

# Wo können Sie sich beraten lassen?

## Agenturen für Arbeit:

✚ Aschaffenburg  
Memeler Straße 15  
63739 Aschaffenburg  
☎ 06021 3900

✚ Alzenau  
Mühlweg 18  
63755 Alzenau  
☎ 06023 97790

✚ Landkreis Miltenberg  
Kreißstraße 2  
63785 Obernburg  
☎ 0180 4555500

✚ **Arbeitsgericht Würzburg –  
Kammer Aschaffenburg**  
Weißburger Straße 20-22  
63739 Aschaffenburg  
☎ 06021 6265520

✚ **Einzelgewerkschaften**

✚ **Arbeitgeberverbände**

# Ihre Ansprechpartnerinnen

**Dr. Hiltrud Höreth**  
Gleichstellungsbeauftragte

**Stefanie Caspers**  
Mitarbeiterin

**Sabine Kullmann**  
Mitarbeiterin

**Postanschrift:**  
Stadt Aschaffenburg  
Gleichstellungsstelle  
Dalbergstraße 15  
63739 Aschaffenburg

**E-Mail:**  
[gleichstellungsstelle@aschaffenburg.de](mailto:gleichstellungsstelle@aschaffenburg.de)

**Internet:**  
[www.aschaffenburg.de/gleichstellung/](http://www.aschaffenburg.de/gleichstellung/)

**Telefon:**  
06021 3301418  
06021 3301419

Das Sekretariat ist vormittags von Montag bis Freitag telefonisch erreichbar. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

**Die Gleichstellungsstelle befindet sich im Rathaus, Dalbergstr. 15, 2. Etage, Zimmer 218.**

© Copyright vhs Aschaffenburg und Gleichstellungsstelle der Stadt Aschaffenburg, 2018



**STADT  
ASCHAFFENBURG**

# Wiedereinstieg in den Beruf Orientierungsseminar

- KOSTENLOS -



Frühjahr  
2019

**vhs**

Volkshochschule  
Aschaffenburg

# Wiedereinstieg in den Beruf

Die Gleichstellungsstelle der Stadt Aschaffenburg in Kooperation mit der Volkshochschule bietet eine **kostenlose** Veranstaltung an:

## 🚦 **Orientierungsseminar mit Fr. Dr. Hiltrud Höreth**

Mo 18.02.2019 bis Do 21.02.2019, 9:00-11:30 Uhr,  
vhs-Haus, Luitpoldstr. 2, Saal

An vier Vormittagen haben Sie Gelegenheit, Ihr eigenes Qualifikationsprofil zu erarbeiten, können Ihre Bewerbungsunterlagen optimieren, mehr zum Online-Bewerbungsverfahren erfahren und sich über Beratungsangebote informieren. Bei Bedarf organisieren wir für Sie eine Kinderbetreuung. Bitte teilen Sie uns telefonisch mindestens eine Woche vor der Veranstaltung das Alter des Kindes mit, Tel.: 06021 330 1419.

Das Seminar richtet sich an Frauen und Männer, die nach der Familienphase eine Erwerbstätigkeit anstreben oder Personen, die sich im Beruf neu orientieren wollen.

## Seminarziel

Am Ende des Seminars soll Ihr Selbstbewusstsein gestärkt sein. Die Familienphase soll nicht mehr als Handicap, sondern

🚦 **als Qualifizierungsphase betrachtet werden**  
und

🚦 **als Lebensabschnitt zum Erwerb sozialer Kompetenzen und Schlüsselqualifikationen begriffen werden.**

Weitere Schwerpunkte sind die Vermittlung von Informationen zum Stellenmarkt und Bewerbungsverfahren.

## Seminargestaltung

Am ersten Vormittag dreht sich alles um die Frage: „**Wo werden Qualifikationen erworben?**“

Stellenangebote, Gestaltung von Bewerbungsunterlagen und die Frage: „**Welche Anforderungen sollen geeignete BewerberInnen erfüllen können?**“ sind Schwerpunkte am zweiten Vormittag.

Am dritten Vormittag geht es um die **Betonung der eigenen Persönlichkeit.**

Die Beantwortung der Frage, „**Wie finde ich den für mich geeigneten Arbeitsplatz?**“ steht am letzten Vormittag auf dem Programm.

Die TeilnehmerInnen haben jederzeit Gelegenheit, ihre Fragen und Erfahrungen einzubringen.

## Seminarunterlagen

Alle Arbeitsmaterialien sind kostenlos. Sie werden zum Teil gemeinsam erarbeitet.

Am Seminarende wird Ihnen ein USB-Stick mit allen Informationen zu den Themen überreicht, die eine berufliche Neuorientierung und/oder den Wiedereinstieg in die Erwerbstätigkeit erleichtern.

**Themen sind u. a.:**

- 🚦 Qualifizierung in der Familienphase
- 🚦 Qualifikationsprofile
- 🚦 Entscheidungskriterien der ArbeitgeberInnen und Personalverantwortlichen bei der Personalrekrutierung
- 🚦 Gestaltungsvarianten von Bewerbungsunterlagen
- 🚦 Formulierungshilfen
- 🚦 Auswertung von Stellenangeboten
- 🚦 Online-Stellenbörsen
- 🚦 Beispiele für alternative Berufsfelder
- 🚦 Musterarbeitsverträge

## Einzelberatung

Es besteht die Möglichkeit, mit der Seminarleiterin Termine für eine **individuelle kostenlose** Beratung zu vereinbaren.