

AM BALL BLEIBEN

Bildungsangebote und Zuschüsse für Frauen
mit Familienaufgaben und Berufsrückkehrerinnen

1. Halbjahr 2025

Aktuelle Ausgabe



Weitere Informationen
gibt es hier:
www.koordinierungsstelleom.de



Kofinanziert von der
Europäischen Union





AKTUELLE ANGEBOTE 2025

1. Halbjahr

DIE KOORDINIERUNGSSTELLE

ab Seite 04

FÖRDERUNG BERUFLICHER WEITERBILDUNG

ab Seite 06



EDV-KURSE

ab Seite 08



BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG

ab Seite 10



EXISTENZGRÜNDUNG

ab Seite 22



RHETORIK & KOMMUNIKATION

ab Seite 24



FAMILIE & BERUF

ab Seite 32

INFORMATIONEN- & BERATUNGSSTELLEN

ab Seite 38

VERBUND FAMILIENFREUNDLICHER UNTERNEHMEN E.V.

ab Seite 46

KOORDINIERUNGSTELLE FRAUEN & WIRTSCHAFT IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

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

Die Beratung kann sowohl persönlich, telefonisch oder auch online stattfinden.

Unsere Beratung umfasst folgende Themen:

- Berufliche Neu- oder Umorientierung
- Optimale Vorbereitung für den Wiedereinstieg
- Tipps zum Finden und Weiterleitung der passenden Arbeitsstellen
- Hinweise und Tipps zur Optimierung der Bewerbungsunterlagen
- Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf

Nutzen Sie Ihre Chance!

Wir beraten Sie gern.



Sprechzeiten:

Montag-Freitag
08.30 - 12.30 Uhr

Renate Hitz

04471 15383

0172 8981006

hitz@koordinierungsstelleom.de

Beratung im Bildungswerk
Friesoythe jeden 3. Montag
im Monat!



Sprechzeiten:

Dienstag-Freitag
08.30 - 12.30 Uhr

Nancy Menke

04441 8982621

0172 6597270

menke@koordinierungsstelleom.de

ZUSCHUSS ZUR BERUFLICHEN WEITERBILDUNG DURCH DIE KOORDINIERUNGSSTELLE

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland kann förderberechtigten Personen einen **Zuschuss zur Kursgebühr** in Höhe von 50 % der Fortbildungskosten (max. 400 € pro Jahr) für eine beruflich orientierte Weiterbildung gewähren.

Wer ist zuschussberechtigt?

- Frauen in Elternzeit
- Berufsrückkehrerinnen
- Erwerbslose Frauen ohne Leistungsbezug von Arbeitslosengeld oder Bezug von Bürgergeld

Drei Schritte sind erforderlich:

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

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

Wir helfen Ihnen bei Antragstellung und Informationen.



Nadine Bornemann

04471 15305

bornemann@koordinierungsstelleom.de



Anette Schlarmann

04441 8982622

schlarmann@koordinierungsstelleom.de

FÖRDERUNG BERUFLICHER WEITERBILDUNG

Bildungsberatung

Kostenfreie Informationen und persönliche Beratung zu geeigneten Bildungsangeboten, der Anerkennung von Schul- und Berufsabschlüssen und finanziellen Fördermöglichkeiten
<https://www.bildungsberatung-cloppenburg.de>

Bildungsregion des Landkreises Cloppenburg

Die Bildungsregion Cloppenburg mit der Geschäftsstelle, dem Bildungsbüro, ist für die Koordinierung von Bildungsangeboten im Landkreis Cloppenburg zuständig.
<https://lkclp.de/unser-landkre/freizeit-bildung/bildungsbuero/bildungsbuero-in-der-bildungsregion.php>

Bildungsregion des Landkreises Vechta

Informationen, Materialsammlungen und Unterstützungsangebote zum Thema Bildung in der Region.
<https://www.bildungsregionvechta.de>

Weiterbildungsprämie

Sie haben Ihre Industrie- oder Fachmeisterprüfung erfolgreich hinter sich gebracht? Dann lassen Sie sich dafür mit 1.000€ belohnen!
<https://www.nbank.de/Förderprogramme/Aktuelle-Förderprogramme/Weiterbildungsprämie.html#aufeinenblick>

Bildungsgutschein

Förderung von beruflichen Weiterbildungen für Arbeitssuchende und Arbeitslose durch die Agentur für Arbeit.
<https://www.arbeitsagentur.de/karriere-und-weiterbildung/bildungsgutschein>

Qualifizierungsoffensive WEITER.BILDUNG

Die Agentur für Arbeit unterstützt Unternehmen, indem unter bestimmten Voraussetzungen Qualifizierungen für deren Beschäftigte gefördert werden.

<https://www.arbeitsagentur.de/karriere-und-weiterbildung/foerderung-berufliche-weiterbildung/foerderung-beschaeftigte>

Bafög

Förderung einer schulischen Ausbildung oder Studium.

<https://www.bafög.de>

Aufstiegs-Bafög

Förderung einer Aufstiegsfortbildung im erlernten Beruf.

<https://www.aufstiegs-bafög.de>

Bildungskredit

Der Bildungskredit unterstützt bei der Finanzierung einer schulischen Ausbildung oder Studium.

https://www.bva.bund.de/DE/Services/Buerger/Schule-Ausbildung-Studium/Bildungskredit/bildungskredit_node.html

mein NOW

Nationales Onlineportal für berufliche Weiterbildung | mein NOW

<https://mein-now.de>



Kurs	Beginn	Bildungswerk	Kontakt
Schnupperkurs EDV	06.01.	Bildungswerk Cloppenburg-Garrel	04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
10 Finger-Tast schreiben	07.04.	Bildungswerk Cloppenburg-Garrel	04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
Word für Anfänger	07.04.	Bildungswerk Cloppenburg-Garrel	04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
Word für Anfänger	06.05.	Bildungswerk Cloppenburg-Garrel	04471 91080 www.bildungswerk-clp.de
Word-Entdeckerkurs: Ihr Sprungbrett in die digitale Textwelt!	04.03.	Bildungswerk Friesoythe	04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Excel-Entdeckerkurs: Ihr Navigationskompass in der Welt der Tabellen	06.03.	Bildungswerk Friesoythe	04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
KI im Alltag: Verstehen und Nutzen von ChatGPT, KI-generierten Bildern und Musik	12.03.	Bildungswerk Friesoythe	04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Tast schreiben am Computer	07.04.	Bildungswerk Friesoythe	04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Social Media Grundlagen	08.04.	Bildungswerk Friesoythe	04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
MacBook-Einführung: Ihr Einstieg in die Apple-Welt	17.05.	Bildungswerk Friesoythe	04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
iPad-Einführung: Mehr als nur ein Tablet	24.05.	Bildungswerk Friesoythe	04491 93300 www.bildungswerk-friesoythe.de
Computer Schritt für Schritt Office kompakt	10.02.	Bildungswerk Lönigen	05432 92277 www.bildungswerk-loeningen.de
Computer Schritt für Schritt Grundlagen der EDV in Kleingruppen	28.04.	Bildungswerk Lönigen	05432 92277 www.bildungswerk-loeningen.de
Instagram – was ist das? Schritt für Schritt	05.05.	Bildungswerk Lönigen	05432 92277 www.bildungswerk-loeningen.de
Chat GPT für Anfängerinnen	23.04.	Katholische Akademie Stapelfeld	04471 1881128 www.ka-stapelfeld.de
Künstliche Intelligenz (KI) für Einsteigerinnen	03.02.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Der Einstieg in die digitale Welt – Der Umgang mit dem Computer/Laptop	11.02.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Der einfache Einstieg in Word	03.03.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Power-Point - Gestalte überzeugende Präsentationen	06.03.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de

