

# AM BALL BLEIBEN

Bildungsangebote und Fördermöglichkeiten  
für Beschäftigte mit Familienaufgaben und Berufsrückkehrerinnen

**1. Halbjahr 2022**





von links: Renate Hitz, Daniela Behrens, Anette Schlarmann, Gaby Middelbeck, Nadine Bornemann (c)Martina Böckerman

## LIEBE LESERINNEN UND LESER,

seit über 30 Jahren unterstützt die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft Berufsrückkehrerinnen und Beschäftige mit Familienaufgaben bei dem (Wieder-)Einstieg in den Beruf oder einer Verbesserung der beruflichen Situation. Zu dieser langjährigen, erfolgreichen Arbeit gratulierte uns Sozialministerin Daniela Behrens persönlich.

Wir möchten Sie auch weiterhin unterstützen, erfolgreich und existenzsichernd beruflich tätig zu sein. Dafür haben wir interessante Weiterbildungen und Kontakte in unserem Flyer zusammengefasst. Auch für Fragen und Beratung stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.

### **bleiben Sie am Ball!**

Ihr Team der  
Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft  
im Oldenburger Münsterland

## **DIE KOORDINIERUNGSSTELLE**

ab Seite 04

## **FÖRDERUNG BERUFLICHER WEITERBILDUNG**

ab Seite 06

## **TERMINÜBERSICHT**

ab Seite 10



### **EDV-KURSE**

ab Seite 14



### **BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG**

ab Seite 16



### **EXISTENZGRÜNDUNG**

ab Seite 24



### **RHETORIK & KOMMUNIKATION**

ab Seite 28



### **FAMILIE & BERUF**

ab Seite 46

## **TRENNUNGS- & SCHEIDUNGSBERATUNG**

ab Seite 56

## **RENTENBERATUNG**

ab Seite 57

## **MIGRATIONS-BERATUNGSSTELLEN**

ab Seite 58

## **RECHTSBERATUNG**

ab Seite 67

## **EXISTENZGRÜNDUNG / KONTAKTDATEN**

ab Seite 68

## **VERBUND FAMILIENFREUNDLICHER UNTERNEHMEN E.V.**

ab Seite 71

# KOORDINIERUNGSSTELLE FRAUEN & WIRTSCHAFT IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland bietet eine ganzheitliche, vertrauliche und kostenlose Beratung für Berufsrückkehrerinnen und Beschäftigte mit Familienaufgaben an.

## Unsere Beratung umfasst folgende Themen:

- Berufliche Neuorientierung
- Optimale Vorbereitung für den Wiedereinstieg
- Tipps zum Finden der passenden Stellenangebote
- Weiterbildungsmöglichkeiten auf Basis der vorhandenen Kenntnisse oder zum Erreichen des beruflichen Entwicklungswunsches
- Stärkenanalyse und Ausbau der Kompetenzen
- Hinweise und Tipps zur Optimierung der Bewerbungsunterlagen
- Finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten
- Arbeitsvermittlung der Koordinierungsstelle
- Kinderbetreuungsmöglichkeiten
- Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf



Die Beratung kann sowohl persönlich, telefonisch oder auch online stattfinden. Für die persönlichen Gespräche wird ein Termin an den beiden Standorten im Kreishaus Cloppenburg und im Kreishaus Vechta vereinbart.

**Nutzen Sie Ihre Chance!**

**Wir beraten Sie gern!**



### **Renate Hitz**

**Geschäftsstellenleitung**

04471 15383 (Cloppenburg)

04441 8982620 (Vechta)

hitz@koordinierungsstelleom.de



### **Gaby Middelbeck**

**Pädagogische Mitarbeiterin**

04441 8982621

middelbeck@koordinierungsstelleom.de

**Hinweis:** Der besseren Lesbarkeit halber wird ausschließlich die männliche Form benutzt. Es können dabei aber Personen jeden Geschlechts gemeint sein.

# FÖRDERUNG BERUFLICHER WEITERBILDUNG DURCH DIE KOORDINIERUNGSSTELLE

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland kann förderberechtigten Personen einen **Zuschuss zur Kursgebühr** für eine beruflich orientierte Weiterbildung gewähren.

## Wer ist zuschussberechtigt?

- Frauen und Männer in Elternzeit
- Berufsrückkehrerinnen
- erwerbslose Frauen ohne Leistungsbezug von ALG I oder ALG II

## Drei Schritte zur Förderung:

1. Wählen Sie ein geeignetes Qualifizierungsangebot bei einem regionalen Bildungsträger aus.
2. Die Förderung muss **vor Beginn** der Maßnahme telefonisch bei der Koordinierungsstelle beantragt werden.
3. Nach Abschluss des Kurses muss der bewilligte Antrag mit der Teilnahmebescheinigung und dem Nachweis der Bezahlung **im Original** bei der Koordinierungsstelle eingereicht werden.

Der Eigenanteil an den Fortbildungskosten beträgt mindestens 50%.  
Eine zuschussberechtigte Person kann maximal 400 € pro Jahr geltend machen.

Das Budget und die Laufzeit der Projektförderung der Koordinierungsstelle sind begrenzt, deshalb besteht auf diese Förderung kein Rechtsanspruch.

Der letzte Abrechnungstermin ist der **15. Dezember** eines jeden Jahres.

**Wir helfen Ihnen bei Antragstellung und Informationen.**



### **Anette Schlarmann**

**Projektassistentin**

04441 8982622

[schlarmann@koordinierungsstelleom.de](mailto:schlarmann@koordinierungsstelleom.de)



### **Nadine Bornemann**

**Projektassistentin**

04471 15305

[bornemann@koordinierungsstelleom.de](mailto:bornemann@koordinierungsstelleom.de)

**Sprechzeiten:**

Montag bis Freitag von 08:30 - 12:30 Uhr

# FÖRDERUNG BERUFLICHER WEITERBILDUNG

## Eine Auswahl an weiteren Finanzierungs- und Beratungshilfen:

Lebenslanges Lernen bedeutet, das eigene Wissen kontinuierlich auszubauen und an den Arbeitsmarkt anzupassen. Weiterbildungswillige finden auf folgenden Internetseiten Tipps und Förderungen für ihre jeweils individuelle Situation.

### **Bildungsberatung**

Kostenfreie Informationen und persönliche Beratung rund um die Bildung und Weiterbildung

[www.bildungsberatung-cloppenburg.de](http://www.bildungsberatung-cloppenburg.de)

### **Bildungsregion des Landkreises Vechta**

Informationen, Materialsammlungen und Unterstützungsangebote zum Thema Bildung in der Region

[www.bildungsregionvechta.de](http://www.bildungsregionvechta.de)

### **Bildungsprämie**

Bis zu 500 € Förderung für Erwerbstätige

Regionale Beratungsstellen sind:

- Volkshochschule Cloppenburg e.V., 04471 94690
- Kreisvolkshochschule Vechta e.V. am Standort Lohne, 04442 937080
- Bildungswerk Cloppenburg, 04471 91080
- Bildungswerk Friesoythe, 04491 933010

[www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info)



### **Weiterbildungsprämie**

Sie haben Ihre Industrie- oder Fachmeisterprüfung ab dem 01.07.2020 erfolgreich hinter sich gebracht? Dann lassen Sie sich dafür mit 1.000 € belohnen!

**[www.nbank.de](http://www.nbank.de)**

### **Bildungsgutschein**

Förderung von beruflichen Weiterbildungen für Arbeitssuchende und Arbeitslose durch die Agentur für Arbeit

**[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)**

### **Qualifizierungschancengesetz**

Weiterbildung von Beschäftigten in Unternehmen

**[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)**

### **Bafög**

Förderung einer schulischen Ausbildung oder Studium

**[www.bafög.de](http://www.bafög.de)**

### **Aufstiegs-Bafög**

Förderung einer Aufstiegsfortbildung im erlernten Beruf

**[www.aufstiegs-bafoeg.de](http://www.aufstiegs-bafoeg.de)**

### **Bildungskredit**

Günstige Kredite für Studium, Fort- und Weiterbildung

**[www.bildungskredit.de](http://www.bildungskredit.de)**

# TERMINÜBERSICHT

Datum	Ort	Veranstaltung	Seite
<b>JANUAR</b>			
10.01.	Cloppenburg	Xpert Word - Textverarbeitung	15
20.01.	Löningen	Die Reise zu mir selbst	51
21.01.	Online-Seminar	„Da geht noch was!“	20
22.01.	Damme	Telefontraining	34
27.01.	Löningen	Computer Schritt für Schritt	14
27.01.	Löningen	Videochat leicht gemacht	14
29.01.	Damme	Das 1x1 der Schlagfertigkeit	35
31.01.	Stapelfeld	Jetzt rede ich!	42
<b>FEBRUAR</b>			
01.02.	Online-Seminar	Studieren ohne Abitur	22
01.02.	Cloppenburg	Die Zusammenarbeit von Office-Produkten	14
01.02.	Cloppenburg	Computer Schritt für Schritt	15
01.02.	Löningen	Stark im Leben - mit Resilienz das Leben meistern	52
02.02.	Löningen	Smartphone	14
03.02.	Online-Seminar	Wie steige ich nach einer Familien- und Pflegezeit wieder richtig in den Beruf ein?	16
04.02.	Damme	Retreat für ein Wochenende - Einfach. Sein	46
04.02.	Stapelfeld	Zukunft mit Leidenschaft gestalten	23
04.02.	Vechta	Souveräne Körpersprache in unangenehmen Situationen	41
07.02.	Cloppenburg	Schnupperkurs EDV	14
07.02.	Cloppenburg	Excel Spezial - Funktionen	15
08.02.	Cloppenburg	Smartphone & Tablet	15
09.02.	Lohne	Excel 2016 Einstieg leichtgemacht	15

# TERMINÜBERSICHT

Datum	Ort	Veranstaltung	Seite
11.02.	Cloppenburg	Wenn die Stimme stimmt - Atem-, Stimm- und Sprechtraining	32
19.02.	Cloppenburg	WordPress Grundlagen	24
21.02.	Lohne	Excel 2016 Formen, Tabellen und Funktionen	15
23.02.	Cloppenburg	Konflikte klären statt ihnen auszuweichen	28

## MÄRZ

04.03.	Online-Seminar	„Da geht noch was!“	20
07.03.	Cloppenburg	Word Spezial - Serienbriefe erstellen	15
08.03.	Online-Seminar	Einführungsveranstaltung zum Gasthörstudium	21
08.03.	Cloppenburg	Excel für Anfänger	14
08.03.	Cloppenburg	Excel Grundkurs	15
15.03.	Damme	Einführung in das Textverarbeitungsprogramm Word	14
19.03.	Damme	Selbstsicheres Auftreten	36
19.03.	Vechta	Excel Kompaktkurs	15
21.03.	Online-Seminar	PC-Fitness Beruf	17
21.03.	Cloppenburg	Word & Excel	15
21.03.	Cloppenburg	Xpert Powerpoint Präsentation	15
21.03.	Stapelfeld	Schlagfertigkeit für Frauen	43
23.03.	Online-Seminar	Im digitalen Vorstellungsgespräch punkten	18
23.03.	Cloppenburg	Gewaltfreie Kommunikation - Ein wertschätzender, zwischenmenschlicher Umgang in Beruf und Alltag	29
24.03.	Online-Seminar	Studieren ohne Abitur	22
30.03.	Friesoythe	Frauen.Finanzen.Freiheit - Über das FFF - Auftaktveranstaltung	49
31.03.	Friesoythe	Frauen.Finanzen.Freiheit - Workshop „Finanzen einfach angehen“	50

# TERMINÜBERSICHT

Datum	Ort	Veranstaltung	Seite
<b>APRIL</b>			
01.04.	Damme	Das Geheimnis innerer Stärke - Kraftquelle Resilienz	47
04.04.	Cloppenburg	10-Finger-Schreiben am PC	15
04.04.	Friesoythe	Tast schreiben am Computer	14
11.04.	Löningen	Tastenschreiben am Computer	14
21.04.	Friesoythe	Buchführung für Anfänger	26
25.04.	Cloppenburg	Word für Anfänger	14
26.04.	Cloppenburg	Buchhaltung für Nicht-Kaufleute und Existenzgründer	25
26.04.	Damme	Einführung in das Tabellenkalkulationsprogramm Excel	14
26.04.	Vechta	Excel Grundkurs	15
<b>MAI</b>			
03.05.	Cloppenburg	Computer Schritt für Schritt	15
05.05.	Vechta	Einstieg in Word	15
06.05.	Cloppenburg	Small Talk	33
07.05.	Cloppenburg	10-Finger-Schreiben am PC	15
07.05.	Damme	Komm mal zu dir selbst - Stärkung der inneren Zuversicht	48
09.05.	Cloppenburg	Excel Spezial - Funktionen	15
10.05.	Online-Seminar	Studieren ohne Abitur	22
10.05.	Stapelfeld	Zwischen Streitsucht und Friedhöflichkeit	44
14.05.	Friesoythe	Selbstsicheres Auftreten	39
16.05.	Stapelfeld	Humorstrategien für Frauen	45
18.05.	Cloppenburg	Selbstbewusst, effizient und wertschätzend kommunizieren	30

