volkshochschule, Raum 306

Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Telefon 05921 83650

**Titel** **Handelsfachwirt/in (IHK)**

**Kurs-Nr.** **5806A**

Termine Ab Herbst 2022, 18:30–21:30 Uhr

Ort Volkshochschule, Raum 206

Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Telefon 05921 83650

**Titel** **Betreuungskraft für Pflegebedürftige  
nach § 53c SGB XI**

**Kurs-Nr.** **3038A**

Termin Mittwoch, 05.10.2022, 18:00–21:00 Uhr

Infoabend Donnerstag, 23.06.2022, 18:00 Uhr

Ort Volkshochschule, Raum 114

Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Telefon 05921 83650

**Titel** **Heilpraktiker/in**

**Kurs-Nr.** **3031**

Termine Dienstag/Mittwoch, 10.05.2022,  
19:00–21:15 Uhr

Infoabend Dienstag, 22.03.2022, 18:00 Uhr  
Volkshochschule, Raum 306

Ort Volkshochschule, Raum A005

Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Telefon 05921 83650

**Titel** **Palliative Care**

**Kurs-Nr.** **3009**

Termine Montags, ab 25.04.2022, 08:30–17:00 Uhr

Ort Volkshochschule, Raum 114

Anbieter Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Telefon 05921 83650







## Zusatzkräfte Betreuung

In Kooperation mit dem Landkreis Grafschaft Bentheim bietet die Volkshochschule den Einführungskurs „Zusatzkräfte Betreuung“ in Kindertagesstätten im Rahmen der Richtlinie über die Gewährung von Zuwendungen zur Verbesserung der Qualität in Kindertagesstätten und zur Gewinnung von Fachkräften (Richtlinie „Qualität in Kitas“ an. Ziel ist es, Kräften ohne pädagogische Grundqualifizierung einen Einstieg als Zusatzkraft in Kindertageseinrichtungen zu erleichtern. In 160 Unterrichtsstunden werden kindheitspädagogische und rechtliche Grundkenntnisse vermittelt. Der Einführungskurs ist tätigkeitsbegleitend und gewährleistet damit einen engen Theorie-Praxis-Bezug. „Zusatzkräfte Betreuung“ sind in Gruppen oder auch gruppenübergreifend unterstützend tätig, in denen überwiegend Kinder im Alter von drei Jahren bis zum Schuleintritt betreut werden.

### **Der Einführungskurs umfasst folgende Module:**

Modul 1 Rollenverständnis klären

Modul 2 Rechtliche Rahmenbedingungen kennen

Modul 3 Entwicklungs- und Bildungsprozesse von Kindern begleiten

Modul 4 Vielfalt in der Lebenswelt von Kindern begreifen

Modul 5 Beziehung zum Kind aufbauen und gestalten

Modul 6 Bildungsprozesse planen, durchführen und reflektieren

Modul 7 Erziehungspartnerschaft entwickeln

### **Teilnahmevoraussetzung:**

Sekundarabschluss 1 – Realschule, eine abgeschlossene Berufsausbildung und ein Arbeitsvertrag mit einer Kindertageseinrichtung. Bitte Kopien einreichen.

Einführungskurs [Frühjahr 2022](#)

Termine [Freitags, 09:00–12:15 Uhr](#)

[zusätzlich 6 Samstage, 09:00–15:00 Uhr](#)

Ort [Volkshochschule Grafschaft Bentheim](#)

Anmeldung [Karola Langenhoff](#)

[05921 836517, langenhoff@vhs-nordhorn.de](mailto:05921_836517_langenhoff@vhs-nordhorn.de)

Kosten [Gebührenfrei, wird von dem örtlichen Träger übernommen](#)



## Fit for Kid – Zertifikatskurs

### Qualifizierung zum/zur pädagogischen Mitarbeiter\*in an Schulen und anderer pädagogischer Betreuungsaufgaben

Diese Qualifizierungsmaßnahme richtet sich an Personen, die schon immer gerne mit Kindern arbeiten wollten, egal ob sie aus einem pädagogischen Arbeitsfeld kommen oder sich neu orientieren möchten. Pädagogische Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Schulen können eingesetzt werden:

- für unterrichtergänzende Angebote
- für sonstige begleitende Maßnahmen
- für die Tätigkeit als Schulassistent/in bzw. Integrationshelfer/in (es besteht die Möglichkeit, eine zusätzliche Weiterbildung zu besuchen/Zertifikatskurs „Inklusionshelfer/innen“)

Ehrenamtliche Mitarbeiter in Vereinen und Kirchen, die Gruppen leiten oder Freizeiten begleiten, können nach Abschluss des Kurses im Jugendamt einen JULEICA-Ausweis beantragen.