Kurs	Beginn	Bildungswerk	Kontakt
Serienbriefe und mehr	24.03.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Outlook – beherrsche deine E-Mails und Produktivität	07.05.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Outlook für das Berufs- und Privatleben	17.06.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Outlook – beherrsche deine E-Mails und Produktivität	18.06.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Power-Point - Gestalte überzeugende Präsentationen	10.07.	Kreisvolkshochschule Vechta	04441 937780 www.kvhs-vechta.de
Excel 365 Einstieg leicht gemacht	22.01.	Ludgerus-Werk Lohne	04442 93900 www.ludgerus-werk.de
Excel 365 Formeln und Tabellen	05.02.	Ludgerus-Werk Lohne	04442 93900 www.ludgerus-werk.de
Excel 365 Einstieg leicht gemacht	22.04.	Ludgerus-Werk Lohne	04442 93900 www.ludgerus-werk.de
Grundlagen für Computer - Einsteigerinnen	06.02.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Microsoft Office Excel I	06.02.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Computer Schritt für Schritt - Office kompakt	11.02.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Excel Grundkurs	11.02.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Microsoft Office Excel II	27.02.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Excel Aufbaukurs	04.03.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Microsoft Office Word I	04.03.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Grundlagen für Computer - Einsteigerinnen - Vertiefung	06.03.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Word & Excel (Bildungsurlaub)	24.03.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
10-Finger-Schreiben am PC	07.04.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Microsoft Office Word II	23.04.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
Computer Schritt für Schritt - Office kompakt	06.05.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de
10-Finger-Schreiben am PC	10.05.	Volkshochschule Cloppenburg	04471 94690 www.vhs-cloppenburg.de

Die Berufsberatung im Erwerbsleben ist für Sie da, wenn...

- Sie Ihre berufliche Zukunft sichern möchten!
- Sie sich weiterentwickeln oder beruflich neu orientieren wollen!
- Sie eine Qualifizierung oder Weiterbildung anstreben!
- Sie Ihren beruflichen Wiedereinstieg planen oder sich zum Arbeitsmarkt beraten lassen möchten!
- Sie Fragen zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten bei einer Weiterbildung haben!

Kontakt

E-Mail: vechta.berufswegplanung@arbeitsagentur.de

Telefonische Anliegensklärung: 04441 946 8888

Terminvereinbarung: 0800 4 5555 00 (Mo-Fr 8-18 Uhr)



<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/vechta/>



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Vechta

bringt weiter.



JOB CRAFTING – ZUFRIEDEN BEI DER ARBEIT

Sa, 26.04.2025, 09:00 - 16:00 Uhr

Sehr viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sind mit ihrer Tätigkeit nicht glücklich und überlegen, ihren Arbeitgeber zu wechseln. Doch wie wäre es, wenn wir unseren derzeitigen Job zu einem Traumjob umgestalten könnten?

Job Crafting bietet die Möglichkeit, den eigenen Job nach den eigenen Wünschen und Stärken aktiv und individuell zu gestalten. Wie funktioniert Job Crafting und wie lassen sich die Erkenntnisse in der Praxis umsetzen?

Job Crafting ist ein Begriff aus der positiven Psychologie, der eine aktive physische, kognitive oder soziale Umgestaltung des Arbeitsplatzes durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschreibt. Die Grundannahme ist, dass es immer möglich sein sollte, kleine Anpassungen am eigenen Job vorzunehmen, sodass die Arbeit sich optimal an die eigene Motivation und Stärken anschließt. Wer seine Aufgaben auf diese Weise selbst gestalten kann, ist auf jeden Fall zufriedener und lebt gesünder.

In diesem Kurs werden vermittelt und geübt:

- die Grundlagen der Zufriedenheit am Arbeitsplatz, Stärken und Schwächen kennen
- Konzentration auf die eigenen Stärken, Was motiviert mich? Die inneren Antreiber
- Argumentationstechniken zur Einforderung anderer Aufgaben

Mit kurzen theoretischen Inputs und vielen praktischen Übungen sind die Inhalte dieses Seminars effektiv im Arbeitsalltag umsetzbar.

Mitzubringen: Schreibmaterial



Katholische
Erwachsenenbildung
Bildungswerk Dammer Berge e.V.

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

Referent (gn) Susanne Dorka

Kosten 95 €

Anmeldung 05491 906390

Info www.bw-dammer-berge.de





MEIN BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG! - CHANCEN NUTZEN UND PERSPEKTIVEN ENTDECKEN

Mi, 07.05.2025, 09:00 - 11:00 Uhr

Die Teilnehmerinnen erhalten Informationen und Hinweise zur optimalen Vorbereitung auf den beruflichen (Wieder-) Einstieg bzw. zur Verbesserung ihrer beruflichen Situation oder Neuorientierung.

Zudem werden die Beratungsleistungen und finanziellen Hilfen der Agentur für Arbeit und der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft vorgestellt. Es wird auch einen Überblick über die aktuelle Arbeitsmarktsituation und Tipps zu den Bewerbungsunterlagen geben.

Ausreichend Zeit für Fragen der Teilnehmerinnen ist ebenfalls eingeplant.

Ort **Kreishaus Cloppenburg**
Eschstr. 29, Cloppenburg
Raum 1.054

 **Bundesagentur für Arbeit**
Agentur für Arbeit Vechta

Referent (gn) Stefanie Rolfes-Gröninger, Claudia Engelmann und Renate Hitz

Kosten keine


**Koordinierungsstelle
Frauen & Wirtschaft**
an Oldenburger Münsterland

Anmeldung 04471 15 383 oder hitz@koordinierungsstelleom.de

Info www.koordinierungsstelleom.de



OFFENE HOCHSCHULE ANGEBOTE DER UNIVERSITÄT VECHTA

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 zu den Studienmöglichkeiten ohne Abitur, berät und begleitet Interessierte bei der Entwicklung neuer beruflicher Perspektiven, organisiert Informationsveranstaltungen und Workshops, die Studienorientierung und -vorbereitung sowie den Studieneinstieg unterstützen.

Das Veranstaltungsprogramm wird regelmäßig aktualisiert und ergänzt.

Info www.uni-vechta.de/offene-hochschule

Für eine individuelle Beratung steht Ihnen die Koordinatorin gerne zur Verfügung.

Vereinbaren Sie bitte einen Beratungstermin:

Telefon 04441 15166 oder per E-Mail:

maria.goldberg@uni-vechta.de





INFORMATIONSVERANSTALTUNG FÜR STUDIENINTERESSIERTE MIT BERUFSERFAHRUNG: STUDIEREN OHNE ABITUR - WAS GEHT?

Di, 14.01.2025,	18:00 – 19:00 Uhr oder
Mi, 05.02.2025,	10:00 – 11:00 Uhr oder
Do, 13.03.2025,	18:00 – 19:00 Uhr oder
Do, 03.04.2025,	10:00 – 11:00 Uhr oder
Mo, 19.05.2025,	15:00 – 16:00 Uhr oder
Di, 24.06.2025,	18:00 – 19:00 Uhr

In Niedersachsen besteht die Möglichkeit, auch ohne Abitur ein Studium aufzunehmen. Insbesondere für Berufstätige mit abgeschlossener Ausbildung und Berufserfahrung eröffnen sich dadurch neue berufliche Perspektiven.