# TERMINÜBERSICHT

Datum	Ort	Veranstaltung	Seite
<b>JUNI</b>			
01.06.	Cloppenburg	EDV Grundlagen	14
01.06.	Friesoythe	Android-Smartphone und Tablets und ihre Vielfältigkeit	14
04.06.	Vechta	Excel Kompaktkurs	15
08.06.	Cloppenburg	Frei und selbstsicher sprechen - gekonnt auftreten	31
08.06.	Friesoythe	Excel für Anfänger	14
11.06.	Vechta	Excel Aufbaukurs	15
13.06.	Friesoythe	Das Rundumsorglospaket Rhetorik: Selbstsicheres Auftreten - Schlagfertigkeitstraining - Zeitinsens schaffen	40
20.06.	Friesoythe	Fit im Büroalltag - Rundum produktiv mit Microsoft 365	14
27.06.	Damme	Plötzlich öffnet sich eine Tür: Wertschätzend sein mit sich und anderen in der GFK-Haltung	37
<b>Auf Anfrage</b>	Friesoythe	KEB-Zertifikatskurs - Office-Manager*in mit Office 2019	14



**Zuschuss zur Kursgebühr:**  
50% der Fortbildungskosten werden erstattet, max. 400 € im Jahr

**Weitere Informationen:**

04441 898 2622

04471 15305

Kurs	Beginn	Bildungswerk	Kontakt
Die Zusammenarbeit von Office-Produkten	01.02.	Bildungswerk Cloppenburg	Tel.: 04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
Schnupperkurs EDV	07.02.	Bildungswerk Cloppenburg	Tel.: 04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
Excel für Anfänger	08.03.	Bildungswerk Cloppenburg	Tel.: 04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
Word für Anfänger	25.04.	Bildungswerk Cloppenburg	Tel.: 04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
EDV Grundlagen	01.06.	Bildungswerk Cloppenburg	Tel.: 04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
Einführung in das Textverarbeitungsprogramm Word	15.03.	Bildungswerk Dammer Berge	Tel.: 05491 906390 www.bw-dammer-berge.de
Einführung in das Tabellenkalkulationsprogramm Excel	26.04.	Bildungswerk Dammer Berge	Tel.: 05491 906390 www.bw-dammer-berge.de
Tastschreiben am Computer	04.04.	Bildungswerk Friesoythe	Tel.: 04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Android-Smartphones und Tablets und ihre Vielfältigkeit	01.06.	Bildungswerk Friesoythe	Tel.: 04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Excel für Anfänger	08.06.	Bildungswerk Friesoythe	Tel.: 04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Fit im Büroalltag - Rundum produktiv mit Microsoft 365	20.06.	Bildungswerk Friesoythe	Tel.: 04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
KEB-Zertifikatskurs - Office-Manager*in mit Office 2019	auf Anfrage	Bildungswerk Friesoythe	Tel.: 04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Computer Schritt für Schritt	27.01.	Bildungswerk Lönigen	Tel.: 05432 92277 www.bildungswerk-loeningen.de
Videochat leicht gemacht	27.01.	Bildungswerk Lönigen	Tel.: 05432 92277 www.bildungswerk-loeningen.de
Smartphone	02.02.	Bildungswerk Lönigen	Tel.: 05432 92277 www.bildungswerk-loeningen.de
Tastenschreiben am PC	11.04.	Bildungswerk Lönigen	Tel.: 05432 92277 www.bildungswerk-loeningen.de

Kurs	Beginn	Bildungswerk	Kontakt
Excel Kompaktkurs	19.03. 04.06.	Kreisvolkshochschule Vechta	Tel.: 04441- 937780 www.kvhs-vechta.de
Excel Grundkurs	26.04.	Kreisvolkshochschule Vechta	Tel.: 04441- 937780 www.kvhs-vechta.de
Einstieg in Word	05.05.	Kreisvolkshochschule Vechta	Tel.: 04441- 937780 www.kvhs-vechta.de
Excel Aufbaukurs	11.06.	Kreisvolkshochschule Vechta	Tel.: 04441- 937780 www.kvhs-vechta.de
Excel 2016 Einstieg leicht gemacht	09.02.	Ludgerus-Werk Lohne	Tel.: 04442 93900 www.ludgerus-werk.de
Excel 2016 Formeln, Tabellen und Funktionen	21.02.	Ludgerus-Werk Lohne	Tel.: 04442 93900 www.ludgerus-werk.de
Xpert Word	10.01.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Computer Schritt für Schritt	01.02. 03.05.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Excel Spezial - Funktionen	07.02. 09.05.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Smartphone & Tablet	08.02.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Word Spezial - Serienbriefe erstellen	07.03.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Excel Grundkurs	08.03.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Word & Excel	21.03.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Xpert Powerpoint Präsentation	21.03.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
10-Finger-Schreiben am PC	04.04. 07.05.	Volkshochschule Cloppenburg	Tel.: 04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de



## WIE STEIGE ICH NACH EINER FAMILIEN- UND PFLEGEZEIT WIEDER RICHTIG IN DEN BERUF EIN?

**Do, 03.02.2022,**  
09:00 - 10:30 Uhr **oder** 16:30 - 18:00 Uhr

Skype-Informationsveranstaltungen für „Berufsrückkehrerinnen und Berufsrückkehrer“

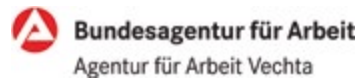
Wer ist angesprochen?

Alle, die aufgrund von Kindererziehungszeiten, Pflegezeiten von Angehörigen oder aus anderen Gründen eine berufliche Auszeit genommen haben und den Neustart in das Arbeitsleben planen.

Was wird angesprochen?

- Arbeitsmarkt
- berufliche Perspektiven
- Weiterbildungsangebote
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Förder- und Unterstützungsleistungen

**Ort** Online-Seminar (Skype)



**Referent (gn)** Stefanie Rolfes-Gröninger

**Kosten** keine

**Anmeldung** bis zum 01.02.2022 unter [Vechta.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Vechta.BCA@arbeitsagentur.de)

Bei der Anmeldung sind die Uhrzeit der Teilnahme sowie die E-Mail-Adresse anzugeben. Die Interessierten erhalten im Nachgang die Einladung mit den Zugangsinformationen.





## PC-FITNESS BERUF

**Mo, 21.03.2022,**  
4x, jeweils von 08:30 - 11:30 Uhr

### Wie erhöhe ich meine Chancen auf dem Arbeitsmarkt?

Dieses Online-Seminar bietet Hilfe zur Bearbeitung der wichtigsten Unterlagen für die Bewerbung. Da die meisten Stellen im Internet angeboten werden, kümmern wir uns auch um Online-Bewerbungen. Wo finde ich Stellenangebote? Was muss ich berücksichtigen? Welche Unterlagen kann ich vorbereiten?

- Sicherer Umgang mit Windows
- Briefvorlagen in Word
- Anschreiben und Lebenslauf für die Bewerbung
- Online-Bewerbung
- Tipps für das Internet

**Ort** Online-Seminar (Zoom)

**Referent (gn)** Merle Hübner



**Kosten** Die Kosten werden bei verbindlicher Anmeldung von der Koordinierungsstelle übernommen.

**Anmeldung** 04441 8982622

**Info** [www.koordinierungsstelleom.de](http://www.koordinierungsstelleom.de)

Benötigt wird ein Laptop/PC mit Mikrofon und Kamera. Sollten Sie im Vorfeld inhaltliche Fragen haben oder zu den technischen Voraussetzungen Unterstützung wünschen, melden Sie sich unter [schlarmann@koordinierungsstelleom.de](mailto:schlarmann@koordinierungsstelleom.de).



## IM DIGITALEN VORSTELLUNGS- GESPRÄCH PUNKTEN

**Do, 23.03.2022, 08:30 - 11:30 Uhr**

Ein Online-Vorstellungsgespräch bietet Ihnen die Chance, mit überschaubarem Aufwand und in vertrauter Umgebung Ihrem Traumjob, auch in Corona-Zeiten, ein Stück näher zu kommen – ob Sie schließlich die Einladung zu einem persönlichen Vorstellungsgespräch erhalten, hängt davon ab, wie Sie sich im Video-Interview präsentieren und ob Sie die technischen Hürden meistern.

Um dafür künftig bestens vorbereitet zu sein, bieten wir Ihnen mit diesem interaktiven Vortrag viele spannende Einblicke und die Sicherheit, richtig vorbereitet zu sein.

- Was ist ein Videointerview?
- Welche Vorteile bietet ein Online-Vorstellungsgespräch?
- Wie läuft ein Online-Bewerbungsgespräch ab?
- Wie sieht die Vorbereitung auf ein Video-Interview aus?
- Welche Software wird für das Video-Interview verwendet?
- DOS und DONT'S während des Gesprächs
- Was passiert danach?
- Tipps, damit es gelingt

**Ort** Online-Seminar



**Referent (gn)** Martina Kuhlmann

**Kosten** Die Kosten werden bei verbindlicher Anmeldung von der Koordinierungsstelle übernommen.

**Anmeldung** 04441 8982622

**Info** [www.koordinierungsstelleom.de](http://www.koordinierungsstelleom.de)

Benötigt wird ein Laptop/PC mit Mikrofon und Kamera. Sollten Sie im Vorfeld inhaltliche Fragen haben oder zu den technischen Voraussetzungen Unterstützung wünschen, melden Sie sich unter [schlarmann@koordinierungsstelleom.de](mailto:schlarmann@koordinierungsstelleom.de).



## OFFENE HOCHSCHULE - ANGEBOTE DER UNIVERSITÄT VECHTA

**Vechta: Winter 2022**

Die Universität Vechta versteht sich als Offene Hochschule. Als solche möchte sie ein Lern- und Bildungsort für Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen und Lebensphasen sein. Wir begreifen es als Bereicherung, wenn Studierende ihre vielfältigen beruflichen wie persönlichen Erfahrungen in das Studium und in den Universitätsalltag einbringen. Auf Grundlage des Niedersächsischen Hochschulgesetzes ist ein Hochschulzugang mit vielen beruflichen Qualifikationen möglich. Die Öffnung der Hochschulen für ein Studium ohne Abitur bietet viele Chancen, wirft bei Studieninteressierten auch Fragen auf:

- Wie vereinbare ich ein Studium mit Familie und Berufstätigkeit?
- Kann ich den Anforderungen eines Studiums gerecht werden?
- Wie läuft ein Studium ab und wie kann ich es finanzieren?

Um Interessierte in ihrem Entscheidungsprozess zu unterstützen, bietet die Universität spezielle Beratungs- und Orientierungsangebote an.

**Individuelle Beratung:** Die Koordinierungsstelle „Offene Hochschule“ informiert zum Hochschulzugang ohne Abitur, berät und begleitet Interessierte bei der Entwicklung neuer beruflicher Perspektiven, organisiert Informationsveranstaltungen und Workshops, die Studienorientierung und -vorbereitung sowie den Studieneinstieg unterstützen.

Für eine individuelle Beratung steht Ihnen Maria Goldberg gerne zur Verfügung.

**Beratungstermine:** maria.goldberg@uni-vechta.de oder 04441 15166

Die Informationsveranstaltungen und Workshops für das erste Halbjahr 2022 wurden bei Drucklegung dieser Broschüre ausschließlich als Online-Veranstaltungen geplant. Wir werden weitere Angebote, angepasst an die jeweils aktuelle Corona-Situation und den damit verbundenen Regelungen, entweder im Online-Format oder auch als Präsenztermine vorbereiten. Aktuellen Termine und Veranstaltungsformen finden Sie hier:

**Info**

[www.uni-vechta.de/offene-hochschule](http://www.uni-vechta.de/offene-hochschule)



# „DA GEHT NOCH WAS“- INFORMATIONSD- UND ORIENTIERUNGS- WORKSHOP

**Fr, 21.01.2022**, 15:00 - 18:00 Uhr (inkl. Pause), **oder**  
**Fr, 04.03.2022**, 18:00 - 21:00 Uhr (inkl. Pause)

### Für Studieninteressierte mit Berufserfahrung und/oder Familienverantwortung

Wer sich nach mehrjähriger Berufstätigkeit oder nach einer Familienphase beruflich neu orientieren möchte und über ein Studium nachdenkt, hat viele Fragen und muss Entscheidungen fällen. Im kostenfreien dreistündigen Online-Seminar „Da geht noch was!“ können sich Interessierte über Voraussetzungen (insbesondere Studium ohne Abitur, Studium mit Berufserfahrung), Studienaufbau, Anforderungen, Finanzierungsmöglichkeiten und Rahmenbedingungen informieren. Es besteht die Möglichkeit, den eigenen beruflichen Weg zu reflektieren und neue Perspektiven zu entwickeln.