Im ersten Teil des Kurses können Sie pädagogische Kompetenzen erwerben, vertiefen und erweitern. Sie werden u. a. auch in die Organisation der unterschiedlichen Schulformen eingeführt und pädagogisch befähigt, sich in die Welt von Kindern einzufühlen, um so zu lernen, die Betreuungsstunden angemessen zu gestalten. Die Themen Inklusion und Integration werden ebenfalls einen besonderen Schwerpunkt einnehmen.

Im zweiten Teil des Kurses legen wir einen Schwerpunkt auf die Tätigkeit als pädagogische/r Mitarbeiter/in an Ganztagschulen. Beide Teile des Kurses schließen mit einem Zertifikat ab.

<b>Kurs-Nr.</b>	<b>0866b</b>
Termine	Freitag, 08:30–11:45 Uhr 37 Termine
Ort	DRK Mehrgenerationenhaus, Schulstraße 19, 48527 Nordhorn, Tagungsraum
Leitung	Anita Pucknat, Dozententeam
Anmeldung	Kath. Familienbildungsstätte Steinmaate 2, 48529 Nordhorn Telefon 05921 89910 E-Mail <a href="mailto:anmeldung@fabi-nordhorn.de">anmeldung@fabi-nordhorn.de</a>
Kosten	790,00 EUR



## Einführungskurs für Zusatzkräfte in Kindertagesstätten

In Kooperation mit dem Landkreis Grafschaft Bentheim bietet die Familienbildungsstätte den Einführungskurs „Zusatzkräfte Betreuung“ in Kindertagesstätten im Rahmen der Richtlinie über die Gewährung von Zuwendungen zur Verbesserung der Qualität in Kindertagesstätten und zur Gewinnung von Fachkräften an. Ziel ist es, Kräften ohne pädagogische Grundqualifizierung einen Einstieg als Zusatzkraft in Kindertageseinrichtungen zu erleichtern. In 160 Unterrichtsstunden werden kindheitspädagogische und rechtliche Grundkenntnisse vermittelt. Der Einführungskurs ist tätigkeitsbegleitend und gewährleistet damit einen engen Theorie-Praxis-Bezug. „Zusatzkräfte Betreuung“ sind in Gruppen oder auch gruppenübergreifend unterstützend tätig, in denen überwiegend Kinder im Alter von drei Jahren bis zum Schuleintritt betreut werden.

### Der Einführungskurs umfasst folgende Module:

- Modul 1 Rollenverständnis klären
- Modul 2 Rechtliche Rahmenbedingungen kennen
- Modul 3 Entwicklungs- und Bildungsprozesse von Kindern begleiten
- Modul 4 Vielfalt in der Lebenswelt von Kindern begreifen
- Modul 5 Beziehung zum Kind aufbauen und gestalten
- Modul 6 Bildungsprozesse planen, durchführen und reflektieren
- Modul 7 Erziehungspartnerschaft entwickeln

<b>Kurs-Nr.</b>	<b>0864</b>
Termine	Voraussichtlich März 2022 Donnerstags, 08:45–12:00 Uhr zusätzlich einige Samstage, 09:00–15:30 Uhr
Ort	Kath. Familienbildungsstätte Steinmaate 2, 48529 Nordhorn
Leitung	Daniela Müller-Korte, Dozententeam
Informationen	Renate Krümborg Telefon 05921 89910 E-Mail <a href="mailto:kruemberg@fabi-nordhorn.de">kruemberg@fabi-nordhorn.de</a>
Anmeldung	Kath. Familienbildungsstätte Steinmaate 2, 48529 Nordhorn Telefon 05921 89910 E-Mail <a href="mailto:anmeldung@fabi-nordhorn.de">anmeldung@fabi-nordhorn.de</a>
Kosten	Gebührenfrei



## Ich bin ganz meiner Meinung

### Gespräche im Job

Westentaschentipps für herausfordernde Gespräche im Job - Fortbildung für Personal aus den Bereichen Kita, Tageseltern, Tagespflege, Kursleitungen etc.

