

Digitale Infoveranstaltungen für Frauen: Wie funktioniert das Berufsleben 4.0?

10.00-11.30 Uhr via Zoom

22.2.2023 Digitales Selbstmarketing über Social Media

Social-Media-Kanäle sind heutzutage immer bedeutsamer, wenn es um Jobsuche und Selbstmarketing geht. LinkedIn, XING, Instagram und Facebook sind aktuell wichtige Social-Media-Plattformen. Wie funktionieren diese Kanäle und wie gehe ich damit um?

Impuls: [Martina Kuhlmann](#)

Anmeldung: [bis zum 20. 2. 23 an kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

16.3.2023 „Minijob“ – Rechte, Chancen und Risiken

Sie üben eine geringfügige Beschäftigung ("Minijob") aus oder planen eine aufzunehmen? Kennen Sie Ihre Rechte? Möchten Sie wissen, welche Chancen und Risiken mit einer geringfügigen Beschäftigung verbunden sind? Wir informieren Sie über die rechtlichen Rahmenbedingungen und zeigen Ihnen Vorteile und "Fallstricke" bei der Ausübung von geringfügigen Beschäftigungen auf.

Impuls: [Susanne Wäadow](#)

Anmeldung: [bis zum 14. 3. 23 an kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

27.4.2023 Teilzeit: Umschulung, Qualifizierung, Ausbildung

Ob die Betreuung von Kindern, die Pflege von Angehörigen oder eigene gesundheitliche Einschränkungen — es gibt viele Gründe, warum ein Berufsabschluss nicht in Vollzeit erworben werden kann. Wir informieren Sie gerne über diese besondere Form der Ausbildung oder Umschulung.

Impuls: [Susanne Wäadow](#)

Anmeldung: [bis zum 25. 4. 23 an kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

24.5.2023 Raus aus dem Hamsterrad- rein in Deine innere Kraft

Routinen helfen Dir täglich dabei, Zeit und mentale Energie zu sparen. Gleichzeitig sorgen sie aber auch dafür, dass Du wie auf Autopilot völlig unbewusst handelst. Der Mensch hat 60.000–80.000 Gedanken am Tag, davon sind die meisten unbewusst und 90% davon sind die von gestern. Das ist unser Hamsterrad, das uns besonders einschränkt. Wie gehe ich aus dem Hamsterrad? Was sind meine Bedürfnisse und wie betreibe ich Selbstfürsorge?

Impuls: [Bendine Röwer](#)

Anmeldung: [bis zum 22. 5. 23 an kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

14.6.2023 Regionaler Arbeitsmarkt 4.0 – Angebot und Nachfrage?

Laut der Bundesagentur für Arbeit (BA), herrsche eine dramatische Knappheit bei Arbeits- und Fachkräften in der Region. In welchen Bereichen fehlen sie? Welche Anforderungen stellen Arbeitgeber an die Bewerber*innen? Wo und welche Unterstützung gibt es in der Region?

Impuls: [Regionale Arbeitsmarktakteur:innen](#)
(Agentur für Arbeit, Jobcenter, Bildungseinrichtungen)

Anmeldung: [bis zum 22. 5. 23 an kostelle@goettingen.de](mailto:kostelle@goettingen.de)

Alle Veranstaltungen sind kostenlos!

Veranstalterinnen:
Gleichstellungsstelle
Landkreis Göttingen
nester@landkreisgoettingen.de
www.landkreisgoettingen.de

Koordinierungsstelle
„Frauen&Wirtschaft“
Stadt und Landkreis Göttingen
kostelle@goettingen.de
www.frauen-wirtschaft.de

Gleichstellungsbüro
der Stadt Göttingen
Hiroshimaplatz 1–4
gleichstellungsbuero@goettingen.de
www.gleichstellung.goettingen.de