Die Teilnehmer lernen sich kennen und können erste Kontakte mit Personen knüpfen, die sich in einer ähnlichen Entscheidungsphase befinden. Der Austausch mit einer Studentin, die sich neben Beruf und Familie für ein Studium entschieden hat, bietet realistische Einblicke in den Studienalltag.

**Ort** Online-Seminar

**Kosten** keine



**Anmeldung & Info** [www.uni-vechta.de/offene-hochschule](http://www.uni-vechta.de/offene-hochschule)

Benötigt wird ein Laptop/PC mit Mikrofon und Kamera (sind i.d.R. in den Geräten integriert). Eine Teilnahme mit dem Smartphone ist auch möglich. Mikrofon und Kamera müssen ggfs. auf Ihrem Laptop/PC einmalig aktiviert werden: Unter „Systemsteuerung“ und „Sound“ auf dem Laptop/PC muss ein Browser in aktueller Version installiert sein (Softwareprogramm, um Internetseiten zu öffnen).

Für Fragen oder technische Unterstützung steht Ihnen Maria Goldberg gerne zur Verfügung: [maria.goldberg@uni-vechta.de](mailto:maria.goldberg@uni-vechta.de) oder 04441 15166



## EINFÜHRUNGSVERANSTALTUNG ZUM GASTHÖRSTUDIUM/ SOMMERSEMSTER

**Do, 08.03.2022, 18:30 - 20:00 Uhr**

Ab dem 04. April 2022 beginnt an der Universität Vechta die Vorlesungszeit des Sommersemesters 2022 und mittendrin SIE:

Als Gasthörer besuchen Sie ausgewählte reguläre Lehrveranstaltungen (Vorlesungen und/oder Seminare), die Ihren beruflichen oder persönlichen Interessen entsprechen. Befinden Sie sich gerade in einer Phase der beruflichen Neuorientierung und spielen mit dem Gedanken, ein Studium aufzunehmen? Dann bietet das Gasthörstudium gute Möglichkeiten, Einblicke in den Studienalltag zu bekommen. Sie können fundiert ausloten, ob ein reguläres Studium für Sie in Frage kommt. Gasthörende können auch Prüfungsleistungen ablegen, die auf ein späteres Studium angerechnet werden können. So wird ein erfolgreicher Übergang in die Hochschule ermöglicht.

In der digitalen Einführungsveranstaltung werden wichtige Details zum Gasthörstudium vorgestellt (Auswahl der Vorlesungen, Anmeldung, Fristen, Kosten...). Selbstverständlich ist Raum für Ihre Fragen vorgesehen.

**Ort** Online-Seminar

**Kosten** keine

**Anmeldung & Info** [www.uni-vechta.de/gasthoerstudium](http://www.uni-vechta.de/gasthoerstudium)



Benötigt wird ein Laptop/PC mit Mikrofon und Kamera (sind i.d.R. in den Geräten integriert). Eine Teilnahme mit dem Smartphone ist auch möglich. Mikrofon und Kamera müssen ggfs. auf Ihrem Laptop/PC einmalig aktiviert werden: Unter „Systemsteuerung“ und „Sound“ auf dem Laptop/PC muss ein Browser in aktueller Version installiert sein (Softwareprogramm, um Internetseiten zu öffnen).

Für Fragen oder technische Unterstützung steht Ihnen Maria Goldberg gerne zur Verfügung: [maria.goldberg@uni-vechta.de](mailto:maria.goldberg@uni-vechta.de) oder 04441 15166



# STUDIERN OHNE ABITUR? INFORMATIONSVORANSTALTUNG

**Di, 01.02.2022**, 18:30 - 19:30 Uhr, **oder**  
**Do, 24.03.2022**, 18:30 - 19:30 Uhr, **oder**  
**Di, 10.05.2022**, 18:30 - 19:30 Uhr

### Für Studieninteressierte mit Berufserfahrung

In Niedersachsen besteht die Möglichkeit, auch ohne ein Abitur ein Studium aufzunehmen. Insbesondere für Berufstätige mit abgeschlossener Ausbildung und Berufserfahrung eröffnen sich dadurch neue berufliche Perspektiven. Im Rahmen der Veranstaltung informieren wir:

- über die vielfältigen Varianten des „Studiums ohne Abitur“ und deren gesetzliche Grundlagen
- über das Studienangebot der Universität Vechta und die Beratungsangebote zur Studienvorbereitung
- über Möglichkeiten zur Vereinbarkeit von Studium - Beruf - Familie
- über Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten

Zeit für Ihre Fragen ist selbstverständlich vorgesehen.

**Ort** Online-Seminar

**Kosten** keine



**Anmeldung & Info** [www.uni-vechta.de/offene-hochschule](http://www.uni-vechta.de/offene-hochschule)

Benötigt wird ein Laptop/PC mit Mikrofon und Kamera (sind i.d.R. in den Geräten integriert). Eine Teilnahme mit dem Smartphone ist auch möglich. Mikrofon und Kamera müssen ggfs. auf Ihrem Laptop/PC einmalig aktiviert werden: Unter „Systemsteuerung“ und „Sound“ auf dem Laptop/PC muss ein Browser in aktueller Version installiert sein (Softwareprogramm, um Internetseiten zu öffnen).

Für Fragen oder technische Unterstützung steht Ihnen Maria Goldberg gerne zur Verfügung: [maria.goldberg@uni-vechta.de](mailto:maria.goldberg@uni-vechta.de) oder 04441 15166.



## ZUKUNFT MIT LEIDENSCHAFT GESTALTEN

**Fr, 04.02.2022, 13:00 Uhr - So, 06.02.2022, 13:30 Uhr**

Es gibt immer wieder Momente im Leben, an denen wir vor der Wahl stehen: Weitermachen wie bisher oder eine neue Richtung einschlagen. So kann das Ende des Studiums, der Auszug der Kinder oder der Einstieg in den Ruhestand ein solcher Moment im Leben sein.

In diesem Seminar geht es darum, solche Wendepunkte erfolgreich zu gestalten und Perspektiven für die Zukunft zu entwickeln. Wir fragen uns:

- Was ist mir wirklich wichtig im Leben?
- Was macht ganz besonders mich aus?
- Was darf so bleiben wie es ist und welche Akzente und Ziele will ich neu im Leben setzen?

Dabei suchen wir Antworten nicht nur über den Verstand, sondern auch mit dem Herzen und über unsere innere Weisheit.

**Ort** **Katholische Akademie Stapelfeld**  
Stapelfelder Kirchstr. 13, Cloppenburg



**Referent (gn)** Dr. Cornelia Schmedes

**Kosten** 150 € (mit Förderung 75 €) Dieses Seminar wird gefördert durch die Glücksspirale.

**Anmeldung** 04471 1881128

**Info** [www.ka-stapelfeld.de](http://www.ka-stapelfeld.de)



## WORDPRESS GRUNDLAGEN TAGESSEMINAR FÜR EINSTEIGER

**Sa, 19.02.2022, 10:00 - 17:00 Uhr**

Erstellen Sie Ihre Firmen-Website selbst, pflegen Sie im Handumdrehen Ihre aktuellen News und Events, erstellen Sie Beiträge sowie dynamische Bildergalerien. Sie müssen keine Programmiersprachen lernen oder teure Web-Agenturen damit beauftragen.

Nach Absolvierung des WordPress-Kurses werden Sie in der Lage sein, Ihre eigene Webpräsenz für alle gängigen Webbrowser und die unterschiedlichen Endgeräte zu erstellen, die Pflege von Inhalten zukünftig selbst zu übernehmen und Ihre Websites für die Suchdienste passend zu optimieren.

Empfehlende Voraussetzungen:

- sicheres Arbeiten unter Windows oder Mac OSX
- allgemeine Internet-Kenntnisse
- Grundkenntnisse Internet-Browser

**Ort** Volkshochschule Cloppenburg e.V.  
Altes Stadttor 16, Cloppenburg



**Referent (gn)** Warren Laine-Naida

**Kosten** 60 € (mit Förderung 30 €)

**Anmeldung** 04471 94690

**Info** [www.vhs-cloppenburg.de](http://www.vhs-cloppenburg.de)





# BUCHHALTUNG FÜR NICHT-KAUFLEUTE UND EXISTENZGRÜNDER

**Di, 26.04.2022,**  
6x, jeweils von 19:00 - 20:30 Uhr

Seminarinhalte:

- Notwendigkeit und Aufgaben der Buchführung
- Grundsätze ordnungsgemäßer Buchführung
- Buchhaltung in der Gründungsphase
- Grundlagen der Umsatzsteuer
- Buchführungstechniken

**Ort** **Bildungswerk Cloppenburg e.V.**  
Graf-Stauffenberg-Str. 1-5, Cloppenburg



**Referent (gn)** Jan Liesert

**Kosten** 120 € (mit Förderung 60 €)

**Anmeldung** 04471 91080

**Info** [www.bildungswerk-clp.de](http://www.bildungswerk-clp.de)



## BUCHFÜHRUNG FÜR ANFÄNGER

**Do, 21.04.2022,**

10x, jeweils von 19:15 - 21:30 Uhr

Buchführungskenntnisse werden in vielen Unternehmen und Berufen vorausgesetzt. Der Kurs richtet sich an Interessierte, die den Einstieg in das Rechnungswesen planen, eine Karriere im Rechnungswesen anstreben oder für ihre berufliche Praxis Grundlagen der kaufmännischen Buchführung und Organisation der Buchführung erwerben bzw. auffrischen wollen. Im Einsteigerkurs wird mit dem Industriekontenrahmen gearbeitet.

Seminarinhalte:

- Rechnungswesen; gesetzliche Grundlagen (GoB)
- Kontenrahmen - Kontenplan
- Inventur - Inventar - Bilanz
- Bestands- und Erfolgskonten, Buchungssätze
- Umsatzsteuer - gesetzliche Bestimmungen, Warenkonten
- Abschreibungen - planmäßige und außerplanmäßige Abschreibungen sowie GWG

**Ort** Bildungswerk Friesoythe e.V.

Lange Str. 1a, Friesoythe



**Referent (gn)** Silke Shade

**Kosten** 180 € (mit Förderung 90 €)

**Anmeldung** 04491 93300

**Info** [www.bildungswerk-friesoythe.de](http://www.bildungswerk-friesoythe.de)





## KONFLIKTE KLÄREN STATT IHNEN AUSZUWEICHEN

Mi, 23.02.2022, 19:00 - 21:15 Uhr

Meistens warten Menschen sehr lange bis sie einen schwelenden Konflikt ansprechen. Lieber verhalten sie sich mit zunehmender Verärgerung unkooperativ, indem sie abschätzige Bemerkungen machen.

Zu einem offenen Konflikt kommt es dann, wenn sich so viel Frustration angestaut hat, dass dem anderen der Kragen platzt. Doch ohne klärende Auseinandersetzung lässt sich keine dauerhafte Veränderung herbeiführen.

Ziel der Veranstaltung ist es, eine Basis für eine konstruktive Streitkultur aufzuzeigen und Lösungswege zu finden.

**Ort** Bildungswerk Cloppenburg e.V.  
Graf-Stauffenberg-Str. 1-5, Cloppenburg



**Referent (gn)** Helga Kröning

**Kosten** 8 € (mit Förderung 4 €)

**Anmeldung** 04471 7423

**Info** [www.bildungswerk-clp.de](http://www.bildungswerk-clp.de)



## **GEWALTFREIE KOMMUNIKATION EIN WERTSCHÄTZENDER, ZWISCHENMENSCH- LICHER UMGANG IN BERUF UND ALLTAG**

**Mi, 23.03.2022,**  
2x, jeweils von 19:00 - 21:15 Uhr

Eine aggressive Sprache löst eine abwehrende Haltung aus. „Gewaltfreie Kommunikation“ ist eine bewährte Kommunikations- und Konfliktlösungsstrategie, die vom US-amerikanischen Psychologen Marshall B. Rosenberg entwickelt wurde und einen wertschätzenden zwischenmenschlichen Umgang zum Ziel hat.

„Gewaltfrei“ bedeutet dabei, dass es im verbalen Austausch zu keiner Form von Verletzung oder Abwertung des Gegenübers kommen soll, wodurch sich die Kooperationsbereitschaft der Gesprächspartner erhöht und somit die Chancen, effektive und nachhaltige Problemlösungen zu entwickeln.

Sie wird auch als Sprache des Lebens bezeichnet und ist eine bessere Kommunikation, die das zwischenmenschliche Miteinander verbessert.

**Ort** **Bildungswerk Cloppenburg e.V.**  
Graf-Stauffenberg-Str. 1-5, Cloppenburg



**Referent (gn)** Helga Kröning

**Kosten** 16 € (mit Förderung 8 €)

**Anmeldung** 04471 7423

**Info** [www.bildungswerk-clp.de](http://www.bildungswerk-clp.de)



## SELBSTBEWUSST, EFFIZIENT UND WERTSCHÄTZEND KOMMUNIZIEREN

**Mi, 18.05.2022, 19:00 - 21:15 Uhr**

Gelingende Kommunikation ist ein wichtiger Schlüssel für Zufriedenheit und Erfolg. Wir wollen unser Anliegen klar äußern und dem anderen gleichzeitig wertschätzend gegenüberreten.