Gesprächssituationen im Arbeitsleben können durchaus so verlaufen, dass Menschen erst einmal baff sind, ratlos wie sprachlos reagieren und einem keine angemessene Reaktion auf das gerade „Gehörte“ und „Erlebte“ einfallen will. Nach der Szene kommen Ideen, was eine gute Antwort oder gekonnte Reaktion gewesen wäre. Aber zu spät für diese Situation! Anforderungen an professionelles Handeln machen es aber erforderlich, dass Menschen auf die unterschiedlichen Verhaltensweisen und Bedarfe der Zielgruppe angemessen eingehen können. Leitgedanke dieses Fortbildungsangebotes ist es, Sie für Gesprächssituationen zu stärken, die Sie als schwierig und nicht immer angenehm erleben und die Sie dann und wann ins Schwitzen bringen. Was bringt uns im Kontakt mit unserem Gegenüber in die Bredouille und was hilft uns, souverän zu bleiben und auch heikle Momente gut zu handhaben?

Ziel ist es, die eigene kommunikative Kompetenz für anspruchsvolle und herausfordernde Situationen zu stärken und alltagstaugliche Instrumente für sperrige Gesprächsmomente und die eigene Stressbewältigung kennenzulernen.

**Kurs-Nr. 0816c**

Termin **Donnerstag, 07.07.2022, 08:00–16:00 Uhr**

Ort **Kath. Familienbildungsstätte  
Steinmaate 2, 48529 Nordhorn**

Leitung **Ursula Bolg**

Informationen **Renate Krümborg  
Telefon 05921 89910  
E-Mail [kruemberg@fabi-nordhorn.de](mailto:kruemberg@fabi-nordhorn.de)**

Anmeldung **Kath. Familienbildungsstätte  
Steinmaate 2, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 89910  
E-Mail [anmeldung@fabi-nordhorn.de](mailto:anmeldung@fabi-nordhorn.de)**

Kosten **89,00 EUR (ermäßigt 44,50 EUR)**





## Kosten- und Leistungsrechnung

### Xpert Business

Die Kosten- und Leistungsrechnung ist Teil des Rechnungswesens und setzt eine gut organisierte und gegliederte Buchführung voraus. Sie ermittelt das Betriebsergebnis des Unternehmens und erlaubt Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche oder über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte.

#### Inhalte:

- Aufgaben und Grundbegriffe der Kosten- und Leistungsrechnung
- Kostenartenrechnung
- Kostenstellen- und Kostenträgerrechnung auf Basis der Vollkostenrechnung
- Deckungsbeitragsrechnung

Dieser Kurs setzt Kenntnisse voraus, wie sie in „Xpert Business Finanzbuchführung 1“ vermittelt werden.

**Kurs-Nr. 5815**

Termine Montag, 23.05.2022, 18:30–21:30 Uhr  
15 Termine

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn

Leitung Dozententeam

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 83650  
E-Mail [info@vhs-nordhorn.de](mailto:info@vhs-nordhorn.de)

Kosten 280,00 EUR (ermäßigt 140,00 EUR)



## Sorglos zum Finanzamt

### Buchführung leicht gemacht

Die meisten Existenzgründer/innen, Kleinunternehmen, Freiberufler/innen und nebenberuflich Selbständigen praktizieren die „einfache Buchführung“, das heißt die Aufzeichnung und Gegenüberstellung von Einnahmen und Ausgaben des Betriebes. Daraus ergibt sich der Jahresabschluss der nicht buchführungspflichtigen Unternehmer/innen, die Einnahmen-Überschuss-Rechnung.

Der Workshop möchte Gründer/innen und Unternehmer/innen in die Lage versetzen, die Buchführung und den Jahresabschluss selbst erstellen zu können und ihn zu verstehen. Selbst wenn man sich später entscheidet, diese Arbeit einer Buchhaltungskraft bzw. dem Steuerberater zu übertragen, so sind die Unternehmer/innen nach diesem Workshop in der Lage, Zahlen und Vorgänge zu hinterfragen.

