

## DIE BAUSTEINE

1

### STANDORT, FÄHIGKEITEN UND INTERESSEN – PERSÖNLICH, FAMILIÄR UND BERUFLICH

- Die eigene Ausgangsposition klären und einordnen
- Persönliche Kompetenzen schärfen, eigene Potenziale entdecken und aktivieren
- Neue Ziele zulassen, Rahmenbedingungen reflektieren, Selbststeuerung entfalten

2

### MUT TUT GUT – SICH SELBST UND ANDERE STÄRKEN

- Widersprüchlichkeiten zulassen, Unterstützung einfordern und Freiräume nutzen
- Seelische Widerstandskraft entdecken und entwickeln
- Geistesgegenwart anerkennen, Gelassenheit üben und Respekt erweisen

3

### PERSÖNLICHE WERTE KLÄREN, REFLEKTIEREN UND WERTEBASIERT HANDELN

- „Lohnt sich das?“, fragt der Kopf. „Nein“, antwortet das Herz. „Es tut gut!“
- Was treibt mich, was geht gar nicht? Muss ich mich entscheiden?
- Werte und Ressourcen bündeln und im (Berufs-)Alltag integrieren

4

### VERANTWORTLICHKEITEN UND HANDLUNGS- (SPIEL-)RÄUME ERKENNEN UND NUTZEN

- Verantwortung übernehmen – Erwartungen klären
- Grenzen setzen – achten – öffnen
- Veränderungspotenziale zielführend anpacken

5

### KRITIK ZULASSEN UND ÄUSSERN, KONFLIKTE ERKENNEN, BENENNEN UND LÖSEN

- Nobody is perfect!
- Konfliktpotenziale erfassen und lösende Kommunikation trainieren
- Feedback und wertschätzende Kritik zwischen Solidarität und Rivalität

6

### WEGE ENTSTEHEN IM GEHEN

- Zeiten des Wandels und der Veränderung akzeptieren
- Flexibel, aktiv, anpassungsfähig und mit Initiative agieren
- Sich selbst treu bleiben und erfolgreich (ver-)handeln

### EVANGELISCHE ERWACHSENENBILDUNG NIEDERSACHSEN (EEB)

Geschäftsstelle Verden  
Hinter der Mauer 32 | 27283 Verden/Aller  
Telefon 04231 800 500 | [EEB.Verden@evlka.de](mailto:EEB.Verden@evlka.de)  
[www.eeb-niedersachsen.de](http://www.eeb-niedersachsen.de)

### KOORDINIERUNGSSTELLE FRAU UND WIRTSCHAFT LANDKREIS VERDEN

Ulrike Helberg-Manke  
Lindhooper Straße 67 | 27283 Verden/Aller  
Telefon 04231 15-473 | [ko-stelle@landkreis-verden.de](mailto:ko-stelle@landkreis-verden.de)  
[www.frau-und-wirtschaft.de](http://www.frau-und-wirtschaft.de)



EVANGELISCHE  
ERWACHSENENBILDUNG  
NIEDERSACHSEN



Koordinierungsstelle  
FRAU UND WIRTSCHAFT  
Landkreis Verden



EUROPÄISCHE UNION  
Europäischer Sozialfonds



Landkreis  
Verden

Die Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Landkreis Verden wird gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds, vom Land Niedersachsen und vom Landkreis Verden.

© Dörte Lange GRAFIKDESIGN

# KOMPETENT IN ZEITEN STÄNDIGER VERÄNDERUNG

beruflich | familiär | persönlich



QUALIFIZIERUNGSANGEBOT  
FÜR FRAUEN

# KOMPETENT IN ZEITEN STÄNDIGER VERÄNDERUNG

beruflich | familiär | persönlich

## Ein Qualifizierungsangebot der Evangelischen Erwachsenenbildung Niedersachsen (EEB) und der Kordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Landkreis Verden (Ko-Stelle F&W)

### DIE FORTBILDUNG

richtet sich an Frauen, die sich für berufliche Tätigkeiten oder ehrenamtliche Positionen weiter qualifizieren möchten.