Die Fähigkeit, in herausfordernden Situationen gelassen und kompetent zu bleiben, wird gestärkt. Im turbulenten Alltag bleiben wir auch dann mit dem anderen verbunden, wenn jemand etwas sagt oder tut, wo wir normalerweise irritiert oder verletzt reagieren würden.

**Ort** **Bildungswerk Cloppenburg e.V.**  
Graf-Stauffenberg-Str. 1-5, Cloppenburg



**Referent (gn)** Helga Kröning

**Kosten** 8 € (mit Förderung 4 €)

**Anmeldung** 04471 7423

**Info** [www.bildungswerk-clp.de](http://www.bildungswerk-clp.de)

Nutzen Sie unsere  
**kostenlose Beratung!**

**Weitere Informationen:**

04441 898 2622

04471 15305



## FREI UND SELBSTSICHER SPRECHEN - GEKONNT AUFTRETEN

**Mi, 08.06.2022,**  
2x, 19:00 - 21:15 Uhr

Egal, ob in der Arbeitswelt, Politik oder im Verein: überall sind Sie gefordert vor Menschen zu reden, die eigenen Anliegen erfolgreich zu vertreten, Redesituationen unterschiedlicher Art zu bewältigen.

Ziel dieser Veranstaltung ist es, sicherer im Reden zu werden, unterschiedliche Gesprächssituationen gewandt zu meistern.

Ich kann, ich will, ich werde! Wer seine Stärken nicht kennt, kann sie auch nicht nutzen.

**Ort** **Bildungswerk Cloppenburg e.V.**  
Graf-Stauffenberg-Str. 1-5, Cloppenburg



**Referent (gn)** Helga Kröning

**Kosten** 16 € (mit Förderung 8 €)

**Anmeldung:** 04471 7423

**Info** [www.bildungswerk-clp.de](http://www.bildungswerk-clp.de)



## WENN DIE STIMME STIMMT ATEM-, STIMM- UND SPRECHTRAINING

**Fr, 11.02.2022, 17:00 - 21:45 Uhr, und**  
**Sa, 12.02.2022, 10:00 - 18:30 Uhr**

### Wochenendseminar

Die Stimme ist unser wichtigstes Kommunikationsmittel. Sie spiegelt unsere Stimmung wider und ist Ausdruck unserer Persönlichkeit. Wie wichtig die Stimme ist, erleben wir, wenn sie uns im Stich lässt, z.B. bei seelischer und körperlicher Überlastung.

Schulen Sie Ihre Stimme! Im Seminar erhalten Sie Impulse für eine positive Beeinflussung von Stimmklang und Stimmqualität. Damit kommen Sie einer gesunden und belastbaren Stimme näher. Mit etwas Theorie, Atem- und Stimmübungen, Textsprechen und Rückmeldungen zur Wirkung des Sprechens können Körperhaltung, Resonanz, Sprechmelodien, Artikulation und Betonung, Lautstärke, Sinnlichkeit und Ausdruck positiv beeinflusst werden.

**Ort** Volkshochschule Cloppenburg e.V.  
Altes Stadttor 16, Cloppenburg



**Referent (gn)** Sabine Schardelmann

**Kosten** 80 € (mit Förderung 40 €)

**Anmeldung** 04471 94690

**Info** [www.vhs-cloppenburg.de](http://www.vhs-cloppenburg.de)





## SMALL TALK

**Fr, 06.05.2022**, 17:00 - 21:45 Uhr, **und**  
**Sa, 07.05.2022**, 10:00 - 18:30 Uhr

### Wochenendseminar

Übers Wetter zu reden, kann ein Einstieg sein: Die hohe Kunst des kleinen Gesprächs ist eine sozial verbindende, menschliche und beruflich sehr nützliche Form der Kommunikation.

Gekonnter Small Talk schafft die angenehme Atmosphäre, in der nicht nur im Berufs- und Geschäftsleben wichtige Kontakte geknüpft werden. Daher ist die Fähigkeit des zwanglosen Gesprächs mehr denn je gefragt. Das Seminar liefert das nötige Rüstzeug.

**Ort** Volkshochschule Cloppenburg e.V.  
 Altes Stadttor 16, Cloppenburg



**Referent (gn)** Sabine Schardelmann

**Kosten** 80 € (mit Förderung 40 €)

**Anmeldung** 04471 94690

**Info** [www.vhs-cloppenburg.de](http://www.vhs-cloppenburg.de)



## TELEFONTRAINING

**Sa, 22.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr**

Seminar-Themen:

- Besonderheiten der Kommunikation am Telefon
- Mit Lampenfieber umgehen
- Struktur eines Telefonats
- Geschlossene und öffnende Fragen
- Wortwahl
- Stimme, Atem, Modulation
- Aktives Zuhören
- Umgang mit dem Anrufbeantworter
- Professioneller Umgang mit Reklamationen
- Vereinbaren von Terminen für den Außendienst

Jeder Teilnehmer übt mehrere Telefonate mit Aufzeichnung mittels einer Telefonanlage (Sprechen auf Anrufbeantworter und mit Gesprächspartnern) und erhält ein Skript (zzgl. 3,50 €) zum Mitschreiben und Nachlesen.

Anschließend erfolgt eine Analyse der Gespräche mit Feedbackkarten.

**Ort** **Bildungswerk Dammer Berge e.V.**  
Im Kloster Damme, Benediktstr. 19, Damme



**Referent (gn)** Susanne Dorka

**Kosten** 80 € (mit Förderung 40 €)

**Anmeldung** 05491 906390

**Info** [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)



## DAS 1X1 DER SCHLAGFERTIGKEIT

**Sa, 29.01.2022, 09:00 - 16:00 Uhr**

In diesem Seminar erhalten die Teilnehmer das Rüstzeug für ein selbstsicheres und schlagfertiges Auftreten. Dieses erfolgt durch das Erlernen von Schlagfertigkeitsstrategien in der Theorie und daran anschließenden praktischen Übungen.

Wer schlagfertig ist, behält auch in schwierigen Situationen die Kontrolle und weiß, wie man sich kommunikativ am besten verhält.

Es geht nicht um einen verbalen Schlagabtausch nach dem Motto „wie du mir, so ich dir“, sondern darum, schnell und treffend reagieren zu können, ohne dabei den anderen zu verletzen.

Schlagfertigkeit hat das Ziel, souverän und selbstsicher aufzutreten, sich nicht vorführen zu lassen, peinliche Situationen zu meistern und sich gegen verbale Angriffe wehren zu können. Wer souverän ist, bleibt ruhig und gelassen und bewältigt eine Situation, auch wenn sie unangenehm ist.

**Ort** **Bildungswerk Dammer Berge e.V.**  
Im Kloster Damme, Benediktstr. 19, Damme



**Referent (gn)** Susanne Dorka

**Kosten** 80 € (mit Förderung 40 €)

**Anmeldung** 05491 906390

**Info** [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)



## SELBSTSICHERES AUFTRETEN

Sa, 19.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

In diesem Seminar erlernen die Teilnehmer mehr Sicherheit im Umgang mit Anderen. Sie erlangen Kenntnisse über die Wichtigkeit von Wirkungs- und Stilmitteln im direkten Kontakt mit ihren Mitmenschen und erhalten einen kurzen Überblick über die Theorie. Sie probieren aktiv den Einsatz von Mimik und Gestik und erleben ihre eigenen fachlichen aber auch überfachlichen Stärken. Sie üben sicheres Auftreten und haben so mehr Erfolg beim Umgang mit z.B. Kunden, Kollegen oder ganz allgemein mit ihren Gesprächspartnern.

Seminar-Themen:

- Umgang mit Anderen (z.B. Wie gelingt es mir, komplexe Zusammenhänge einfach und verständlich klar zu machen? Spreche ich Fachjargon oder nutze ich einfache Formulierungen? Wie bleibe ich in kritischen Situationen freundlich und gelassen?)
- Tipps im Umgang mit Anderen vor Ort oder am Telefon
- Verändertes Rollenverständnis (z.B. Wie sieht meine professionelle Rolle aus? Welche Erwartungen hat der Andere an mich?)
- Ihr Nutzen: Wirkung und Stil zielgerecht einsetzen

**Ort** **Bildungswerk Dammer Berge e.V.**  
Im Kloster Damme, Benediktstr. 19, Damme



**Referent (gn)** Susanne Dorka

**Kosten** 80 € (mit Förderung 40 €)

**Anmeldung** 05491 906390

**Info** [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)



## „PLÖTZLICH ÖFFNET SICH EINE TÜR“ WERTSCHÄTZEND SEIN MIT SICH UND ANDEREN IN DER GFK-HALTUNG

**Mo, 27.06.2022, 14:00 Uhr - Fr, 01.07.2022, 12:30 Uhr**

### **Bildungsurlaub**

Ein Training für neue Sichtweisen und Ressourcen für Körper und Geist im beruflichen und privaten Alltag.

„Es menscht überall“ - kein Wunder, denn genau das sind wir alle - Menschen. Wenn es im Alltag stressig wird, wir uns nicht gehört und verstanden fühlen, vergessen wir das, sind angespannt und gereizt. Schnell wird dann ein Missverständnis zu einem Konflikt, alte Muster von Recht haben und Schuldzuweisungen stehen einer wohlwollenden Verbindung im Weg. Leicht gehen die Zuwendung und Empathie verloren. Wir fühlen uns unwohl und entmutigt.

Wie wäre es, wenn die Zusammenarbeit auf Beobachtung basieren könnte, statt auf Bewertung und Deutung? Auf Motivation statt Forderung? Auf menschliche Bedürfnisse statt Schuldempfinden?

Tauchen Sie in dieser Bildungswoche ein in eine neue innere und äußere Haltung, die Sie ermutigt und handlungsfähig bleiben lässt, unabhängig von anderen.

Auf der Basis des Modells der Wertschätzenden Kommunikation, Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg, üben und experimentieren wir mit dieser achtsamen Haltung, denn es geht hierbei nicht um eine Technik, sondern eine Lebenseinstellung.

Die Bildungswoche richtet sich an alle, die in Übereinstimmung mit ihren inneren Werten leben und arbeiten wollen. Die klar, authentisch und wertschätzend kommunizieren wollen und somit eine neue Beziehungskultur unterstützen.

Grundkenntnisse des GFK-Modells sind wünschenswert.

*Weitere Informationen finden Sie auf Seite 38.*



## „PLÖTZLICH ÖFFNET SICH EINE TÜR“ WERTSCHÄTZEND SEIN MIT SICH UND ANDEREN IN DER GFK-HALTUNG

**Mo, 27.06.2022, 14:00 Uhr - Fr, 01.07.2022, 12:30 Uhr**

Fortsetzung von Seite 37.

Seminar-Themen:

- Umgang mit Glaubenssätzen und Denkmustern
- Der andere ist Auslöser nicht Ursache: Mehr Wertschätzung und Respekt
- Die Lebendigkeit hinter Wut und Ärger entdecken
- Die heilsame Wirkung von Präsenz, Authentizität und Empathie

Die Themen zeigen einen Überblick und werden prozessorientiert nach Wunsch der Teilnehmenden in die Woche einfließen.

Methoden: Thematische Einführung, Reflexionsübungen in Partnerarbeit und Kleingruppen, Übungen im Plenum, Einzelempathie, Übungen mit Bodenkarten, einfache Meditationen und Körperübungen drinnen und draußen.

Weitere Informationen über Frau Coers gibt es unter: [www.yogaforum-osnabrueck.de](http://www.yogaforum-osnabrueck.de)

**Ort** **Bildungswerk Dammer Berge e.V.**  
Im Kloster Damme, Benediktstr. 19, Damme

**Referent (gn)** Claudia Coers

**Kosten** 370 € (mit Förderung 185 €) zzgl. Verpflegungs- und Übernachtungskosten

**Anmeldung** 05491 906390

**Info** [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)





## SELBSTSICHERES AUFTRETEN

**Sa, 14.05.2022, 09:00 - 16:00 Uhr**

Sie erlernen mehr Sicherheit im Umgang mit Anderen. Sie erlangen Kenntnisse über die Wichtigkeit von Wirkungs- und Stilmitteln im direkten Kontakt und erhalten einen kurzen Überblick über die Theorie. Sie probieren aktiv den Einsatz von Mimik und Gestik und erleben Ihre eigenen fachlichen aber auch überfachlichen Stärken. Sie üben sicheres Auftreten und haben so mehr Erfolg beim Umgang mit z.B. Kunden, Kollegen oder ganz allgemein mit Ihren Gesprächspartnern.