#### **Inhalte des kompakten theoretischen Abschnitts sind u.a.:**

gesetzliche Grundlagen der Buchführung, Prinzip der einfachen Buchführung, Belegwesen, Rechnungsinhalte, Betriebseinnahmen und -ausgaben, Abschreibung sowie Einkommen-, Gewerbe- und Umsatzsteuer und die Kleinunternehmerregelung.

Daran schließt sich der praktische Teil an, in dem die Teilnehmer/innen anhand eines fiktiven Unternehmens die laufende Buchführung, die Erstellung der Umsatzsteuer-Voranmeldung sowie den Jahresabschluss mit Einnahmen-Überschuss-Rechnung und Steuererklärungen üben bzw. erlernen können.

Die Teilnehmer/innen erhalten begleitende Unterlagen, Arbeitsmaterialien und eine Teilnahmebescheinigung

**Kurs-Nr. 5754**

Termine **Freitag, 10.06.2022, 13:00–17:00 Uhr**  
3 Termine

Ort **GTZ Schulungsraum**  
**Enschedestraße 14, 48529 Nordhorn**

Leitung **Andreas Muchowitsch**

Anmeldung **Grafschafter TechnologieZentrum**  
**Enschedestraße 14, 48529 Nordhorn**  
**Telefon 05921 8790**  
**E-Mail [info@gtz-info.de](mailto:info@gtz-info.de)**

Kosten **120,00 EUR (ermäßigt 60,00 EUR)**







## Fit am eigenen Laptop

### Kurs mit Internet und E-Mail

Für alle, die nach einer kompakten und systematischen Einführung in die Internet- und E-Mail-Nutzung am eigenen Laptop suchen.

#### Inhalte:

- Einstieg in das Thema Internet
- Theorie und Begriffe
- Umgang mit dem Browser
- Einführung in die Nutzung von Suchmaschinen
- Downloads
- E-Mails

#### Voraussetzung:

- Grundkenntnisse in der Anwendung von Windows
- Kenntnisse in der Dateiverwaltung

Bitte bringen Sie Ihr Gerät vollgeladen zusammen mit dem eigenen Netzteil mit. Bitte denken Sie auch daran, Ihre Zugangsdaten für Ihr E-Mail-Konto mitzubringen. Falls Sie keinen Laptop besitzen, können Sie auch die PCs der Volkshochschule nutzen.

**Kurs-Nr. 5108**

Termine Montag, 21.03.2022, 15:00–17:30 Uhr  
6 Termine

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim,  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Raum 203

Leitung Thomas Adriaans

Informationen Kursleiter, 05921 76408

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 83650  
E-Mail [info@vhs-nordhorn.de](mailto:info@vhs-nordhorn.de)

Kosten 78,00 EUR (ermäßigt 39,00 EUR)



## Microsoft Word – weiterführende Techniken

### Online-Kurse

Erstellen und Bearbeiten von Tabellen und Tabulatoren, Spaltenlayout, Einfügen von Grafiken und SmartArts, individuelle Aufzählungszeichen und Symbole, Kopf- und Fußzeilen, Erstellen eines beidseitigen Flyers, eines Aushangzettels und einer Einladung.

#### Voraussetzung:

Word Grundkenntnisse

Auf Ihrem Computer sollte bereits Word installiert sein. Die Aufgaben können auch mit einer älteren/neueren Version erledigt werden. Es finden keine Präsenztermine mit Zoom oder Ähnlichem statt.

**Kurs-Nr. 5562**

Termine Montag, ab 04.07.2022,  
3 Wochen

Ort Online an Ihrem PC/Notebook

Leitung Doris Opitz, Online-Trainerin

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 83650  
E-Mail [info@vhs-nordhorn.de](mailto:info@vhs-nordhorn.de)

Kosten 145,00 EUR (ermäßigt 72,50 EUR)



## Social Media im Unternehmen

### So wählen Sie die richtigen Kanäle aus

Möchte man in der heutigen Zeit neue Zielgruppen erreichen, Kunden stärker binden oder neue Mitarbeiter/innen finden, dann kommt man an den sozialen Netzwerken nicht mehr vorbei. Aber wie entscheidet man sich für den richtigen Social-Media-Kanal? Wovon sollte die Entscheidung abhängig gemacht werden und wie finde ich spannende Inhalte für meine Zielgruppe?