Wir informieren über:

- die vielfältigen Möglichkeiten des Studiums mit beruflichen Qualifikationen
- über das Studienangebot der Universität Vechta und die Brückenangebote zum Studieneinstieg
- über Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten
- über die Vereinbarkeit von Studium - Beruf - Familie

Zeit für Ihre Fragen ist selbstverständlich auch vorgesehen.

Ort „Virtueller Seminarraum“

Kosten keine

Anmeldung Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Sollten Sie im Vorfeld Fragen zu den technischen Voraussetzungen haben, melden Sie sich gern:
04441 15166 oder maria.goldberg@uni-vechta.de

Info Die Zugangsdaten finden Sie hier:
www.uni-vechta.de/studium-ohne-abitur





„SEMINAR: „DA GEHT NOCH WAS!“

INFORMATIONSD- UND ORIENTIERUNGS- WORKSHOP FÜR STUDIENINTERESSIERTE MIT BERUFSERFABUNG UND/ODER FAMILIENVERANTWORTUNG

Fr, 07.02.2025, 15:30 - 18:30 Uhr bis
Sa, 08.02.2025, 10:00 - 15:30 Uhr

Wer sich nach mehrjähriger Berufstätigkeit oder nach einer ersten Familienphase beruflich neu orientieren möchte und über ein Studium nachdenkt, hat viele Fragen und muss Entscheidungen fällen. Im kostenfreien 1,5-tägigen Seminar „Da geht noch was!“ können sich Interessierte über Voraussetzungen (insbesondere Studium ohne Abitur, Studium mit Berufserfahrung und Anrechnungsmöglichkeiten), Studienaufbau, Anforderungen, Finanzierungsmöglichkeiten und Rahmenbedingungen informieren.

Es besteht die Möglichkeit, den eigenen beruflichen Weg zu reflektieren und neue Perspektiven zu entwickeln. Die Teilnehmerinnen 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 **Universität Vechta**
Driverstr. 23, Vechta



Kosten keine

Anmeldung Sollten Sie im Vorfeld Fragen haben, melden Sie sich gern:
04441 15166 oder maria.goldberg@uni-vechta.de

Info www.uni-vechta.de/offene-hochschule



EINFÜHRUNGSVERANSTALTUNG ZUM GASTHÖRSTUDIUM SOMMERSEMESTER 2025

Di, 18.02.2025, 18:00 - 19:30 Uhr

Ab dem 1. April beginnt an der Universität Vechta die Vorlesungszeit des Sommersemesters 2025 und mittendrin SIE:

Als GasthörerIn 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, realistische 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. So wird ein gut geplanter Übergang in die Hochschule ermöglicht.

In der Einführungsveranstaltung werden wichtige Details zum Gasthörstudium vorgestellt, wie Anmeldung, Fristen, Auswahl der Vorlesungen etc. Es ist Zeit für Ihre Fragen vorgesehen und eine Campusführung rundet die Veranstaltung ab.



Ort **Universität Vechta**
Driverstr. 22, Vechta
Hörsaal B1

Kosten keine

Anmeldung Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Sollten Sie im Vorfeld Fragen haben, melden Sie sich gern:
04441 15166 oder maria.goldberg@uni-vechta.de

Info www.uni-vechta.de/gasthoerstudium



BEWERBUNGSUNTERLAGEN GESTALTEN

Di, 21.01.2025, 18:00 – 20:15 Uhr

Wir widmen uns der Gestaltung von aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen, darunter Anschreiben (für Initiativbewerbungen, Anzeigenbewerbungen und Praktika), Deckblätter und Lebensläufe.

Mitzubringen: USB-Stick

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



Referent (gn) Christiane Johannes

Kosten keine

BildungsBeratung
und WeiterbildungsFörderung

Anmeldung 04471 94690

Info www.bildungsberatung-cloppenburg.de/



TELEFONTRAINING UND VORBEREITUNG AUF DAS VORSTELLUNGSGESPRÄCH

Di, 11.03.2025, 18:00 – 20:15 Uhr

Hier üben wir die telefonische Akquise und das richtige „Nachfassen“. Außerdem bereiten wir uns auf Vorstellungsgespräche vor und gehen auf die häufigsten Fragen ein, um Sicherheit und Souveränität im Gespräch zu gewinnen.

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



Referent (gn) Christiane Johannes

Kosten keine

BildungsBeratung
und WeiterbildungsFörderung

Anmeldung 04471 94690

Info www.bildungsberatung-cloppenburg.de/

**Nutzen Sie unsere
kostenlose Beratung
für Berufsrückkehrerinnen und Frauen mit
Familienaufgaben**



ARBEITZ ZEUGNISSE

Di, 06.05.2025, 18:00 – 20:15 Uhr

Wir lernen die Codes in Arbeitszeugnissen zu interpretieren und betrachten praktische Fallbeispiele, um ein tieferes Verständnis für diese wichtigen Dokumente zu erlangen.

Gerne Beispiel-Zeugnisse mitbringen!

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

Referent (gn) Christiane Johannes

Kosten keine

Anmeldung 04471 94690

Info www.bildungsberatung-cloppenburg.de/



BildungsBeratung
und WeiterbildungsFörderung



MEIN BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG! - CHANCEN NUTZEN UND PERSPEKTIVEN ENTDECKEN

Do, 27.03.2025, 09:00 - 11:00 Uhr

Die Koordinierungsstelle für Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland sowie die Agentur für Arbeit Vechta laden zur „Informationsveranstaltung für Berufsrückkehrerinnen und Frauen mit Familienaufgaben“.

Die kostenlose Veranstaltung findet in lockerer Runde mit Kaffee, Tee und belegten Brötchen statt. Stefanie Rolfes-Gröninger, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Claudia Engelmann, von der Berufsberatung im Erwerbsleben (beide Agentur für Arbeit Vechta) sowie Nancy Menke von der Koordinierungsstelle richten sich mit dieser Veranstaltung an Frauen, die sich mit den Themenfeldern beruflicher (Wieder-) Einstieg, (Neu-) Orientierung, persönliche Perspektiven im Arbeitsleben sowie finanzielle Förder- und Weiterbildungsmöglichkeiten beschäftigen.

„Wir möchten Frauen dazu ermuntern sich aktiv auf die anstehende Erwerbszeit vorzubereiten, um den Wieder- oder auch Neueinstieg so leicht wie möglich zu gestalten“, so die Ausrichterinnen der Infoveranstaltung. Alle Akteurinnen haben dabei einen besonderen Fokus auf einen angenehmen und vertrauensvollen Austausch.

Ort **Start:Punkt OM** (im Café)
Driver Str. 12a, Vechta



Referent (gn) Stefanie Rolfes-Gröninger, Claudia Engelmann, Nancy Menke

Kosten keine



Anmeldung 04441 8982621 oder menke@koordinierungsstelleom.de

Info www.koordinierungsstelleom.de





MEIN WEG IN EINEN SOZIALEN BERUF – FIRST STEP!

Mi, 22.01.2025, 09:00 - 12:00 Uhr

Gemeinsam mit der Bildungsberatung Cloppenburg bietet die Berufsberatung im Erwerbsleben eine Veranstaltung zum Thema soziale Berufe an.

Wir möchten Sie mit spannenden, kurzen Impulsvorträge über die (Quer-) Einstiegsmöglichkeiten informieren.