**Mitzubringen: Schreibblock, Stift**

**Ort** **Bildungswerk Friesoythe e.V.**  
Lange Str. 1a, Friesoythe



**Referent (gn)** Susanne Dorka

**Kosten** 84 € (mit Förderung 42 €)

**Anmeldung** 04491 93300

**Info** [www.bildungswerk-friesoythe.de](http://www.bildungswerk-friesoythe.de)

**Zuschuss zur  
Kursgebühr:**  
50% der Fortbildungskosten werden erstattet, max. 400 € im Jahr

**Weitere Informationen:**  
04441 898 2622  
04471 15305



## DAS RUNDUMSORGLOSPAKET RHETORIK

**Mo, 13.06.2022 - Fr, 17.06.2022,**  
5x, jeweils von 09:00 - 16:00 Uhr

### Bildungsurlaub

Selbstsicheres Auftreten - Schlagfertigkeitstraining - Zeitinseln schaffen  
Anerkennung einer Bildungsveranstaltung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (VA-Nr.: B21-107995-33).

Seminar-Themen unter anderem:

- Umgang mit Anderen
- Tipps im Umgang mit Anderen in heiklen Situationen
- Rollenverständnis
- Praktische Übungen (aus Ihrem Tätigkeitsfeld und aus alltäglichen Situationen)
- Nie wieder sprachlos
- Aufgaben abgeben

Ihr Nutzen:

- Wirkung und Stil zielgerichtet einsetzen
- Die Beziehung im menschlichen Miteinander durch selbstsicheres Auftreten einfacher, offener und damit erfolgreicher gestalten
- Theorie und Praxis miteinander verbinden und eigene Erfahrungen einbringen

**Ort** **Bildungswerk Friesoythe e.V.**  
Lange Str. 1a, Friesoythe



**Referent (gn)** Susanne Dorka

**Kosten** 320 € (mit Förderung 160 €)

**Anmeldung** 04491 93300

**Info** [www.bildungswerk-friesoythe.de](http://www.bildungswerk-friesoythe.de)





## SOUVERÄNE KÖRPERSPRACHE IN UNANGENEHMEN SITUATIONEN

**Fr, 04.02.2022, 09:00 - 17:00 Uhr**

Immer wieder geraten wir in Konfliktsituationen, die uns unter Stress setzen, denn in der zwischenmenschlichen Kommunikation ist der Ton oft ruppig und der Umgang nicht immer fair.

Dominanzrituale und unsachliche Verbal-Attacken können besonders dann verunsichern, wenn man die eigene Körpersprache nicht beherrscht und die persönliche Souveränität in Wort und Haltung nicht zu verteidigen weiß.

Für ein selbstsicheres Auftreten ist es daher entscheidend, wie wir innere Stimme und Körper einsetzen und auf schwierige Gesprächspartner reagieren, sei es in Bewerbungsgesprächen, Vorträgen oder Präsentationen. Wie geht man mit Nervosität um, wie bleibt man bei persönlichen Angriffen auf Distanz, wie signalisiert man personale Autorität?

Dieses Seminar bietet diverse Übungen zur Stärkung der eigenen Durchsetzungskraft und die Möglichkeit, verbale und nonverbale Konterstrategien zu trainieren.

**Ort** **Kreisvolkshochschule Vechta e.V.**  
Bahnhofstr. 1, Vechta



**Referent (gn)** Stephanie Trapp

**Kosten** 75 € (mit Förderung 37,50 €)

**Anmeldung** 04441 937780

**Info** [www.khs-vechta.de](http://www.khs-vechta.de)



## „JETZT REDE ICH!“ RHETORIKSEMINAR FÜR FRAUEN

**Mo, 31.01.2022, 09:00 Uhr bis**  
**Mi, 02.02.2022, 17:00 Uhr**

### Bildungsurlaub

Überzeugungskraft und Redegewandtheit sind im Beruf unverzichtbar, denn Ihr erfolgreiches Auftreten hängt zu einem Großteil auch von Ihrer rhetorischen Ausdruckskraft ab. Wer seine Botschaft auf den Punkt bringt, überzeugt. Daher ist es Ziel dieses Seminars, Ihre Rhetorik zu verbessern, Ihre Ausdruckskraft zu schulen und der Überzeugungskraft mehr Wirkung zu verleihen. Gleichzeitig wird der gezielte Einsatz der Körpersprache geübt. Sie vervollständigen Ihre sprachliche und körpersprachliche Ausdrucksfähigkeit anhand einer Vielzahl praktischer Beispiele und Übungen.

Die Inhalte des Seminars sind: Redeaufbau, Redesicherheit trainieren, Reduzierung von Lampenfieber, Steuerung von Gesprächen und Schlagfertigkeit, Körpersprache, Ausdruck und Wirkung.

**Ort** **Katholische Akademie Stapelfeld**  
Stapelfelder Kirchstr. 13, Cloppenburg



**Referent (gn)** Dr. Cornelia Schmedes

**Kosten** 185 € Einzelzimmer/ 165 € Doppelzimmer  
(mit Förderung 92,50 € bzw. 82,50 €)

**Anmeldung** 04471 1881128

**Info** [www.ka-stapelfeld.de](http://www.ka-stapelfeld.de)



# SCHLAGFERTIGKEIT FÜR FRAUEN

**Mo, 21.03.2022, 09:30 Uhr bis**

**Mi, 23.03.2022, 17:00 Uhr**

## Bildungsurlaub

Schlagfertig sein heißt:

- spontan auf unsere Gegenüber zu reagieren
- spitze Bemerkungen elegant zu parieren
- mit geistreichen und humorvollen Anmerkungen zu punkten

Schlagfertigkeit hilft uns, auch in schwierigen Situationen souverän und spontan zu sein.

In diesem Seminar erlernen Sie Intelligente Schlagfertigkeit, die beim geschulten Zuhören anfängt: Sie entwickeln einen souveränen Umgang mit Vorwürfen – wenn sie berechtigt sind. Wir üben das Kontern, ohne den Gesprächspartner bloßzustellen. Sie erfahren sogenannte Erste-Hilfe-Maßnahmen, um Zeit im Gespräch zu gewinnen.

**Ort** **Katholische Akademie Stapelfeld**  
Stapelfelder Kirchstr. 13, Cloppenburg



**Referent (gn)** Alexander Rolfes

**Kosten** 185 € Einzelzimmer/ 165 € Doppelzimmer  
(mit Förderung 92,50 € bzw. 82,50 €)

**Anmeldung** 04471 1881128

**Info** [www.ka-stapelfeld.de](http://www.ka-stapelfeld.de)



## ZWISCHEN STREITSUCHT UND FRIEDHÖFLICHKEIT - MIT KONFLIKTEN UND KRISEN IM BERUFSLEBEN BESSER UMGEHEN LERNEN

**Di, 10.05.2022, 09:30 Uhr bis**  
**Do, 12.05.2022, 16:00 Uhr**

### Bildungsurlaub

Wo Menschen miteinander arbeiten, gibt es Potentiale für Konflikte. Konflikte zu lösen oder an Konflikten zu arbeiten ist positiv, denn durch gelöste Konflikte können wir uns weiterentwickeln, werden Spannungen abgebaut, können Missstände beseitigt werden. Durch Konflikte kommt es zur besseren Problemlösung und gelöste Konflikte wirken sich positiv für das eigene Selbstvertrauen und für die eigene Gesundheit aus.

In diesem Seminar wollen wir unsere eigenen Konfliktstile betrachten, grundsätzliche und individuelle Handlungsstrategien zur Bewältigung von Konflikten entwickeln und erproben.

**Ort** **Katholische Akademie Stapelfeld**  
Stapelfelder Kirchstr. 13, Cloppenburg



**Referent (gn)** Dr. Cornelia Schmedes

**Kosten** 185 € Einzelzimmer/ 165 € Doppelzimmer  
(mit Förderung 92,50 € bzw. 82,50 €)

**Anmeldung** 04471 1881128

**Info** [www.ka-stapelfeld.de](http://www.ka-stapelfeld.de)



# HUMORSTRATEGIEN FÜR FRAUEN

**Mo, 16.05.2022, 09:00 Uhr bis**

**Mi, 18.05.2022, 17:00 Uhr**

## Bildungsurlaub

Humorvolle Menschen haben nicht nur mehr zu lachen, sondern beherrschen ein wichtiges Instrument, um Aufmerksamkeit auf sich zu lenken, Stimmungslagen zu verändern oder Spannungen abzubauen. Viele Menschen wünschen sich, Inhalte mit mehr Humor gut verpacken zu können.

Wer ein Händchen für Humor entwickelt, hat einen klaren Vorteil, sei es im Kundenkontakt, in der Zusammenarbeit mit Kollegen, in Besprechungsrunden, in einer Krisensituation oder beim Small Talk.

In diesem Seminar werden Sie ein fundiertes Verständnis von Humor im Kontext der Arbeitswelt erhalten. Sie werden Lust bekommen, Ihren noch schlummernden Humor zu entdecken, zu schärfen und noch geschickter einzusetzen, um Erfolg und Gelassenheit in Ihrer Arbeit zu erhalten.

**Ort** **Katholische Akademie Stapelfeld**  
Stapelfelder Kirchstr. 13, Cloppenburg



**Referent (gn)** Dr. Cornelia Schmedes

**Kosten** 185 € Einzelzimmer/ 165 € Doppelzimmer  
(mit Förderung 92,50 € bzw. 82,50 €)

**Anmeldung** 04471 1881128

**Info** [www.ka-stapelfeld.de](http://www.ka-stapelfeld.de)



## RETREAT FÜR EIN WOCHENENDE – EINFACH. SEIN

**Fr, 04.02.2022, 16:00 bis**  
**So, 06.02.2022, 13:00 Uhr**

Eine Zeit nur für dich, in Achtsamkeit und Schweigen. Durchatmen. Atmen. Einfach sein. Angesichts unserer bewegten Zeit, der immer beschleunigter und komplexer werdenden Welt kann dieses Wochenende ein Geschenk an dich selbst sein. Ruhe, Natur und Ankommen bei dir, anstatt den täglichen Anforderungen hinterherzujagen.

In einem geschützten Rahmen unter dem Dach des Klosters Damme praktizieren wir Achtsamkeitsmeditation im Sitzen, Gehen und im Liegen. Wir üben uns im edlen Schweigen, im achtsamen Essen und Selbstmitgefühl. Umgeben von den Laubwäldern des malerischen Bexaddetals erleben wir die Natur mit allen Sinnen und gewinnen so neue Energie. Durch die Verbindung mit sich und dem gegenwärtigen Augenblick wächst die innere Klarheit, gibt es Raum für kreative Gedanken und damit einhergehend eine gesteigerte psychische Widerstandskraft.

Das Seminar richtet sich an alle, die ihre Achtsamkeitspraxis auffrischen oder vertiefen wollen. Vielleicht befindest du dich auch gerade in einer Krise oder einer Zeit des Umbruchs, stehst vor einer Entscheidung oder möchtest einfach mal nur Sein. Als Voraussetzung für diese besondere Auszeit solltest du bereits ein Achtsamkeits-/MBSR-Training gemacht haben bzw. anderweitig Meditationserfahrung mitbringen.

**Bitte mitbringen:** Bequeme und wetterfeste Kleidung. Ein großes Handtuch zum Unterlegen. Ausstattung für die Meditation wie Yogamatten, Kissen und Decken sind vorhanden. Gerne kannst du aber auch deine eigenen Sachen mitbringen.

**Ort** **Bildungswerk Dammer Berge e.V.**  
Im Kloster Damme, Benediktstr. 19, Damme



**Referent (gn)** Tina Boll

**Kosten** 185 € (mit Förderung 92,50 €), zzgl. Unterkunft und Verpflegung

**Anmeldung** 05491 906390, [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)



## DAS GEHEIMNIS INNERER STÄRKE KRAFTQUELLE RESILIENZ

**Fr, 01.04.2022, 17:00 bis**  
**So, 03.04.2022, 12:30 Uhr**

Die innere Stärke eines Menschen, Schwierigkeiten und Schicksalsschläge im Leben zu überwinden, heißt Resilienz. Mit dieser Kraft kann es gelingen, Krisen zu bestehen, sogar gestärkt aus ihnen hervorzugehen. Die gute Nachricht: In jedem Menschen ist diese Stärke bereits angelegt, sie kann entdeckt, entwickelt und trainiert werden!

### Seminarinhalte:

- Die sieben Schutzfaktoren des Resilienz-Modells von Monika Gruhl und Hugo H. Körbächer
- Innere Stärke aufbauen: Theorie-Inputs und praktische Übungen zum Trainieren der sieben Faktoren

### Seminarziele:

- Bewusst machen, wie wichtig es ist, gut für sich zu sorgen, achtsam zu sein
- Eigene Ressourcen (wieder)entdecken
- Strategien für den Umgang mit schwierigen Situationen erarbeiten

**Ort** **Bildungswerk Dammer Berge e.V.**  
Im Kloster Damme, Benediktstr. 19, Damme



**Referent (gn)** Sandra Kötter

**Kosten** 185 € (mit Förderung 92,50 €), zzgl. Unterkunft und Verpflegung

**Anmeldung** 05491 906390

**Info** [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)



## KOMM MAL ZU DIR SELBST STÄRKUNG DER INNEREN ZUVERSICHT

Sa, 07.05.2022, 09:30 - 17:30 Uhr

„Solang du in dir selber nicht zu Hause bist, bist du nirgendwo zu Haus“, solange man immer nur auf Trab ist, verliert man sich selbst. Umso größer wird die Gier nach dem schnellen Glück. Da es aber nicht erfüllt wird, nimmt die Reizüberflutung zu. Immer muss was los sein. Dadurch schwinden die innere Zuversicht und Ruhe, stärkende Energien verflüchtigen sich.