Im Workshop wird diesen Fragen nachgegangen. Es gibt verschiedene Punkte, die entscheidend sind für die Wahl des richtigen Kanals. Gemeinsam werden diese für Ihr Unternehmen durchgegangen und Übungen durchgeführt, um Themen und Inhalte für die Kommunikation in den sozialen Netzwerken zu finden.

**Kurs-Nr. 5937**

Termin Montag, 21.03.2022, 09:00–14:00 Uhr

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Raum 206

Leitung Anna Hübner

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 83650  
E-Mail [info@vhs-nordhorn.de](mailto:info@vhs-nordhorn.de)

Kosten 145,00 EUR (ermäßigt 72,50 EUR)







## Sprachkurse für den privaten und beruflichen Bereich

Die Sprachkurse der VHS Graftschaft Bentheim bieten Kurse in 9 Sprachen zum Erwerben, Auffrischen und Vertiefen von Sprachkenntnissen

- für die berufliche Weiterbildung
- zum Kennenlernen von Sprache, Land und Leuten
- für zügiges oder geruhames Lernen
- mit Prüfungsabschluss

Es gibt Kurse in verschiedenen zeitlichen Varianten: 1x wöchentlich vormittags oder abends über einen Zeitraum von 10 bis 15 Wochen, kompakt am Wochenende oder als Intensivwoche (als Bildungsurlaub)

**Sie können gern in bereits laufende Kurse einsteigen.  
Lassen Sie sich vorab beraten, welcher Kurs zu Ihnen passt!**

<b>Kurse</b>	<b><a href="http://www.vhs-nordhorn.de">www.vhs-nordhorn.de</a></b>
Informationen	Kaire Kiviselg-Straukamp Telefon 05921 8365-18 E-Mail <a href="mailto:info@vhs-nordhorn.de">info@vhs-nordhorn.de</a>
Kosten	Eine anteilige Übernahme der Kosten ist für Kundinnen der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Landkreis Graftschaft Bentheim bei Vorlage der persönlichen Voraussetzungen möglich.



## Persönlichkeit und Stimme

Unsere Stimme macht uns unverwechselbar, sie ist wie unser Fingerabdruck ein ganz besonderes Merkmal unserer Person.

Wie unsere Stimme klingt, hängt mit unserer Atmung, unserer Körperspannung und unserer Artikulation zusammen. Ebenso prägt die Art und Weise, wie wir in Kontakt treten, unseren Stimmklang. Blockaden und alte Muster spielen oft mit hinein, wenn unsere Stimme uns einen Streich spielt.

Gehen Sie mit der Kursleiterin auf Entdeckungsreise, Ihre Persönlichkeit, Ihr Selbstvertrauen zu stärken, und begegnen Sie dem Reichtum Ihrer stimmlichen Möglichkeiten, dem Zusammenklang von Atem, Körper, Stimme und Persönlichkeit.

Die Stimmübungen werden unter Einhaltung der Abstandsregeln oder bei schönem Wetter im Innenhof der VHS durchgeführt.

Die Dozentin Inga Voß ist Diplom-Theologin und Rhetorik-, Stimm- und Sprechtrainerin aus Telgte.

**Kurs-Nr. 1754**

Termin Samstag, 07.05.2022, 09:30–16:15 Uhr

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Raum 114

Leitung Inga Voß

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 83650  
E-Mail [info@vhs-nordhorn.de](mailto:info@vhs-nordhorn.de)

Kosten 58,00 EUR (ermäßigt 29,00 EUR)



## Gekonnt kontern

### Schlagfertigkeit kann man lernen

Es passiert aus heiterem Himmel und viele kennen es: Sie werden verbal angegriffen. Im ersten Moment ist man völlig verblüfft, dann stellt sich Schrecken ein und oft kommt das Gefühl von Verletztsein dazu. In dieser Situation fehlen die Worte - man bleibt stumm. Erst viel später, wenn alles längst vorbei ist, fallen einem die passenden Antworten ein.

Wer lernen möchte, sofort sachlich und fair zu antworten, für den ist dieses Seminar genau richtig. Inhaltlich geht es um die Situationsanalyse, um das Gegenüber besser einzuschätzen und ruhig bleiben zu können, sowie rhetorische Strategien, um Grenzen zu setzen

Die Kursleiterin ist Rhetorikdozentin und Sprecherzieherin.