Vorträge:

- 09:15 Uhr: Traumberuf Erzieher*in / Arbeiten in der Kindertagespflege
- 09:45 Uhr: Wunscharbeitsplatz Schule (Schulbegleitung/pädagogische(r) Mitarbeiter*in)
- 10:15 Uhr: Die helfende Hand in der Pflege
- 10:45 Uhr: Berufliche Orientierung
- 11:15 Uhr: Förderungsmöglichkeiten und Tools der Agentur für Arbeit

Zusätzlich bieten wir die Möglichkeit, im lockeren Gespräch mit uns in den Austausch zu kommen.

Ort **Zentrum Zukunft**
Europa-Allee 2, Emstek

 **Bundesagentur für Arbeit**
Agentur für Arbeit
Cloppenburg

Referent (gn) Referententeam

BildungsBeratung
und Weiterbildungsförderung

Kosten keine

Anmeldung Bitte melden Sie sich unter diesem Link zur Veranstaltung an oder scannen Sie den QR Code:
<https://eveeno.com/125148588>





BERATUNGSTAGE EXISTENZGRÜNDUNG - FÖRDERUNG - FINANZIERUNG

Jeden 2. Donnerstag im Monat (Ausnahme Schulferien)

Für Existenzgründungen, Unternehmensfestigung oder –Wachstum sowie für Innovationen, Forschung und Entwicklung gibt es diverse öffentliche Finanzierungshilfen. Wie wähle ich die passenden Förderbausteine aus? Was ist bei Existenzgründungen alles zu beachten? Unsere Beratung gibt hier wertvolle Hilfestellung.

Bei Bedarf werden die Beratertage in Kooperation mit der NBank, der Oldenburgischen IHK, der Handwerkskammer Oldenburg u.a. angeboten.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Ort	Start:Punkt Vechta Driverstr. 12a, Vechta
Referent (gn)	Ulrike Meyer
Kosten	keine
Anmeldung	2611@landkreis-vechta.de



Info	https://www.landkreis-vechta.de https://www.om-startpunkt.de
-------------	--





ARBEITSKREIS GEWALTFREIE KOMMUNIKATION - SICH WERTSCHÄTZEND, KLAR UND EFFIZIENT MITTEILEN

Di, 11.02.2025, 4x jeweils von 19:00 - 20:30 Uhr
Einstieg zu jedem Termin möglich

Ob in der Arbeitswelt oder im alltäglichen Leben, die „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. Sie wird auch als Sprache des Lebens bezeichnet.

„Gewaltfrei“ bedeutet dabei, dass es im verbalen Austausch zu keiner Form von Verletzung oder Abwertung des Gegenüber kommen soll, wodurch sich die Kooperationsbereitschaft der Gesprächspartner erhöht.

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

Referent (gn) Helga Kröning

Kosten 5 € pro Abend

Anmeldung & Info 04471 7423
www.bildungswerk-clp.de





SICHER UND SOUVERÄN IM UMGANG MIT KRITIK

Mi, 19.02.2025, 19:00 - 21:15 Uhr

Niemand wird gern kritisiert und die meisten Menschen tun sich schwer, Kritik anzunehmen, denn manches trifft uns unsanft und bringt uns aus dem Konzept. Kritisieren will ebenfalls gelernt sein.

In dieser Veranstaltung sollen wirksame Strategien aufgezeigt werden, die Kritikfähigkeit zu trainieren und sie nicht als Angriff zu verstehen.

Ziel ist es, Kritik selbstbewusst anzunehmen und konstruktiv zu geben.

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

Referent (gn) Helga Kröning

Kosten 8 €

Anmeldung 04471 7423

Info www.bildungswerk-clp.de





„HALT, STOPP – JETZT REDE ICH!“

SELBSTBEWUSSTES AUFTRETEN UND SPRECHEN

Mi, 12.03.2025, 19:00 - 21:15 Uhr

Ob im Bewerbungsgespräch oder bei einem Date, selbstbewusstes Sprechen und Auftreten ist wichtig, wenn Sie einen guten Eindruck machen wollen.

In Verhandlungen, Gesprächsrunden oder Vorträgen sollen eigene Standpunkte auf Augenhöhe vertreten werden und damit für einen konstruktiven Gesprächsverlauf sorgen.

In diesem Seminar gilt es, in Alltag und Beruf sicher aufzutreten, sich selbstbewusst zu präsentieren und souverän für eigene Interessen einzustehen.

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

Referent (gn) Helga Kröning

Kosten 16 €

Anmeldung 04471 7423

Info www.bildungswerk-clp.de





SPRACHIMPULSE

„AM ANFANG WAR DAS WORT“

Mi, 29.01.2025, 19:15 - 21:30 Uhr

Was für eine große Bedeutung hat also das Wort, wenn am Anfang das Wort war? Worte haben eine starke Wirkung.

Das Loslassen bestimmter Worte, die Verwendung anderer energiereicherer Worte und Formulierungen hat Einfluss auf jede Persönlichkeit und damit auf den Lebensablauf, das Umfeld, im Beruf und in der Freizeit.

Wenn Sie z.B. häufig Wörter wie „müssen“ oder „schnell“ oder „mal eben“ verwenden, werden immer wieder Situationen in Ihr Leben kommen, in denen Sie „schnell“ handeln „müssen“. Lassen Sie sich von der Sprachimpulsgeberin Dorit Sabine Beutel für Ihre Sprache sensibilisieren. Denn: „Du bist, wie oder was du sprichst.“

Mitzubringen: Schreibutensilien

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



Referent (gn) Dorit Sabine Beutel

Kosten 15 €



Anmeldung 05491 906390

Info www.bw-dammer-berge.de



SCHLAGFERTIGKEITSTRAINING - DAS 1X1 DER SCHLAGFERTIGKEIT

Sa, 14.06.2025, 09:00 - 16:00 Uhr

Wer schlagfertig ist, behält auch in schwierigen Situationen den Überblick und weiß, wie man sich kommunikativ am besten verhält. Schlagfertigkeit hat das Ziel, souverän und selbstsicher aufzutreten, sich nicht vorführen zu lassen, peinliche Situationen zu meistern und sich gegen Angriffe wehren zu können.

Wer souverän ist, bleibt ruhig und gelassen und steht über der Situation, auch wenn sie unangenehm ist. Mit der Theorie von Schlagfertigungsstrategien und zahlreichen praktischen Übungen erlernen die Teilnehmenden in diesem Kurs das Rüstzeug für ein selbstsicheres und schlagfertiges Auftreten.

Mitzubringen: Schreibblock, Stift

Ort **Bildungswerk Friesoythe e.V.**
Kirchstr. 9, Friesoythe



Referent (gn) Susanne Dorka

Kosten 96 €



Anmeldung 04491 93300

Info www.bildungswerk-friesoythe.de



DIE INNERE STÄRKE DER FÜHRUNGSPERSÖNLICHKEIT

SELBSTMANAGEMENT UND WERTSCHÄTZENDE MITARBEITERFÜHRUNG FÜR FRAUEN

Mo, 19.05.2025, 10:00 Uhr bis

Fr, 23.05.2025, 14:00 Uhr

Im Mai 2025 laden wir Dich zu unserem Seminar zu den Schwerpunkten Selbstmanagement und Mitarbeiterführung ein. In einer dynamischen und zunehmend komplexen Arbeitswelt sind einzigartige Führungspersönlichkeiten unverzichtbar für nachhaltigen Erfolg. Es wird zunehmend darum gehen, eigene Ressourcen zu kennen und anzuwenden und die Bedürfnisse der Mitarbeitenden zu erkennen. Dieses Seminar zielt darauf ab, Euch die notwendigen Werkzeuge, Techniken und Strategien an die Hand zu geben, um Eure Führungsfähigkeiten zu verbessern und Eure Persönlichkeit zu stärken.