Was hilft? Stopp. Komm mal zu dir selbst. Mit diesem stärkenden Impulsseminar: Erfrische Geist und Sinn durch die Überwindung alter Denkmuster – Die Balance von Nähe (Ja) und Distanz (Nein) – Von der Pflicht zur Kür – Sich mehr Achtsamkeit gönnen – Stärkende Alltagsimpulse. Vielleicht kommen Sie suchend, Sie gehen orientiert. Herr Pötter ist Dozent für logotherapeutische (sinnzentrierte) Persönlichkeitsentwicklung nach Frankl ([www.otto-poetter.de](http://www.otto-poetter.de)).

Schreibzeug und ein postfertig an Sie selbst adressierter Briefumschlag ist ebenso mitzubringen wie Isomatte und Nackenrolle für angenehme Ruhe und Besinnung am Mittag und am Abend.

Für Merkblätter sind noch 5€ an den Referenten zu entrichten.

**Ort** Bildungswerk Dammer Berge e.V.  
Im Kloster Damme, Benediktstr. 19, Damme



**Referent (gn)** Otto Pötter

**Kosten** 55 € (mit Förderung 27,50 €), zzgl. Verpflegung

**Anmeldung** 05491 906390

**Info** [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)





## FRAUEN.FINANZEN.FREIHEIT ÜBER DAS FFF

**Mi, 30.03.2022, 19:00 - 21:15 Uhr**

Finanzielle Absicherung ist für die Deutschen einer der wichtigsten Aspekte für Lebensqualität – gleich nach Frieden und Sicherheit. Dabei bilden Frauen die größte Risikogruppe für Altersarmut, da sie häufig in befristeten Positionen, in Teilzeit oder auf Minijob-Basis arbeiten.

Die Ökonomin Claudia Müller hat mehrjährige internationale Arbeitserfahrung u.a. bei der Deutschen Bundesbank, wo sie für das Thema „Green Finance“, also nachhaltige Geldanlagen, verantwortlich war. 2017 hat sie das Female Finance Forum gegründet. Im Female Finance Forum bringt sie vor allem Frauen den Umgang mit Geld und Finanzprodukten bei. Dabei findet kein Verkauf von Finanzprodukten statt, sondern die Teilnehmerinnen bekommen die Grundlagen der finanziellen Bildung übermittelt.

Das Female Finance Forum ist eine Gemeinschaft, in der sich Frauen austauschen, gegenseitig unterstützen und von- und miteinander lernen. <https://www.femalefinanceforum.de/>

In diesem Impulsvortrag werden die unterschiedlichen Lebensrealitäten von Männern und Frauen und die daraus resultierenden Finanzfragen thematisiert. Auf unterhaltsame Art und Weise lernen Sie die ersten Schritte der Finanzplanung ebenso wie die Grundlagen der langfristigen Geldanlage kennen.

In Kooperation mit der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft im Oldenburger Münsterland

**Ort** **Bildungswerk Friesoythe e.V.**  
Hansaplatz 11, Friesoythe



**Referent (gn)** Claudia Müller



**Kosten** 15 € (mit Förderung 7,50 €)

**Anmeldung** 04491 93300, [www.bildungswerk-friesoythe.de](http://www.bildungswerk-friesoythe.de)



## FRAUEN.FINANZEN.FREIHEIT WORKSHOP „FINANZEN EINFACH ANGEHEN“

Do, 31.03.2022, 09:00 - 16:00 Uhr

Sie wollen alle Informationen auf einen Blick, um Ihre privaten Finanzen endlich in die eigenen Hände zu nehmen? Dann sind Sie hier genau richtig!

Was Sie erwartet:

- ein ganzer Tag voll wertvoller Inhalte;
- Unterlagen, die Ihnen helfen, das Wissen sofort auf Ihre eigene Situation anzuwenden.

Am Vormittag befassen wir uns mit unserer Motivation und der Struktur im Alltag. Wir sprechen über die wichtigsten Themen, die Sie in Ihrer Beziehung besprechen sollten, und wie Sie es schaffen, mehr Geld am Ende des Monats übrig zu haben. Gleichzeitig wissen wir, dass Sparen alleine nicht ausreicht; daher befassen wir uns bereits mit den verschiedenen Möglichkeiten, die wir haben, um unser Geld anzulegen und für uns arbeiten zu lassen.

Am Nachmittag geht es an die Börse: Nachdem wir verstanden haben, wie die Börse funktioniert und welche Möglichkeiten wir haben, unser Geld mit möglichst niedrigen Kosten und niedrigem Risiko anzulegen, dreht sich alles um die Geldanlage mit ETFs (Exchange Traded Funds). Auch das Thema Nachhaltigkeit kommt hier nicht zu kurz! Den Abschluss des Tages bildet ein Blick in die Umsetzung, also eine Investition in einem echten Depot.

In Kooperation mit der Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft im Oldenburger Münsterland

**Ort** Bildungswerk Friesoythe e.V.  
Hansaplatz 11, Friesoythe



**Referent (gn)** Claudia Müller

**Kosten** 45 € (mit Förderung 22,50 €)



**Anmeldung** 04491 93300, [www.bildungswerk-friesoythe.de](http://www.bildungswerk-friesoythe.de)



## DIE REISE ZU MIR SELBST

**Do, 20.01.2022,**  
2x, jeweils von 19:30 - 21:00 Uhr

Sich selbst etwas Gutes tun!

Mit Belastungen gelassener umgehen!

Es werden einfache Möglichkeiten der Stressreduktion gezeigt, die in den Alltag integriert werden können.

**Ort** **Bildungswerk Löningen e.V.**  
Gelbrink 4, Löningen



**Referent (gn)** Elke Tymko

**Kosten** 20 € (mit Förderung 10 €)

**Anmeldung** 05432 92277

**Info** [www.bildungswerk-loeningen.de](http://www.bildungswerk-loeningen.de)

Nutzen Sie unsere  
**kostenlose Beratung!**

**Weitere Informationen:**

04441 898 2622

04471 15305



## STARK IM LEBEN MIT RESILIENZ DAS LEBEN MEISTERN

**Di, 01.02.2022,**  
3x, jeweils von 19:00 - 21:15 Uhr

Als Resilienz wird die seelische Widerstandskraft bezeichnet, die vor allen Dingen in Krisen bei deren Bewältigung eine wichtige Rolle spielt.

Dabei unterstützen sieben Schutzfaktoren den Prozess, die wir im Laufe des Seminars kennenlernen und anhand von vielen praktischen Beispielen verinnerlichen.

**Ort** **Bildungswerk Löningen e.V.**  
Gelbrink 4, Löningen

**Referent (gn)** Martin Kessens

**Kosten** 54 € (mit Förderung 27 €)

**Anmeldung** 05432 92277

**Info** [www.bildungswerk-loeningen.de](http://www.bildungswerk-loeningen.de)





## HILFREICHE LINKS FÜR FAMILIEN IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

### [www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)

Internetangebot vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit regionalen Betreuungsangeboten.

### [www.infotool-familie.de](http://www.infotool-familie.de)

Mit diesem Tool können Sie in wenigen Schritten ermitteln, auf welche Familienleistungen oder -hilfen Sie oder Ihre Familie voraussichtlich Anspruch haben.

### [www.lkclp.de](http://www.lkclp.de)

Unter dem Menüpunkt „Jugend & Familie“ finden Sie Informationen zu Kinder, Jugend & Familie sowie Elterngeld.

### [www.kindertagespflegebuero-clp.de](http://www.kindertagespflegebuero-clp.de)

Vom Landkreis Cloppenburg beauftragtes Vermittlungsbüro für Betreuungsplätze in der Kindertagespflege, Fachberatung und Aus- und Fortbildung von Kindertagespflegepersonen.

### [www.landkreis-vechta.de](http://www.landkreis-vechta.de)

Unter dem Menüpunkt „Service“, Bürgerservice finden Sie Informationen zu Kinderbetreuung, Kindergartenbeiträge, BAföG, Elterngeld/Hilfen für Familien, Kinder und Jugendliche, etc.

### [lkvec-fwv.betreuungsportal.net](http://lkvec-fwv.betreuungsportal.net)

Familienwegweiser Landkreis Vechta.

**[www.kvhs-vechta.de/kindertagespflege/kontakt](http://www.kvhs-vechta.de/kindertagespflege/kontakt)**

Kooperationspartner für die Kommunen Vechta, Bakum und Visbek, verantwortlich für Beratung, Vermittlung, Begleitung und Qualifizierung in der Kindertagespflege.

**[www.goldenstedt.de](http://www.goldenstedt.de)**

(Menü: Startseite/Familie und Soziales/Schulen, Kindergärten und Kinderkrippen) Hier finden Sie die Kontakte zu den Tagesmüttern sowie Informationen zu Betreuung, Beratung und Vermittlung von Tagespflegepersonen.

**[www.familienbuero-dinklage.de](http://www.familienbuero-dinklage.de)**

Informationen zur Kinderbetreuung, allg. Sozialberatung sowie Vermittlung und Betreuung von Tagesmütter für die Stadt Dinklage.

**[www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)**

Flyer des Netzwerkes Kindertagespflege im Südkreis Vechta mit Informationen zu Qualifizierung, Fortbildung, Vermittlung, Beratung und Begleitung von Eltern und Tagespflegepersonen für die Kommunen Damme, Holdorf, Neuenkirchen-Vörden und Steinfeld.



# **TRENNUNGS- UND SCHEIDUNGS- BERATUNG IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND**

## **Landkreis Cloppenburg**

### **Frau Schnieders**

**Cappeln, Cloppenburg A-K, Emstek, Essen,  
Lastrup, Lindern, Löningen und Molbergen**  
04471 15591  
l.schnieders@lkclp.de

### **Herr Hahn**

**Barßel., Cloppenburg L-Z, Garrel und  
Saterland**  
04471 15352  
hahn@lkclp.de

### **Frau Oltmann**

**Bösel und Friesoythe**  
04471 15638  
andrea.oltmann@lkclp.de

## **Landkreis Vechta**

### **Frau Brinke**

04441 8982154  
2154@landkreis-vechta.de

### **Frau Themann, Herr Jäger** (Caritas Sozialwerk Vechta)

04441 8707690  
beratungsstelle@caritas-sozialwerk.de



# RENTENBERATUNG IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

## Landkreis Cloppenburg

### Cloppenburg

Deutsche Rentenversicherung  
(Bildungswerk der Nds. Wirtschaft - BNW)

Mühlenstraße 22  
04441 93320

## Landkreis Vechta

### Vechta

Kolpingstraße 25  
Terminvereinbarung erbeten:  
04441 93320

### Friesoythe

Rathaus, Alte Mühlenstraße 12  
Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat  
08:30 - 12:30 und 14:00 - 15:30 Uhr  
04441 9270

### Lönningen

Rathaus, Lindenallee 1  
Jeden 2. Mittwoch im Monat  
09:00 - 12:30 und 14:00 - 16:00 Uhr  
04441 933212

# **MIGRATIONS-BERATUNGSSTELLEN IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND**

## **Landkreis Cloppenburg**

### **Kontaktstellen im Landkreis Cloppenburg unterstützen Sie bei:**

- der Vermittlung in Integrationskurse / Deutschkurse
- der beruflichen Eingliederung / Arbeitssuche
- Fragen zur Existenzsicherung / Finanzen und Schuldnerberatung
- Fragen zu Kindergarten, Schule und Berufsausbildung
- Fragen zu Erziehung und Familie
- Fragen zum Aufenthalt in Deutschland
- der Familienzusammenführung
- gesundheitlichen Fragen

### **Gaby Middelbeck**

#### **Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft, Landkreis Cloppenburg**

Bürgermeister-Winkler-Str. 35, 49661 Cloppenburg

0172 6597270

[middelbeck@koordinierungsstelleom.de](mailto:middelbeck@koordinierungsstelleom.de)

[www.koordinierungsstelleom.de](http://www.koordinierungsstelleom.de)

### **Dr. Christina Neumann**

#### **Stabsstelle Gleichstellung, Integration u. Demografie (GID), Landkreis Cloppenburg**

Eschstr. 29, 49661 Cloppenburg

04471 15171

[c.neumann@lkclp.de](mailto:c.neumann@lkclp.de)

[www.lkclp.de](http://www.lkclp.de)