**Kurs-Nr. 1761**

Termine Freitag, 20.05.2022, 17:00–21:45 Uhr  
Samstag, 21.05.2022, 10:00–18:00 Uhr

Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Raum 114

Leitung Sabine Schardelmann

Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 83650  
E-Mail [info@vhs-nordhorn.de](mailto:info@vhs-nordhorn.de)

Kosten 62,00 EUR (ermäßigt 31,00 EUR)





## Small Talk

### Gespräche locker führen

Gekonnt plaudern, Sympathien gewinnen: Mit einem lockeren Small Talk knüpfen Sie nützliche Kontakte auf angenehme Weise. Doch wenn es darauf ankommt, fehlen uns oft die Worte.

Dieses Seminar liefert das nötige Rüstzeug für den gelungenen Einstieg, die passenden Themen, Grundlagen der Körpersprache u.a. Wenn Sie Ihre Kommunikationsfähigkeiten im Privat- und Berufsleben verbessern wollen, bekommen Sie hier erprobte Hilfestellungen.

Die Kursleiterin ist Rhetorikdozentin und Sprecherzieherin.

**Kurs-Nr. 1758**

Termin Dienstag, 21.06.2022, 18:00–21:00 Uhr  
Ort Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Raum 114

Leitung Sabine Schardelmann  
Anmeldung Volkshochschule Grafschaft Bentheim  
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 83650  
E-Mail info@vhs-nordhorn.de

Kosten 62,00 EUR (ermäßigt 31,00 EUR)

## Förderantrag / Anmeldung

### Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Postadresse van-Delden-Straße 1–7  
Besucheradresse: NINO-Allee 11 | 48529 Nordhorn  
Telefon 05921 962302 | Fax 05921 9655302 | koordinierungsstelle@grafschafft.de

- Anmeldung zum Kurs**
- Antrag auf Förderung**

Kursnummer	Kurstitel
Name/Vorname*	Geburtsjahr*
Straße/Hausnummer*	
PLZ/Ort*	Telefon-Nummer
erlernter Beruf	

- Ich bin\*  Berufsrückkehrer/-in  
 in Elternzeit  
 zu Erziehungszeiten meines/r Kinder/s zurzeit zu Hause  
 geringfügig beschäftigt (max 450,00 EUR)  
 erwerbslos (ohne Leistungsbezug ALG I oder ALG II)  
 oder  AG ist Mitglied im Überbetrieblichen Verbund

Wünschen Sie  ja, \_\_\_\_ Kind(er) | Alter \_\_\_\_  
eine Kinderbetreuung?  nein

Datum/Unterschrift

**Allgemeine Hinweise:** Eine Förderung wird nur nach vorheriger Beratung bewilligt. Die Kursanmeldung und Kinderbetreuung sind verbindlich. Der Antrag auf Förderung und/oder für eine Kinderbetreuung muss vor Kursbeginn gestellt werden. Sonstige Gebührenermäßigungen sind vorrangig geltend zu machen. Eine Kombination von Förderungen ist ausgeschlossen. Ein kostenloser Rücktritt ist bis zu 10 Tagen vor Veranstaltungsbeginn möglich. Eine Ermäßigung der Prüfungsgebühr ist zusätzlich zu beantragen. Bitte beachten Sie, dass Sie sich vorab bei den Bildungsträgern (FABI, EEB, VHS) anmelden müssen. **Bei finanzieller Unterstützung der Teilnehmerin ist eine Teilnahmebescheinigung oder die Vorlage eines Abschlusszertifikats notwendig. Bei Abbruch oder Nichtbestehen der Prüfung wird die Förderung entsprechend zurückgefordert.**

Für Ihre Anmeldung benötigen wir Ihre Einwilligung in unsere Datenschutzbestimmungen, die Sie auf unserer Homepage finden.

Mit der Verarbeitung meiner Daten gemäß der Datenschutzbestimmung bin ich einverstanden. Diese Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

Ort/Datum Unterschrift Teilnehmer/-in



Gefördert durch:



## Sie finden uns im Kompetenzzentrum Wirtschaft NINO-Hochbau

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Landkreis Grafschaft Bentheim

NINO-Allee 11 · 48529 Nordhorn · Telefon 05921 96-2302

### Postadresse

van-Delden-Straße 1–7, 48529 Nordhorn