Das Seminar bietet außerdem die Möglichkeit für Austausch und Vernetzung mit Frauen in Führung aus deiner Region.

Inhalte sind:

- Motivation, Kommunikation und Resilienz
- Veränderung in der Arbeitswelt
- Führung, Motivation und Selbstmanagement
- Achtsamkeit und Humor



Ort **Kloster Neuenwalde,**
Bederkesaer Straße 19, Geestland

Referent (gn) Dr. Cornelia Schmedes, Isabel Tepe

Kosten 1941,18 € (netto), 2310,00 € (brutto)
Seminarerkekosten inkl. Übernachtung und Vollverpflegung

Anmeldung info@arbeitsleben.de
Bei Fragen gerne anrufen unter 04441 9951262

Info www.arbeitsleben.de





ZOOM FÜR TEILNEHMER - PROFESSIONELLES AUFTRETEN

Mo, 26.05.2025 oder Mo, 21.07.2025,
jeweils von 13:30 - 15:00 Uhr

In dem Kurs lernst du, wie du in Online-Meetings professionell wirkst und die Tools effektiv nutzt. Erfahre, wie du dich vor der Kamera präsentierst und alle technischen Herausforderungen meisterst.

Der Kurs ist interaktiv gestaltet und deckt fortgeschrittene Funktionen wie Bildschirmfreigabe und Breakout-Räume ab. Egal ob für berufliche Meetings oder virtuelle Präsentationen - werde zum virtuellen Profi!

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

Referent (gn) Robin Weniger

Kosten 25 €

Anmeldung 04441 937780

Info www.kvhs-vechta.de



**Nutzen Sie unsere
kostenlose Beratung
für Berufsrückkehrer-
innen und Frauen mit
Familienaufgaben**



„JETZT REDE ICH!“ - RHETORIK FÜR FRAUEN - WOCHENENDSEMINAR -

Sa, 15.03.2025, 10:00 – 18:00 Uhr

Gerade Frauen überlassen wichtige Redesituationen gerne anderen Menschen und verpassen damit Gelegenheiten, wahrgenommen zu werden. So bleiben einige Ideen, Meinungen und Wünsche auf der Strecke.

Verschaffen Sie sich Gehör, bringen Sie Ihre Ideen ein! In einem geschützten Raum mit Gleichgesinnten gehen Sie in diesem Tagesseminar dazu die ersten Schritte. Verschiedene Übungen bereiten Sie gut darauf vor, die eigenen Gedanken auch in oder vor einer Gruppe auszusprechen und sich mit Freude zu beteiligen.

Inhalte sind:

- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- mit Lampenfieber umgehen, Körpersprache einsetzen
- stimmlicher Ausdruck, Stichwortkonzept, Perspektivwechsel
- Sprechdenkübungen

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

Referent (gn) Sabine Schardelmann

Kosten 60 €

Anmeldung 04471 94690

Info www.vhs-cloppenburg.de





DER SANFTE WEG ZUR STRESSBEWÄLTIGUNG

Mo, 13.01.2025, oder Mo, 28.04.2025,
jeweils 12x von 19:00 – 20:30 Uhr

Eutonische Übungen in Verbindung mit christlicher Meditation.

- Wünschen Sie sich manchmal, den täglichen Anforderungen gelassener zu begegnen?
- Möchten Sie sich freier in Ihrem Körper fühlen?
- Sehnen Sie sich nach innerer Ruhe und Ausgeglichenheit?

Sie können etwas dafür tun. Durch intensive Körperwahrnehmung auf der Grundlage der Eutonie (Wohlspannung), Atemübungen, Meditation, Fantasiereisen und Musik erreichen wir ein freies Strömen unserer leiblichen und seelischen Kräfte. Durch diese Übungen können wir in der heutigen Zeit dem gestressten und angepassten Alltag entgegenwirken. Ziel ist, mehr Ruhe, Gelassenheit und Harmonie im Körper wahrzunehmen.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke, kleines Kissen

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



Referent (gn) Martha Gelhaus

Kosten 72 €

Anmeldung 04471 91080



Info www.bildungswerk-clp.de



STRESS ENTSTEHT IN DEINEM KOPF!

RESILLENZTRAINING. STÄRKE DEINE INNERE KRAFT

Mo, 10.02.2025, 8x jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr

Gemeinsam erkunden und stärken wir Ihre innere Kraft!

Der Kurs richtet sich an alle, die im Arbeits- und Privatleben mental und körperlich belastet sind. In dem Kurs lernen Sie Ihre eigenen Stärken wiederzuerkennen und zu nutzen. Im Resilienztraining stärken Sie Ihre eigene Widerstandsfähigkeit, um dann mit Leichtigkeit den unterschiedlichen Stresssituationen und Krisen zu begegnen und besser damit umgehen zu können.

Durch das Trainieren und Anwenden unterschiedlicher Entspannungsmethoden erlangen Sie die Möglichkeit, für sich eine leicht umsetzbare Technik in Ihren Alltag zu integrieren.

Mitzubringen (ab dem 2. Termin): Yogamatte, bequeme Kleidung

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

Referent (gn) Susanne Koss-Hojny

Kosten 149 €

Anmeldung 04471 91080

Info www.bildungswerk-clp.de





MENTALES STRESSMANAGEMENT DURCH GESTEIGERTE RESILIENZ

Fr, 21.03.2025, 17:00 Uhr bis
So, 23.03.2025, 14:00 Uhr

Wir alle leben gerade in sehr turbulenten Zeiten. Umso mehr brauchen wir Momente der Stille, der Muße, der Regeneration. Aber auch die psychische Widerstandskraft - das sogenannte „Immunsystem der Seele“ - kann uns dazu befähigen, herausfordernden Lebensumständen mit einem höheren Maß an Gelassenheit, innerer Ruhe und Akzeptanz zu begegnen.

Resilienz kann trainiert werden, um trotz widriger Umstände Krisen zu bewältigen und sogar gestärkt daraus hervorzugehen.

Für alle, die das eigene Stressverhalten besser verstehen möchten, um dann geeignete Instrumente zum Umgang mit Belastungen kennenzulernen.

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



Referent (gn) Tina Boll

Kosten 230 €, zzgl. 83,50 € Verpflegungspauschale ODER
230 €, zzgl. ab 231,50 € p. Pers. im EZ inkl. Verpflegung im
Hotel Kloster Damme (ist im gleichen Gebäude)

Anmeldung 05491 906390



Katholische
Erwachsenenbildung
Bildungswerk Dammer Berge e.V.

Info www.bw-dammer-berge.de



KRAFT FÜR DEN ALLTAG – EIN STÄRKENDER ERMUTIGUNGSTAG

So, 06.04.2025, 09:30 - 17:30 Uhr

Mit den Anforderungen des Alltags wird uns oft viel zugemutet. Umso mehr brauchen wir selbst Ermutigung und Zuspruch, um dem inneren Verschleiß vorzubeugen. Das bieten Ihnen der stärkende Ermutigungstag mit bewährten Anregungen aus der verhaltens- und logotherapeutischen Praxis, um „ganz einfach“ etwas besser zu leben. Sie lernen, die eigene Sichtweise zu korrigieren und sich sinnorientierten Anregungen mehr zu öffnen. Das stärkt nachhaltig die Stressresistenz. Themen dieses Ermutigungstages sind: Die Justierung der Waage zwischen Kopf und Herz – Psychosomatische Prophylaxe – Vom Selbstvertrauen zum Selbstbewusstsein – Einreden, statt Ausreden – Stärkende Sinnorientierungen – Die Magie der Bejahung.

