

# Wann, wenn nicht jetzt?!

## Digitale Fachtage zum beruflichen Wiedereinstieg

Die Teilnahme ist kostenfrei

Mittwoch, 19. Mai  
und  
Donnerstag, 20. Mai 2021

Jeweils 9:00 bis 12:30 Uhr

Informationen und Anmeldung unter  
[www.esslingen.de/frau-beruf](http://www.esslingen.de/frau-beruf)

Frauen unterbrechen häufiger als Männer aufgrund von Familien- bzw. Pflegeaufgaben ihre Erwerbstätigkeit und stehen damit vor der Herausforderung, diese biografischen Übergänge zu gestalten. Eines ist jedoch klar: berufliche Standortbestimmung und die Planung des Wiedereinstiegs in den Beruf sind weiterhin wichtig!

Für den beruflichen Wiedereinstieg spricht Vieles: Chancen zur fachlichen und persönlichen Weiterentwicklung, (mehr) finanzielle Unabhängigkeit, die wirtschaftliche Absicherung der Familie, die Vermeidung von Altersarmut durch den Erwerb von Rentenansprüchen...

Die beiden digitalen Fachtage geben Ihnen die Möglichkeit, sich zu unterschiedlichen Themen zu informieren und Neues kennenzulernen:

### 19. Mai 2021

- 09:00 Uhr **Begrüßung**  
Barbara Straub, [Referat für Chancengleichheit, Esslingen a. N.](#)
- 09:15 - 10:00 Uhr **Vortrag und Fragen**  
**Mein Profil - mein Ziel!**  
Marlene Marquart, Berufliche Förderung von Frauen e. V. (BeFF)  
[Kontaktstelle Frau und Beruf, Stuttgart - Region Stuttgart](#)  
Ein Einblick ins Thema Qualifikationsprofil, mit kurzen Einheiten zur Selbstreflexion  
In diesem 45-minütigen Online-Vortrag lernen Sie, was ein Qualifikationsprofil beinhaltet und wie Sie Ihr persönliches Qualifikationsprofil erarbeiten können. In kurzen Übungen setzen Sie sich mit Ihren Stärken und Kompetenzen auseinander. Darüber hinaus erhalten Sie einen Input, wie Sie zu Ihrem beruflichen Ziel finden und Ihr Qualifikationsprofil darauf ausrichten können.
- 10:00 - 10:15 Uhr ☕
- 10:15 - 11:00 Uhr **Vortrag und Fragen**  
**Bewerbungen online und offline**  
Susanne Mürdter, Coaching, [www.susanne-muerdter.de](http://www.susanne-muerdter.de)  
Sich bewerben heißt, Werbung in eigener Sache zu machen! Eine erfolgreiche Bewerbung erfordert eine Strategie und gute Vorbereitung. In diesem Vortrag erhalten Sie Informationen und praxisnahe Tipps rund um das Thema Bewerbung. Wir blicken auf Bewerbungsunterlagen mit dem Fokus auf Lebenslauf und Anschreiben. Neben der klassischen Bewerbung erfahren Sie Wichtiges über Online-Bewerbungen.
- 11:00 - 11:15 Uhr ☕
- 11:15 - 12:00 Uhr **Vortrag und Fragen**  
**Social Media und beruflicher Wiedereinstieg**  
Kristina Beckmann, [Soma-Tech Personal-Service GmbH](#)  
  - Wie kann ich die sozialen Netzwerke für mich optimal nutzen?
  - Wie filtere ich aus der Riesenflut an Angeboten das richtige für mich raus?
  - Wer steckt eigentlich hinter den Stellenangeboten und Portalen?
  - Wie wirken Ihre Daten auf die Arbeitgeber:innen, die die Stellenangebote veröffentlichen?
- 12:00 Uhr **Verabschiedung**  
Kira Brey, [Jobcenter Landkreis Esslingen](#)