**Petra Thesing**

**Koordinierungsstelle Migration und Teilhabe, Landkreis Cloppenburg**

Eschstr. 29, 49661 Cloppenburg

04471 15245

thesing@lkclp.de

www.lkclp.de

**Karina Koopmann**

**Caritas – Sozialwerk St. Elisabeth – Integrationsberatung**

Eschstr. 8, 49661 Cloppenburg

04471 704512

koopmann@caritas-sozialwerk.de

www.caritas-sozialwerk.de

**Irene Buse**

**Caritas – Sozialwerk St. Elisabeth – Migrationsberatung**

Barßeler Str. 24, 26169 Friesoythe

04491 788724

buse@caritas-sozialwerk.de

www.caritas-sozialwerk.de

**Ursula Gronowski**

**Deutsches Rotes Kreuz (DRK)**

Hofkamp 2, 49661 Cloppenburg

04471 911027

migration@drk-cloppenburg.de

www.drk-cloppenburg.de

## **MIGRATIONS-BERATUNGSSTELLEN**

### **Sandra Cancino**

#### **Diakonisches Werk Oldenburger Münsterland**

Friesoyther Str. 9, 49661 Cloppenburg

04471 1841717

cancino@diakonie-cloppenburg.de

www.diakonie-cloppenburg.de

### **Mina Amiry**

#### **Integrationslotsen im Landkreis Cloppenburg e. V.**

Auf dem Hook 11, 49661 Cloppenburg

04471 8820936

verein-clp@integrationslotsen.com

www.integrationslotsen.com

### **Olga Lindt**

#### **Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth – Jugendmigrationsdienst (JMD)**

Eschstr. 8, 49661 Cloppenburg

04471 70450

jmd@caritas-sozialwerk.de

www.caritas-sozialwerk.de

### **Ruth Köster**

#### **Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth**

#### **Jugendmigrationsdienst Cloppenburg – Außenstelle Friesoythe**

Barßeler Str. 24, 26169 Friesoythe

04491 78870

koester@caritas-sozialwerk.de

www.caritas-sozialwerk.de

### **Liliana Rizea**

#### **Integrationsbüro der Gemeinde Essen (Oldenburg)**

Josefstr. 4, 49632 Essen

05434 809774

l.rizea@essen-oldb.de

www.essen-oldb.de

## IQ Anerkennungs- Qualifizierungsberatungsstelle

### **Sabine Würdemann**

**Bildungswerk der Niedersächsischen Wirtschaft gGmbH**

Stau 75, 26122 Oldenburg

0441 21906850

sabine.wuerdemann@bnw.de

[www.migrationsportal.de](http://www.migrationsportal.de)

### **Übersicht über Bildungsangebote für Migrantinnen und Neuzugewanderte im Landkreis Cloppenburg**

[www.lklp.de/kreis-politik/migration-integration/downloadangebote.php](http://www.lklp.de/kreis-politik/migration-integration/downloadangebote.php)

## Psychoziale Beratungsstelle für traumatisierte Flüchtlinge

Bei Stress, Schlafproblemen, Angst, Alpträumen oder anderen psychischen Problemen werden muttersprachliche oder dolmetschergeschützte Beantwortungsgespräche angeboten.

### **NTFN e.V.**

**Psychoziales Zentrum (PSZ) Oldenburg**

Kaiserstraße 14, 26122 Oldenburg

0441 92058230, Mo.-Do. 10-13 Uhr

[info-ol@ntfn.de](mailto:info-ol@ntfn.de)

[www.ntfn.de/angebote-in-oldenburg/](http://www.ntfn.de/angebote-in-oldenburg/)

### Telefonseelsorge für Migrantinnen und Migranten

Bereits seit März 2020 beeinflusst die Corona-Pandemie das Leben weltweit massiv. Neben tiefgreifenden Einschränkungen des öffentlichen Lebens ist es für viele Menschen notwendig, sich in Quarantäne zu begeben. Diese Maßnahme verstärkt die Tendenz zur Vereinsamung und Frustration der Bevölkerung, da die Möglichkeit für soziale Begegnungen und Gespräche stark reduziert wird.

Die Integrationslotsen im Landkreis Cloppenburg e.V. möchten Migrantinnen und Migranten, die in den Landkreisen Cloppenburg und Vechta von Quarantänemaßnahmen betroffen sind, helfen und ihnen als Ansprechpartner zur Seite stehen. Ihnen wird die Möglichkeit gegeben, sich bei Fragen, Sorgen oder Problemen an eine Telefonseelsorge in ihrer jeweiligen Muttersprache zu wenden.

Die Telefonseelsorge wird unter der Telefonnummer **04471-8820936** auf Arabisch angeboten. Auf Nachfrage ist die Telefonseelsorge in weiteren Sprachen möglich.

### Arabisch

Montag bis Freitag, 09:00 - 14:00 Uhr



# MIGRATIONS-BERATUNGSSTELLEN IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

## Landkreis Vechta

### Kontaktstellen im Landkreis Vechta unterstützen Sie bei:

- der Vermittlung in Integrationskurse / Deutschkurse
- der beruflichen Eingliederung / Arbeitssuche
- Fragen zur Existenzsicherung / Finanzen und Schuldnerberatung
- Fragen zu Kindergarten, Schule und Berufsausbildung
- Fragen zu Erziehung und Familie
- Fragen zum Aufenthalt in Deutschland
- der Familienzusammenführung
- gesundheitlichen Fragen

### Gaby Middelbeck

#### Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft, Landkreis Vechta

Ravensberger Str. 20, 49377 Vechta

04441 8982621

[middelbeck@koordinierungsstelleom.de](mailto:middelbeck@koordinierungsstelleom.de)

[www.koordinierungsstelleom.de](http://www.koordinierungsstelleom.de)

### Sabine Behrens

#### Koordinatorin für Integration - Koordinierungsstelle Migration und Teilhabe, Landkreis Vechta, Amt für Bildung, Soziales und Integration

Ravensberger Str. 20, 49377 Vechta

04441 8982046

[2046@landkreis-vechta.de](mailto:2046@landkreis-vechta.de)

[www.landkreis-vechta.de](http://www.landkreis-vechta.de)



**Bernhard Slotty**

**Bildungskordinator für Neuzugewanderte  
Landkreis Vechta, Amt für Bildung, Soziales und Integration**  
Ravensberger Str. 20, 49377 Vechta  
04441 8982047  
2047@landkreis-vechta.de  
www.landkreis-vechta.de

**Petra Sieve**

**Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth,  
Jugendmigrationsdienst (JMD) im Alter von 12 bis 27 Jahren**  
Kirchplatz 18, 49401 Damme  
05491 9055550  
www.caritas-sozialwerk.de

**Elisabeth Vodde-Börgerding**

**Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth  
Migrationsdienst (MDE) im Alter von 0 bis 12 und ab 27 Jahren**  
Kirchplatz 18, 49401 Damme  
05491 9055550  
www.caritas-sozialwerk.de

**Andrea Themann**

**Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth, Migrationserst- und Integrationsberatung**  
Neuer Markt 30, 49377 Vechta  
04441 8707628  
www.caritas-sozialwerk.de

## MIGRATIONS-BERATUNGSSTELLEN

### **Frau Yurdagül Erdoğan und Frau Indira Ejupi**

**PROJEKT „EFi“ - Elternarbeit - Frühe Hilfen - Migrationsfamilien**

**Im Mittelpunkt der Förderung stehen Sprache, Bildung, Erziehung und Gesundheit der Kinder, Stärkung der Elternkompetenz sowie alle wichtigen Fragen zur „Familie“**

Stadt Vechta, Burgstr. 6, 49377 Vechta

04441 886520

[efi@vechta.de](mailto:efi@vechta.de)

[www.vechta.de](http://www.vechta.de)

### **Anerkennung ausländischer Abschlüsse IQ Anerkennungs- Qualifizierungsberatungsstelle**

### **Katharina Loose**

**BUS GmbH – Standort Osnabrück**

Bramscher Str. 134-136, 49088 Osnabrück

0541 6929630

[loose@bus-gmbh.de](mailto:loose@bus-gmbh.de)

[www.bus-gmbh.de](http://www.bus-gmbh.de), [www.migrationsportal.de](http://www.migrationsportal.de)

### **Psychosoziale Beratungsstelle für traumatisierte Flüchtlinge**

Bei Stress, Schlafproblemen, Angst, Alpträumen oder anderen psychischen Problemen werden muttersprachliche oder dolmetschergeschützte Beantwortungsgespräche angeboten.

### **NTFN e.V.**

**Psychosoziales Zentrum (PSZ) Osnabrück**

Lotter Straße 104, 49078 Osnabrück

0541 66894369, Mo. 09 - 12 Uhr und 13 - 15 Uhr

Di, Fr. 09 - 12 Uhr

[info-os@ntfn.de](mailto:info-os@ntfn.de)

[www.ntfn.de/angebote-in-osnabrueck/](http://www.ntfn.de/angebote-in-osnabrueck/)

## RECHTSBERATUNG FÜR ARBEITSMIGRANTEN IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

### Kontaktstellen im Landkreis Cloppenburg:

#### **Belal Elsayed**

**Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth**

Eschstr. 8, Cloppenburg

04471 70450

elsayed@caritas-sozialwerk.de

#### **Marcella Bohlke**

**Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth**

Eschstr. 8, Cloppenburg

04471 70450

m.bohlke@caritas-sozialwerk.de

### Kontaktstellen im Landkreis Vechta:

#### **Elisabeth Vodde-Börgerding**

**Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth**

Von-Stauffenberg-Str. 14, Lohne

04442 93410

vodde-boergerding@caritas-sozialwerk.de

#### **Josef Kleier**

**Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth**

Von-Stauffenberg-Str. 14, Lohne

04442 93410

kleier@caritas-sozialwerk.de

## **KONTAKTE FÜR EXISTENZGRÜNDERINNEN UND UNTERNEHMERINNEN**

### **Wirtschaftsförderung**

Wir helfen Ihnen, wichtige Fragen zu klären. Zum Beispiel:

- Wie und wo kann ich mein Gewerbe anmelden?
- Welche rechtlichen Voraussetzungen muss ich beachten?
- Wie finanziere ich meine Selbstständigkeit?
- Ist mein Gründungsvorhaben rentabel? Lohnt es sich?
- Habe ich Anspruch auf einen Gründungszuschuss oder andere Förderzuschüsse?

### **Landkreis Cloppenburg**

#### **Ludger Groteschulte**

**Stabsstelle für Wirtschaftsförderung im Landkreis Cloppenburg**

Bürgermeister-Winkler-Str. 25, 49661 Cloppenburg

04471 15261

groteschulte@lkclp.de

www.lkclp.de

#### **START:PUNKT**

Gründer finden hier die nötige Infrastruktur für die Umsetzung ihrer Vorhaben sowie die volle Unterstützung aller Verantwortlichen. Mit den beiden START:PUNKTEN in Emstek und in Vechta schaffen wir Anlaufstellen für alle, die gründen – völlig egal, ob sie direkt von der Universität kommen oder seit Jahren mitten im Berufsleben stehen.

www.om-startpunkt.de

#### **Dirk Gehrmann**

**Ansprechpartner für Gründer im Start:Punkt Cloppenburg**

04471 15236

d.gehrmann@lkclp.de

www.om-startpunkt.de

## **Unternehmerfrauen im Handwerk (UFH)**

Der UFH ist eine Gruppe von Unternehmerfrauen, Meisterfrauen und im Handwerk tätigen Frauen, die sich beruflich engagieren und Mitverantwortung tragen.

### **Christine Hamers**

**Unternehmerfrauen im Handwerk (UFH)**

04475 947131

c.hamers@elotec.de

www.ufh-cloppenburg.de

## **Projekt „Selbst ist die Frau“ des Deutschen LandFrauenverbands**

### **Sabina Fleitmann**

**Gründungslotsin im Niedersächsischen LandFrauenverband Weser-Ems**

04453 5079 567

0173 5433673

infoprofi-fleitmann.de

www.landfrauenverband-weser-ems.de/index.php/selbst-ist-die-frau

## **Landkreis Vechta**

### **Daniel Kathmann**

**Landkreis Vechta, Amt für Wirtschaftsförderung und Kreisentwicklung**

Ravensberger Str. 20, 49377 Vechta

04441 8982601

2601@landkreis-vechta.de

www.landkreis-vechta.de

### **Nicole Bramlage**

**Ansprechpartner für Gründer im Start:Punkt Vechta**

04441 8982600

2600@landkreis-vechta.de

www.om-startpunkt.de

## **EXISTENZGRÜNDUNG / KONTAKTDATEN**

### **Beate Menke**

**Unternehmerfrauen im Handwerk (UFH)**

beate.menke@menke.eu

www.ufh-vechta.de

### **Projekt „Selbst ist die Frau“ des Deutschen LandFrauenverbands**

### **Sabina Fleitmann**

**Gründingslotsin im Niedersächsischen LandFrauenverband Weser-Ems**

04453 5079 567

0173 5433673

infoprofi-fleitmann.de

www.landfrauenverband-weser-ems.de/index.php/selbst-ist-die-frau



**Verband familienfreundlicher  
Unternehmen e.V.**  
Oldenburger Münsterland

Der Verband familienfreundlicher Unternehmen e.V. Oldenburger Münsterland ist ein Zusammenschluss kleinerer und mittlerer Unternehmen sowie kommunaler Arbeitgeber aus dem Landkreis Cloppenburg und dem Landkreis Vechta, die sich mit den Themen Familienfreundlichkeit, Mitarbeitergewinnung und Mitarbeiterbindung aktiv beschäftigen.