Otto Pötter ist Dozent für logotherapeutische (sinnzentrierte) Persönlichkeitsentwicklung (www.otto-poetter.de).

Mitzubringen: Schreibzeug, eine Isomatte und Kopfkissen für meditative Ruhe und Besinnung am Mittag und am Abend.

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



Referent (gn) Otto Pötter

Kosten 60 €, zzgl. 5 € Merkblätter
Verpflegung ist mitzubringen



Katholische
Erwachsenenbildung
Bildungswerk Dammer Berge e.V.

Anmeldung 05491 906390

Info www.bw-dammer-berge.de



RESILIENTER DURCH SELBSTFÜRSORGE

Sa, 22.03.2025, 10:00 - 16:30 Uhr

Wünschen Sie sich auch manchmal, mehr Widerstandskräfte gegen die Unwägbarkeiten des Lebens zu besitzen und in den vielfältigen Herausforderungen des Alltags besser bestehen zu können?

Die sogenannte Resilienz oder emotionale Widerstandskraft ist uns nicht in die Wiege gelegt, sie kann individuell erlernt werden. Auch im Erwachsenenalter können wir mehr emotionale Stärke entwickeln.

In diesem Seminar wollen wir gemeinsam erarbeiten, wie der Weg zu mehr Resilienz durch einen liebevolleren und mitfühlenderen Umgang mit uns selbst auch in Zeiten steigender Anforderung und Belastungen gelingen kann, wie wir unsere Bedürfnisse besser wahrnehmen können und diese auch ernst nehmen. Wir gehen dabei praktisch und theoretisch den Fragen nach unserem Erholungsbedürfnis, unserem Wohlbefinden, dem Genuss, der Entspannung und dem „Sich-etwas-gönnen-können“ auf den Grund.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibzeug, Decke, kleines Kissen, Trinkwasser, leichter Mittagsimbiss

Ort **Bildungswerk Friesoythe e.V.**
Kirchstr. 9, Friesoythe



Referent (gn) Nadine Schönherr

Kosten 55 €



Anmeldung 04491 93300

Info www.bildungswerk-friesoythe.de



DEN EIGENEN SCHATZ IN SICH SCHÄTZEN LERNEN AUSZEIT FÜR FRAUEN

Fr, 04.04.2025, 17:00 Uhr bis
So, 06.04.2025, 13:00 Uhr

Lassen Sie sich inspirieren und spüren Sie, was an Begabungen, unerfüllten Wünschen, ungelebten Qualitäten und überraschenden Fähigkeiten in Ihnen liegen. Entdecken Sie den Schatz in Ihrem Innern und entfalten Sie sich zu dem Menschen, der in Ihnen steckt.

Vielleicht ist es an der Zeit, Bilanz zu ziehen, die vergangenen Jahre Revue passieren zu lassen, sich auf Wesentliches zu besinnen. Neues beginnt vor allem in den Kleinigkeiten des Alltags - und in uns selbst, indem wir anfangen, die Dinge aus einer anderen Perspektive zu betrachten.

Seien Sie herzlich zu einer Unterbrechung eingeladen, in der Sie gemeinsam mit Gleichgesinnten Atem holen und auf die eigene Spurensuche gehen können. Gönnen Sie sich im Strom des Alltags eine Pause mit Gesprächen, spirituellen Impulsen, inhaltlichen Einheiten und im kreativen Tun.

Ort **St. Antoniushaus**
Klingenhausen 6, Vechta

Referent (gn) Hildegard Bolte

Kosten 165 €

Anmeldung 05432 92277

Info www.bildungswerk-loeningen.de



HILFREICHE LINKS FÜR FAMILIEN IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

<http://www.familienportal.de/>

Internetangebot vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit Informationen rund um die Familie.

<http://www.infotool-familie.de/>

Alle Leistungen und Hilfen für Familien im Überblick. Das Infotool vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend informiert über die verschiedenen Familienleistungen.

<https://www.lkclp.de/unser-landkre/jugend--famili.php>

Informationen und Anträge zum Thema Kinder, Jugend und Familie im Landkreis Cloppenburg sowie dem Elterngeld.

<https://ktpb.kindertagespflegebuero-clp.de/>

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

<https://www.landkreis-vechta.de/soziales-und-gesundheit/buergerservice.html>

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

<https://www.familienwegweiser-vechta.de/>

Kontaktdaten von Angeboten für Familien, Kinder, Jugendliche und Senioren im Landkreis Vechta.

<https://www.kvhs-vechta.de/kindertagespflege/kontakt>

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

<https://www.lohne.de/Leben-in-Lohne/Familie/Familienbuero.htm>

Für Familien besonders wichtig: Gute Betreuung für die Kleinen, verschiedene und wohnortnahe Schulen für die Älteren. Darum kümmert sich das Familienbüro der Stadt Lohne.

<https://www.bakum.de/leben-in-bakum/familie-soziales/>

Vermittlung und Beratung in der Kindertagespflege in der Gemeinde Bakum.

<https://www.goldenstedt.de/familie-und-soziales/schulen-kindergaerten-u-kinderkrippen>

Hier finden Sie Kontakte zu den Kinderkrippen, Tagesmüttern sowie Informationen zu Betreuung, Beratung und Vermittlung von Tagespflegepersonen.

<https://www.familienbuero-dinklage.de>

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

<https://www.bw-dammer-berge.de/kindertagespflege/fort-und-weiterbildung>

Das Netzwerk Kindertagespflege im Südkreis Vechta vermittelt, qualifiziert und berät Eltern und Tagespflegepersonen für die Kommunen Damme, Holdorf, Neuenkirchen-Vörden und Steinfeld.

„Ferienbetreuung“

Hilfreiche Informationen zum Thema „Ferienbetreuung“ erhalten Sie:

- bei der jeweiligen Stadt / Gemeinde (Rathaus)
- in den jeweiligen Familienbüro vor Ort



SCHWANGERSCHAFTSBERATUNGSSTELLEN

Hilfetelefon für Schwangere in Not: <https://www.hilfetelefon-schwangere.de>

Kontaktstellen im Landkreis Cloppenburg

- <https://www.diakonie-om.de/beratung/schwangerenberatung>
- <https://cloppenburg-donumvitae.de>
- <https://www.drk-cloppenburg.de/angebote/sozialarbeit/schwangerschaftsberatung.html>
- <https://skf-cloppenburg.de/schwangerschaftsberatung>

Kontaktstellen im Landkreis Vechta

- <https://www.diakonie-om.de/beratung/schwangerenberatung>
- <https://donumvitae-vechta.de>
- <https://www.skf-vechta.de/fachbereiche/schwangerschaftsberatung>

TRENNUNGS- UND SCHEIDUNGS- BERATUNG IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

Lebensbereiche müssen neugestaltet werden und vertraute Beziehungen verändern sich. Die Trennungs- und Scheidungsberatung der Jugendämter bieten:

- Beratung von Eltern, die sich trennen oder scheiden lassen wollen oder die sich bereits getrennt haben
- Beratung in Fragen rund um das Umgangsrecht
- Beratung in Fragen rund um das Sorgerecht (gemeinsame oder alleinige elterliche Sorge)
- Gespräche mit beiden Elternteilen gemeinsam, Einzelgespräche mit Vätern oder Müttern, Gespräche mit betroffenen Kindern und Jugendlichen
- Unterstützung bei der Gestaltung einer Umgangsregelung
- Vermittlung in Gesprächen im Einzelfall bei Auseinandersetzungen der Eltern, die das Sorge- oder Umgangsrecht betreffen
- Mitwirkung (Stellungnahme) beim Familiengericht in Umgangs- oder Sorgerechtsangelegenheiten

Kontaktstellen im Landkreis Cloppenburg

- <https://lkclp.de/unser-landkre/jugend-famili/kinder-jugend-familie/trennungs-und-scheidungsberatung.php>
- <https://www.caritas-sozialwerk.de/hilfe-und-beratung/ehe-familien-und-lebensberatung/ehe-familien-und-lebensberatung>

Kontaktstellen im Landkreis Vechta

- <https://www.landkreis-vechta.de/soziales-und-gesundheit/hilfe-fuer-familien-kinder-und-jugendliche/sozialpaedagogische-hilfen/beratung/trennungs-und-scheidungsberatung.html>
- <https://www.caritas-sozialwerk.de/hilfe-und-beratung/ehe-familien-und-lebensberatung/ehe-familien-und-lebensberatung>

RENTENBERATUNG IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

Um Altersarmut und Versorgungslücken zu vermeiden, sollten Altersbezüge frühzeitig und nachhaltig geplant und aufgebaut werden. Die Rentenberatungen geben dazu hilfreiche Ratschläge.

- <https://www.deutsche-rentenversicherung.de>



MIGRATIONSBERATUNGSSTELLEN IM OLDENBURGER MÜNSTERLAND

Kontaktstellen im Landkreis Cloppenburg

Kreishaus Cloppenburg

- <https://lkclp.de/unser-landkre/kreis-politik/migration-integration.php>

Caritas Sozialwerk St. Elisabeth

- <https://www.caritas-sozialwerk.de/beratung/beratung-fuer-erwachsene-zugewanderte/erwachsene-zuwanderer>

Deutsches Rotes Kreuz Cloppenburg

- <http://www.drk-cloppenburg.de/angebote/sozialarbeit/migration-und-integration.html>

Diakonie im Oldenburger Münsterland

- <https://www.diakonie-om.de/beratung/migrationsberatung>

Integrationslotsenverein Cloppenburg

- <http://www.integrationslotsen.com>

Anerkennung ausländischer Abschlüsse

IQ Netzwerk: Anerkennungs- und Qualifizierungsberatungsstelle

- <https://www.ihk-fosa.de/>

Beratungsstelle für Arbeitsmigranten

Sie kommen aus dem Ausland? Sie arbeiten bei uns in Deutschland? Sie haben Fragen zu Ihrer Arbeit?

- <https://www.caritas-sozialwerk.de/beratung/beratungsstelle-fuer-werkarbeiter/beratungsstelle-fuer-werkarbeiter>

Kontaktstellen im Landkreis Vechta

Kreishaus Vechta

- <https://www.landkreis-vechta.de/soziales-und-gesundheit/koordinatorin-fuer-integration.html>

Caritas Sozialwerk St. Elisabeth

- <https://www.caritas-sozialwerk.de/beratung/beratung-fuer-erwachsene-zugewanderte/erwachsene-zuwanderer>

PROJEKT „Efi“ - Elternarbeit- Frühe Hilfen – Migrationsfamilien

- <https://www.vechta.de/efi>

Anerkennung ausländischer Abschlüsse

IQ Netzwerk: Anerkennungs- und Qualifizierungsberatungsstelle, Osnabrück

- <https://www.bus-gmbh.de/projekte/iq-netzwerk-niedersachsen/>

Beratung zur Anerkennung ausländischer Abschlüsse

Berater (gn): bus GmbH IQ-Netzwerk Niedersachsen

Termine: Di. 11.03.2025

10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Einzelberatung (Teilen Sie uns bitte vorab mit, welchen ausländischen Berufsabschluss Sie erworben haben.)

Ort: Kreisvolkshochschule Vechta, Bahnhofstr. 1, Vechta

Anmeldung: 04441 93778-36

Die Plätze für die Einzelberatung sind begrenzt. Eine Teilnahme ist nur mit telefonischer oder persönlicher Voranmeldung möglich!

Beratungsstellen für Arbeitsmigranten

Sie kommen aus dem Ausland? Sie arbeiten bei uns in Deutschland? Sie haben Fragen zu Ihrer Arbeit?

- <https://www.caritas-sozialwerk.de/beratung/beratungsstelle-fuer-werkarbeiter/beratungsstelle-fuer-werkarbeiter>



EDV-KURSE

BERUFLICHER
WIEDERANSTIEG

EXISTENZ-
GRÜNDUNG

RHETORIK &
KOMMUNIKATION

FAMILIE &
BERUF

**INFORMATIONEN- &
BERATUNGSSTELLEN**

VERBUND FAMILIENFREUNDLICHER
UNTERNEHMEN E.V.

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

Kreishaus Cloppenburg

- <https://lkclp.de/unser-landkre/wirtschaft-gewer/wirtschaftsinformationen.php>

START:PUNKT Landkreis Cloppenburg

Gründer finden hier die nötige Infrastruktur für die Umsetzung ihrer Vorhaben sowie die volle Unterstützung aller Verantwortlichen.

Angebot am START:PUNKT im Landkreis Cloppenburg:

- Beratung
- Technologietransfer für KMU
- Gründungs- und Innovationszentrum
- Veranstaltungsort für KMU
- Persönliche Betreuung
- Networking

- <https://www.om-startpunkt.de/>

Unternehmerfrauen im Handwerk (UFH)

Die UnternehmerFrauen im Handwerk sind ein Netzwerk von Unternehmerinnen, Meisterinnen, Partnerinnen und Töchtern, die im Betrieb fachliche, kaufmännische und/oder betriebswirtschaftliche Verantwortung übernehmen.

- <https://www.ufh-bv.de/lv/ufh-niedersachsen/ak/cloppenburg/>

Kreishaus Vechta

- <https://www.landkreis-vechta.de/wirtschaft-und-arbeit.html>

START:PUNKT Landkreis Vechta

Gründer finden hier die nötige Infrastruktur für die Umsetzung ihrer Vorhaben sowie die volle Unterstützung aller Verantwortlichen. Mit dem START:PUNKT Vechta schaffen wir eine Anlaufstelle für alle, die gründen – völlig egal, ob sie direkt von der Universität kommen oder seit Jahren mitten im Berufsleben stehen.

- <https://www.om-startpunkt.de/>

Unternehmerfrauen im Handwerk (UFH)

Die UnternehmerFrauen im Handwerk sind ein Netzwerk von selbständigen Unternehmerinnen, Ehefrauen, Partnerinnen und Töchtern, die im Büro für den kaufmännischen und betriebswirtschaftlichen Teil Verantwortung übernehmen.

- <https://ufh-vechta.de/aktuelles/>





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 familienorientierte Personalpolitik, Mitarbeitergewinnung und Mitarbeiterbindung aktiv beschäftigen.

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft 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.

Dem Verband familienfreundlicher Unternehmen e.V. gehören mehr als 190 Mitglieder aus dem Oldenburger Münsterland an.