### 20. Mai 2020

- 09:00 Uhr **Begrüßung**  
Inge Zimmermann, Berufliche Förderung von Frauen e. V. (BeFF)  
[Kontaktstelle Frau und Beruf, Stuttgart - Region Stuttgart](#)
- 09:15 - 10:15 Uhr **Vortrag und Fragen**  
**Weiterbildung: eine Investition für die Zukunft!**  
Veronika Erler, [Regionalbüro für berufliche Fortbildung](#)  
Die Anforderungen im Berufsleben steigen, das eigene Fachwissen veraltet schneller als früher. Konsequente Weiterbildung ist daher ein wichtiger Baustein im beruflichen Leben, wenn es darum geht, berufliche Chancen zu erhalten oder zu verbessern oder die eigene Karriere bzw. einen Berufswechsel zu schultern.  
Der Vortrag gibt Antwort auf zentrale Fragen: Wie finde ich die richtige Weiterbildung für mich? Wo gibt es die richtigen Informationen? Welche finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?
- 10:00 - 10:15 Uhr ☕
- 10:15 - 11:00 Uhr **Vortrag und Fragen**  
**Gründungsmöglichkeiten in Esslingen**  
Christine Clement und Daniela Gorka, [Amt für Wirtschaft, Stadt Esslingen a. N.](#)  
Die Stadt Esslingen ist stolz auf ihre Tradition als Ideenschmiede der Region und möchte auch in Zukunft die Heimat von Tüftler:innen und Denker:innen sein. Durch die aktive Unterstützung der Stadt bei Neugründungen, das lokale Gründer:innen-Netzwerk Makers League e. V. und durch verschiedene Kooperationsformen mit der Hochschule, der IHK und der Kreishandwerkerschaft, ist Esslingen der ideale Ort, um neue Ideen voranzubringen.
- 11:00 - 11:15 Uhr ☕
- 11:15 - 12:00 Uhr **Vortrag und Fragen**  
**Stress, mein täglicher Begleiter?!**  
Manuela Rukavina, Coach, Moderatorin, Trainerin, [www.manuela-rukavina.de](http://www.manuela-rukavina.de)  
Was für eine Beziehung führen Sie mit Ihrem Stress? Ignorieren Sie ihn? Lieben Sie ihn? Nervt er Sie? Versuchen Sie ihn loszubekommen?  
Früher glaubte man, Stress sei nur negativ und gehöre weg. Heute weiß man: er gehört zum Leben, aber der Umgang mit ihm ist essentiell. Wie schaffen wir es uns beruflich (wieder) zu engagieren, Familie, Hobbies und vielleicht noch Ehrenämter unter einen Hut zu bringen ohne kaputt zu gehen? Wie können wir unsere Kraft, unsere Stärken erhalten und sogar noch ausbauen, um kraftvoll unsere Wege gehen zu können? Das erfahren Sie in diesem Format! Sie lernen pragmatische, sofort umsetzbare Methoden, die Ihnen humorvoll und kurzweilig präsentiert werden.
- 12:00 Uhr **Verabschiedung**  
Veronika Erler, Regionalbüro für berufliche Fortbildung,  
[Regionalbüro für berufliche Fortbildung](#)

Anmeldung bis 16. Mai 2021 unter [www.esslingen.de/frau-beruf](http://www.esslingen.de/frau-beruf)

**Sie erhalten den Zugangslink (Zoom) zur Teilnahme wenige Tage vor der Veranstaltung.**

Veranstalterinnen:



STADT ESSLINGEN  
AM NECKAR

chancen gleich.  
Referat für Chancengleichheit

IngenieurStadt  
Esslingen am Neckar

Berufliche Förderung  
von Frauen e. V.

BeFF  
frau und beruf  
Kontaktstelle  
Stuttgart - Region Stuttgart



Bundesagentur für Arbeit  
Agentur für Arbeit Göppingen

jobcenter  
Landkreis Esslingen

Netzwerk



Fortbildung  
Regionalbüro