Die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft im Oldenburger Münsterland ist Geschäftsstelle und zentraler Ansprechpartner für die Mitglieder des Verbandes familienfreundlicher Unternehmen e.V. Sie unterstützt die Mitgliedsbetriebe durch individuelle Beratung, Informationsveranstaltungen und Zuschüsse zur besseren Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf.

Die Mitgliedschaft in diesem Netzwerk ermöglicht den Unternehmern, sich bei Ihren Mitarbeitern und auch der Öffentlichkeit als familienfreundlich und mitarbeiterorientiert zu präsentieren.

Zurzeit umfasst der Verband mehr als 170 Mitglieder aus dem Oldenburger Münsterland.

**Renate Hitz**

**Verband familienfreundlicher Unternehmen e.V. Oldenburger Münsterland**

Ravensberger Str. 20, 49377 Vechta

04441 8982620

hitz@koordinierungsstelleom.de

www.koordinierungsstelleom.de

## Banken

- Landessparkasse zu Oldenburg, Vechta
- Raiffeisenbank eG Scharrel, Saterland
- Volksbank eG Barbel-Bösel-Friesoythe, Friesoythe
- Volksbank Dammer Berge eG
- Volksbank Essen-Cappeln eG
- Volksbank Lastrup eG
- Volksbank Lohne-Mühlen eG
- Volksbank Neuenkirchen-Vörden eG
- Volksbank Vechta eG
- Volksbank Visbek eG
- VR Bank Dinklage-Steinfeld eG
- VR-Bank in Süddoldenburg eG, Cloppenburg/ Garrel

## Bildungsträger

- Akademie Überlingen N. Glasmeyer GmbH, Vechta
- basys gGmbH/Bildungswerk, Cloppenburg
- Katholische Akademie Stapelfeld, Cloppenburg
- Katholisches Bildungswerk Friesoythe e.V., Friesoythe
- Kreisvolkshochschule Vechta e.V.
- Universität Vechta
- VitaAkademie GmbH, Cloppenburg
- Volkshochschule für den Landkreis Cloppenburg e.V.

## Druckereien

- Rießelmann Druck & Medien GmbH, Lohne
- Optikett GmbH, Vechta

## Entsorgungsgewerbe

- Abfallwirtschaftsgesellschaft Landkreis Vechta mbH, Vechta

## Elektrotechnik

- Alfons Diekmann GmbH Elektroanlagen, Damme
- Schulz Systemtechnik GmbH, Visbek

## Ernährungsgewerbe

- BWE-Brütereier Weser-Ems GmbH & Co. KG, Visbek-Rechterfeld
- GEKA frisch + frost GmbH & Co. KG, Visbek-Rechterfeld
- Lohmann & Co. AG, Zweigniederlassung Visbek-Rechterfeld, Visbek
- Moorgut Kartzfehn Turkey Breeder GmbH, Bösel
- Schneefrost Produktion GmbH & Co. KG, Lönigen
- Schulte GmbH & Co. KG, Lastruper Wurstwaren, Lastrup
- Wernsing Feinkost GmbH, Addrup-Essen
- WIESENHOF International GmbH, Visbek-Rechterfeld
- WIESENHOF-Geflügel-Kontor GmbH, Visbek-Rechterfeld

## Futtermittelhersteller

- Biochem Zusatzstoffe Handels- und Produktionsges. mbH, Lohne
- Deutsche Vilomix Tierernährung GmbH, Neuenkirchen
- H. Bröring GmbH & Co. KG, Dinklage
- H. Thamann & Leiber GmbH, Landhandel-Krafftutterwerk, Neuenkirchen
- MEGA Tierernährung GmbH & Co. KG, Visbek-Rechterfeld
- Miavit GmbH, Essen

## Genossenschaften

- Erzeugergroßmarkt Langförden-Oldenburg eG, Langförden
- GS agri eG, Schneiderkrug
- Raiffeisen-Warengenossenschaft Vechta-Dinklage eG, Dinklage



## Gesundheitswesen

- Ambulanter Pflegedienst Beckmann & Behrens GmbH, Bakum
- Zahnarztpraxis Jugert, A. Jugert Zahnärztin, Vechta
- Zerhusen & Blömer Ambulante- u. Tagespflege, Lohne-Kroge
- Radiologie Vechta MVZ, Vechta

## Groß- und Einzelhandel

- Big Dutchman International GmbH, Vechta-Calveslage
- Krapp Eisen GmbH & Co. KG, Lohne
- Kühling Fruchthandel KG, Emstek
- MF Manfred Faske GmbH & Co. KG, Vechta-Calveslage

## Handwerk

- Andreas Herbers Tischlerei, Friesoythe
- Aumann grün AG, Cloppenburg
- M. Ernst GmbH
- Günter Bremer Trockenbau & Tischlerei GmbH, Molbergen
- Holger Lüllmann Holzbau u. Bedachungen, Lönigen
- Imbusch Einrichtungen GmbH, Lönigen
- Kreishandwerkerschaft Cloppenburg
- Kreishandwerkerschaft Vechta
- MB Holzdesign GmbH, Garrel
- Mecut GmbH, CNC – Zerspanung, Molbergen
- Metallbau Kordes GmbH, Emstek
- Metalltechnik Fittje GmbH & Co. KG, Saterland
- Metallzerspanung Klaus, Emstek
- Meyer und Schulte, Saterland-Scharrel
- Tellmann GmbH & Co. KG, Essen
- Tischlerei Heyens GmbH, Friesoythe
- Schrand Schweißunternehmen und Pipelinebau GmbH, Essen
- Wase Metalleichtbau GmbH, Essen

## Hotel- und Gastronomie

- B&T Hotelbetriebs GmbH Ibis Style, Vechta

## Hygiene-Dienstleistungen

- DesFa GmbH, Hygienesdienstleistungen, Molbergen

## IT-Branche

- AMCON Software GmbH, Cloppenburg
- Großmann Systembetreuung GmbH, Cloppenburg

## Krankenhäuser

- Clemens-August-Stift, Neuenkirchen-Vörden
- Fachkliniken St. Marien-St. Vitus GmbH, Neuenkirchen-Vörden
- Stiftung St. Marien-Stift, Friesoythe
- St. Anna-Klinik gGmbH, Lönigen
- St. Anna-Stiftung, Dinklage
- St. Elisabeth gGmbH, Damme
- St. Franziskus-Hospital, Lohne
- St. Josefs-Hospital Cloppenburg gGmbH, Cloppenburg
- St. Marienhospital Vechta gGmbH

## Kunststofftechnik

- fm Kunststofftechnik GmbH, Bösel
- INTERNORM Kunststofftechnik GmbH, Damme
- Müller-Technik GmbH, Steinfeld
- Pöppelmann GmbH & Co. KG, Lohne

## Land- und Forstwirtschaft

- Schumacher Agrar, Vechta

## Logistik

- RUNDEN Packaging & Logistics GmbH & Co. KG, Steinfeld
- MEGA Logistik und Service GmbH, Visbek-Rechterfeld

### Maschinen und Anlagenbau:

- airpool Lüftungs- und Wärmesysteme GmbH, Damme
- AKE Zentri-Jet GmbH, Garrel
- BSplus MotorenService GmbH, Ermke
- Grimme Landmaschinenfabrik GmbH & Co. KG, Damme
- Kurre Spezialmaschinenbau GmbH, Saterland-Ramsloh
- nordluft Wärme- u. Lüftungstechnik GmbH & Co. KG, Lohne
- S. Sternath Maschinenbau GmbH & Co. KG, Friesoythe
- Thiel GmbH, Lönigen-Bunnen
- Vogelsang GmbH & Co. KG, Essen
- WEDA Dammann & Westerkamp GmbH, Lutten
- W&R Maschinenbau GmbH & Co. KG, Steinfeld

### Medien

- OM-Medien GmbH & Co.KG, Vechta

### Öffentliche Verwaltungen

- Gemeinde Bösel
- Gemeinde Emstek
- Gemeinde Essen
- Gemeinde Garrel
- Gemeinde Goldenstedt
- Gemeinde Holdorf
- Gemeinde Lindern
- Gemeinde Neuenkirchen-Vörden
- Gemeinde Steinfeld
- Gemeinde Visbek
- Landkreis Cloppenburg
- Landkreis Vechta
- Stadt Cloppenburg
- Stadt Damme
- Stadt Dinklage
- Stadt Friesoythe
- Stadt Lohne

- Stadt Lönigen

- Stadt Vechta

### Personalberatungen

- PERSO PLANKONTOR GmbH, Lastrup

### Senioreneinrichtungen

- Senioreneinrichtungen St. Franziskus gGmbH, Lönigen
- St. Elisabeth-Stift gGmbH, Lastrup
- St. Leo-Stift gGmbH, Essen
- St. Pius-Stift, Cloppenburg
- Stiftung Maria-Rast, Damme

### Soziale und kirchliche Einrichtungen

- Andreaswerk e.V., Vechta
- Bischöflich Münstersches Offizialat, Vechta
- Caritas-Sozialwerk St. Elisabeth, Lohne
- Caritas-Verein Altenoythe e.V., Friesoythe
- JG Gruppe, Kardinal-von-Galen-Haus, Dinklage
- Malteser Hilfsdienst e.V. Offizialatsbezirk Oldenburg, Vechta
- Sozialdienst Katholischer Frauen e.V., Cloppenburg
- Sozialdienst Katholischer Frauen e.V., Vechta
- Stiftung St. Vincenzhaus, Cloppenburg

### Sonstige Dienstleistungsbetriebe

- AniCon Labor GmbH, Höttinghausen
- CUROM Dienstleistungs- GmbH, Neuenkirchen-Vörden
- KAAPKE Holding GmbH, Emstek/ecopark
- Nils Bogdol GmbH, Holdorf

### Sonstige Produktionsbetriebe

- Diephaus Betonwerk GmbH, Vechta
- fm Systemmöbel GmbH & Co. KG, Bösel
- Heller Tools GmbH, Dinklage
- Heinrich Gräper Holding GmbH & Co. KG, Bösel

- Novocal GmbH & Co. KG, Friesoythe
- NPL Nahrungsmittelproduktion GmbH, Bösel
- Pöppelmann GmbH & Co. KG, Lohne
- Remmers GmbH, Lönigen
- Waskönig+Walter Besitz und Verwaltungs GmbH u. Co. KG, Saterland
- Westerhoff Paletten GmbH, Bühren
- Zerhusen Kartonagen GmbH, Damme

### **Steuerberater und Rechtsanwälte**

- Christian Lübbers Steuerberater, Saterland
- Dorissen, Wedemeyer & Kollegen, Rechtsanwälte und Notare, Cloppenburg
- Drees-Debring Elisabeth, Steuerberaterin, IB, Cloppenburg
- ECOVIS Lüschen & Partner, Steuerberatungsgesellschaft, Vechta
- Freese Feldhaus Partnerschaft mbB Wirtschaftsprüfer, Steuerberater, Rechtsanwälte, Notar, Vechta
- Kessing-Hespe-Dr.Steenken, Rechtsanwälte-Notare-Fachanwälte, Saterland
- Rohlfs Gerhard, Steuerberater, Vechta
- Schumacher, Gust & Partner mbB, Steuerberater, Wirtschaftsprüfer, Vechta
- Woltermann Ludger, Steuerberater, Essen
- Wüst/Kamphaus/Bussmann, Steuerberater, vereidigter Buchprüfer, Steinfeld

### **Tierärzte**

- Tierklinik Lüsche GmbH, Lüsche

### **Versicherungen**

- Alte Oldenburger Krankenversicherung AG, Vechta
- Eilhoff GmbH, Versicherungsmakler, Lohne

### **Wirtschaftskammern**

- Handwerkskammer Oldenburg
- Oldenburgische Industrie- und Handelskammer



**Verbund familienfreundlicher  
Unternehmen e.V.**  
Oldenburger Münsterland



## **Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland**

Bürgermeister-Winkler-Str. 35  
49661 Cloppenburg  
04471 15305

Ravensberger Str. 20  
49377 Vechta  
04441 8982622

E-Mail: [info@koordinierungsstelleom.de](mailto:info@koordinierungsstelleom.de)  
[www.koordinierungsstelleom.de](http://www.koordinierungsstelleom.de)



### **Träger der Koordinierungsstelle:**



**LANDKREIS  
CLOPPENBURG**  
WIRTSCHAFTLICHES  
ZENTRUM



**Landkreis  
Vechta**  
STARKE ARGUMENTE.

### **Partner im:**