Verband familienfreundlicher Unternehmen e.V. Oldenburger Münsterland

Renate Hitz

Ravensberger Str. 20, 49377 Vechta

04441 8982620

0172 8981006

hitz@koordinierungsstelleom.de

www.koordinierungsstelleom.de

Banken

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

Bildungsträger

- Akademie Überlingen N. Glasmeyer GmbH, Vechta
- BASYS gGmbH / Bildungswerk Cloppenburg-Garrel e.V., Cloppenburg
- Katholische Akademie Stapelfeld, Cloppenburg
- Katholisches Bildungswerk Friesoythe e.V.
- Kreisvolkshochschule Vechta e.V.
- KSB Cloppenburg e.V. Sportschule Lastrup
- Ludgerus-Werk e.V. Lohne
- Universität Vechta
- Volkshochschule für den Landkreis Cloppenburg e.V.

Druckereien

- Rießelmann Druck & Medien GmbH, Lohne
- optikett - Etiketten von der Rolle GmbH, Vechta

Entsorgungsgewerbe

- Abfallwirtschaftsgesellschaft Landkreis Vechta mbH

Elektrotechnik

- Alfons Diekmann GmbH Elektroanlagen, Damme
- Glowienka Automatisierung GmbH, Cloppenburg
- SCHULZ Systemtechnik GmbH, Visbek

Ernährungsgewerbe

- BWE-Brütereier Weser-Ems GmbH & Co. KG, Visbek-Rechterfeld
- GEKA frisch + frost GmbH & Co. KG, Visbek-Rechterfeld
- M Food Group GmbH, Steinfeld-Mühlen
- Lohmann & Co. AG, Zweigniederlassung Visbek-Rechterfeld
- Moorgut Kartzfehn Turkey Breeder GmbH, Bösel
- Schne-frost Produktion GmbH & Co. KG, Lönningen
- Schulte GmbH & Co. KG, Lastrup 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
- ForFarmers Langförden GmbH, Langförden
- H. Bröring GmbH & Co. KG, Dinklage
- H. Thamann & Leiber GmbH, Landhandel-Kraftfutterwerk, Neuenkirchen
- MEGA Tierernährung GmbH & Co. KG, Visbek-Rechterfeld
- MIAVIT GmbH, Essen

Garten- und Landschaftsbau

- aumann:grün AG, Cloppenburg
- Baumschule Bernhard Zurhake, Visbek
- Carsten Enneking Garten & Landschaftsbau GmbH, Damme
- Zurhake Garten & Gestaltung GmbH & Co. KG, Visbek

Genossenschaften

- Erzeugergroßmarkt Langförden-Oldenburg eG, Langförden
- GS Die Genossenschaft eG, Schneiderkrug

Gesundheitswesen

- Ambulanter Pflegedienst Beckmann & Behrens GmbH, Bakum
- Zahnarztpraxis Jugert, A. Jugert Zahnärztin, Vechta
- Zerhusen & Blömer Ambulant GmbH, 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
- 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
- Metallzerspanung Klaus, Emstek
- Metalltechnik Fittje GmbH & Co. KG, Saterland
- Meyer und Schulte, Saterland-Scharrel
- M. Knake Blechbearbeitung + Gerätebau GmbH, Vechta
- Tellmann GmbH & Co. KG, Essen
- Tischlerei Heyens GmbH, Friesoythe
- Schrand Schweißunternehmen und Pipelinebau GmbH, Essen
- Stahlkonzept GmbH & Co. KG, Lindern
- Wase Metalleichtbau GmbH, Essen

Hotel- und Gastronomie

- B&T Hotelbetriebs GmbH Ibis Styles, 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
- St. Anna-Klinik gGmbH, Lönninge
- St. Anna-Stiftung, Dinklage
- St. Elisabeth gGmbH, Damme
- St. Franziskus-Hospital, Lohne
- St. Josefs-Hospital Cloppenburg gGmbH
- St. Marien-Hospital gGmbH, Friesoythe
- 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

- Avanca GmbH, Bakum
- RUNDEN Packaging & Logistics GmbH & Co. KG, Steinfeld
- MEGA Logistik und Service GmbH, Visbek-Rechterfeld
- Brinkmann System Logistik GmbH, Holdorf

Maschinen und Anlagenbau:

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

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 Lönningen
- Stadt Vechta

Personalberatungen

- PERSO PLANKONTOR GmbH, Lastrup

Senioreneinrichtungen

- Senioreneinrichtungen St. Franziskus gGmbH, Lönningen
- 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, Höltinghausen
- CUROM Dienstleistungs- GmbH, Neuenkirchen-Vörden
- Graderunternehmen Hermann Hinnenkamp e.K., Lohne
- Hans-Hinrich Lohse GmbH, Emstek
- KAAPKE Holding GmbH, Emstek
- Nils Bogdol GmbH, Holdorf
- T3 Deutscher Bauservice GmbH, Cloppenburg
- Kompass – Schulung & Beratung im Gesundheitswesen GbR

Sonstige Produktionsbetriebe

- BioTwin GmbH, Lastrup
- Diephaus Betonwerk GmbH, Vechta
- fm Systemmöbel GmbH & Co. KG, Bösel
- Heller Tools GmbH, Dinklage
- Heinrich Gräper Holding GmbH & Co. KG, Bösel
- h.o. Metallbau GmbH, Lönigen
- Hellmann Poultry GmbH & Co. KG, Vechta
- JARA CNC Zerspanungstechnik GmbH & Co. KG, Scharrel
- Klünemann Modemanufaktur GmbH & Co. KG, Essen
- Bernhard Leiber KG, Lastrup
- M.D.S. Meyer GmbH, Bakum
- Novocal GmbH & Co. KG, Friesoythe
- NPL Nahrungsmittelproduktion GmbH, Bösel
- Panther-Batterien GmbH, Holdorf
- Remmers GmbH, Lönigen
- Sencoglas Vechta GmbH, Vechta
- 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
- ECOVIS Lüschen & Partner, Steuerberatungsgesellschaft, Vechta
- Freese Feldhaus Partnerschaft mbB Wirtschaftsprüfer Steuerberater Rechtsanwälte, Vechta

- Kessing·Hespe·Dr.Steenken, Rechtsanwälte·Notare·Fachanwälte, Saterland
- MSH Steuerberatungsgesellschaft mbH, Lohne
- Rohlf's Gerhard, Steuerberater, Vechta
- Statkus Dornieden Nordlohne Meyer Part mbB Steuerberatungsgesellschaft, Vechta
- Woltermann Kaßen PartG mbB Steuerberatungsgesellschaft, Essen
- WBS Steuerberatung, Steinfeld

Tierärzte

- Tierklinik Lüsche GmbH, Lüsche

Versicherungen

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

Wirtschaftskammern

- Handwerkskammer Oldenburg
- Oldenburgische Industrie- und Handelskammer

Stand: 01.01.2025



Verbund familienfreundlicher
Unternehmen e.V.
Odenburger Münsterland

Standort Cloppenburg

Bahnhofstr. 14
49661 Cloppenburg
04471 15305

Standort Vechta

Ravensberger Str. 20
49377 Vechta
04441 8982622

E-Mail: info@koordinierungsstelleom.de
www.koordinierungsstelleom.de

Träger der Koordinierungsstelle:



LANDKREIS
CLOPPENBURG
WIRTSCHAFTLICHES



Landkreis
Vechta

Partner im:



Kofinanziert von der
Europäischen Union

