



<https://biz.li/2j0w>

# JETZT FÜR FREIE ONLINE- SEMINARPLÄTZE ZUM JAHRESSTART ANMELDEN

Veröffentlicht am 20.01.2021 um 19:05 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Digitalisierung, Online-Kommunikation und Netzwerkarbeit: Das neue Jahr 2021 hat begonnen und hält weiterhin viel berufliche wie persönliche Herausforderungen bereit. Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf der Region Hannover bietet auch im Februar Workshops und Seminare an, die sich diesen Themen widmen. Zu finden ist das Programmheft der Koordinierungsstelle Frau und Beruf ab Mitte Januar unter [www.frauundberuf.de](http://www.frauundberuf.de). Aufgrund der aktuellen Situation finden die Seminare für den Monat Februar vorerst als Online-Format statt. Für Fragen und Anmeldungen kann sich per Mail an [frauundberuf@region-hannover.de](mailto:frauundberuf@region-hannover.de) gewendet werden.

## **Spezial für zugewanderte Frauen: PC-Fitness Beruf - Wie erhöhe ich meine Chancen auf dem Arbeitsmarkt?**

Referentin: Merle Hübner  
Wann: Dienstag & Mittwoch, 9./10. September & 16./17. September, 17- 13 Uhr  
Wo: Online-Seminar, technische Voraussetzungen: PC oder mobiles Endgerät mit Internetzugang und Kamera  
Kosten: 8 Euro, ermäßigt 4 Euro  
In diesem Online-Seminar erstellen Sie die wichtigsten Unterlagen für Ihre Bewerbung. Da viele Stellen im Internet angeboten werden, besprechen wir die Abläufe für eine Online-Bewerbung. Wo finde ich Stellenangebote? Was muss ich berücksichtigen? Welche Unterlagen kann ich vorbereiten? Sie lernen unter anderem den sicheren Umgang mit Windows 10, sowie das Erstellen von Anschreiben und Briefvorlagen in Word.

## **Digitalisierung - Ja bitte! Keine Angst vor digitalen Formaten**

Referenten: Tessa Forsblad und Nina Kaienburg  
Wann: Montag, 15. Februar & Dienstag, 16. Februar, 09:30 - 13.30 Uhr  
Wo: Online-Seminar, technische Voraussetzungen: PC oder mobiles Endgerät mit Internetzugang und Kamera  
Kosten: 30 Euro, ermäßigt 15 Euro  
Die Digitalisierung hat fast alle Bereiche unseres Lebens erreicht und beschleunigt. Aber wie können wir "dranbleiben" an dieser rasanten Entwicklung und sie uns zu Nutzen machen? Welche Kompetenzen benötige ich, um nicht abgehängt zu werden? Dieser Workshop schafft ein Grundverständnis für "digitale Transformation", gibt praktische Tipps für den Alltag und sorgt dafür, dass am Ende jede Teilnehmerin ihre eigenen Kompetenzen in Bezug auf Digitalisierung erkennt.

## **Positive Psychologie: Die Kunst des Glücklichen**

Referentin: Eva Knoche  
Wann: Dienstag, 23. Februar, 9 - 14 Uhr  
Wo: Online-Seminar, technische Voraussetzungen: PC oder mobiles Endgerät mit Internetzugang und Kamera  
Kosten: 20 Euro, ermäßigt 10 Euro  
Ein beruflicher Wiedereinstieg bringt viele neue Herausforderungen mit sich. Nicht selten ist diese Zeit geprägt von einer emotionalen Achterbahnfahrt: Freude, Hoffnung und Begeisterung mischen sich mit Ängsten, Sorgen und Zweifeln. Die Positive Psychologie erforscht die Kraft der positiven Emotionen und Gefühle. In diesem Seminar lernen Teilnehmerinnen die Hintergründe zur Positiven Psychologie, die Bedeutung von Glück und Anregungen, wie man das eigene positive Fühlen, Denken und Handeln beeinflussen kann.

## **IT-Security: Schon gehackt worden?**

Referentin: Merle Hübner  
Wann: Mittwoch, 24. Februar und 3. März, 9 - 13 Uhr  
Wo: Online-Seminar, technische Voraussetzungen: PC oder mobiles Endgerät mit Internetzugang und Kamera  
Kosten: 20 Euro, ermäßigt 10 Euro  
Wir alle bewegen uns heute in Bewerbungssituationen mit vielen persönlichen Daten im Internet. Obwohl der Datenschutz im digitalen Raum ein komplexes Thema ist, gibt es wenig Aufklärung über IT-Sicherheit. In diesem Workshop geht es um

Dinge, die man zum Schutz für Windows und Android, beim Arbeiten mit Office, beim Surfen und bei Sofortmaßnahmen nach einem Hack-Angriff beachten muss.

### **Mit Power und Netzwerk wieder einsteigen: Berufseinstieg für Frauen mit Migrationsgeschichte**

Referentin: Mila Marinova  
Wann: Freitag, 26. Februar, 26. März, 30. April., 28. Mai., 25. Juni, 14 - 16 Uhr  
Wo: Haus der Wirtschaftsförderung, Vahrenwalder Str. 7, 30165 Hannover, die ersten Termine finden aufgrund der aktuellen Situation online statt  
Kosten: kostenlos, Anmeldung unter [mila.marinova@region-hannover.de](mailto:mila.marinova@region-hannover.de)  
Deutsch zu sprechen ist eine wichtige Voraussetzung, um den gewünschten Beruf zu erlernen und eine passende Arbeitsstelle zu finden. Wer eine Sprache sicher sprechen und verstehen möchte, braucht viel Übung und den Austausch mit verschiedenen Gesprächspartner/innen. In den monatlichen Treffen haben Teilnehmerinnen Raum zum Austausch von Erfahrungen und bekommen dabei neue berufliche Impulse. Sie haben die Gelegenheit, mit Expertinnen und Experten aus der Berufswelt zu diskutieren und über Arbeitsbereiche und Berufswege zu sprechen. In kleinen Gruppen können Sie sich bei den Gesprächspartnerinnen und Gesprächspartnern informieren, Ihr Deutsch üben und insbesondere die berufsbezogenen Sprachkenntnisse verbessern. Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf Region Hannover ist ein Projekt in der Trägerschaft der Region Hannover, gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) und aus Mitteln des Landes Niedersachsen.