Die Teilnehmerinnen werden miteinander unterwegs sein, um ihre Persönlichkeit zu reflektieren, eigene Handlungsspielräume zu erkennen und zu nutzen, Konflikte zu benennen und lösungsorientierte Kommunikation zu trainieren.

Die Fortbildung umfasst sechs Bausteine und kann nur komplett gebucht werden.

### KOSTEN

669,- € regulär  
210,- € ermäßigt\*

Teilnehmerinnen, die die ermäßigte Kursgebühr der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Landkreis Verden in Anspruch nehmen können, zahlen 210,- € insgesamt oder 35,- € pro Baustein.  
Eine Ratenzahlung ist möglich.

### DOZENTIN

Diplom-Pädagogin  
Anna-Maria Muschik  
[www.klaerhaus.de](http://www.klaerhaus.de)



### METHODEN

Die Fortbildung integriert Impulsvorträge, praxisrelevantes Hand- und Denkwerkzeug und erfahrungsorientiertes Lernen.

Kollegiale Feedbacks, Alltagstransfer und ein Handout als Anker sichern die individuelle Umsetzung.

### ZEITEN, TERMINE & VERANSTALTUNGORT

Die Bausteine finden einmal im Monat jeweils freitags in der Zeit von 14 - 19 Uhr statt.

#### Termine:

2021: 05. November | 03. Dezember

2022: 14. Januar | 04. Februar | 11. März | 22. April

#### Veranstaltungsort:

DomGemeindeZentrum Verden  
Lugenstein 8 | 27283 Verden/Aller

### ANMELDUNG UND ABRECHNUNG

#### Evangelische Erwachsenenbildung Niedersachsen (EEB)

Geschäftsstelle Verden  
Hinter der Mauer 32 | 27283 Verden/Aller  
Telefon 04231 800 500  
[EEB.Verden@evlka.de](mailto:EEB.Verden@evlka.de)

Für die Teilnahme an der Qualifizierungsreihe gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der EEB.

[www.eeb-niedersachsen.de](http://www.eeb-niedersachsen.de)

## FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG DER KOORDINIERUNGSSTELLE FRAU UND WIRTSCHAFT

Die Ko-Stelle F&W unterstützt Frauen, die ihre beruflichen und persönlichen Qualifikationen und Kompetenzen erhalten, anpassen oder erhöhen wollen.

### Wer bekommt wofür Ermäßigungen?

Frauen im erwerbsfähigen Alter, die im Landkreis Verden leben oder arbeiten, erhalten Zuschüsse und Ermäßigungen. Ausgehend vom Erwerbsstatus der Interessierten gelten unterschiedliche Förderkonditionen.

### Kursermäßigungen\*

Mit regionalen Weiterbildungsträgern initiiert und organisiert die Ko-Stelle F&W Weiterbildungsangebote, die von der Ko-Stelle F&W mitfinanziert werden und dadurch ermäßigte Kursgebühren ermöglichen.

### Persönliche Beratung

Die Inanspruchnahme einer Kursermäßigung setzt vor Beginn der Fortbildung ein persönliches Beratungsgespräch – auch zur Klärung der Zuschussberechtigung – in der Ko-Stelle F&W voraus. Bitte vereinbaren Sie rechtzeitig einen Termin.

### Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft Landkreis Verden

Ulrike Helberg-Manke  
Lindhooper Straße 67 | 27283 Verden/Aller  
Tel. 04231 15-473  
Mail: [ko-stelle@landkreis-verden.de](mailto:ko-stelle@landkreis-verden.de)

[www.frau-und-wirtschaft.de](http://www.frau-und-wirtschaft.de)

 Die Räumlichkeiten/WC sind barrierefrei zugänglich.