

# ZEITPLAN

26. November 2022 - 12. Juni 2023

## Berufsperspektive und Neustart für Frauen ab 45



**Anmeldung und nähere Informationen**  
Inge Zimmermann, Tel 0711/263457-14  
i.zimmermann@beff-frauundberuf.de

**BeFF** – Berufliche Förderung von Frauen e.V.

Lange Str. 51, 70174 Stuttgart

Tel.: 0711/26 34 57-0

Fax: 0711/26 34 57-29

E-Mail: [info@beff-frauundberuf.de](mailto:info@beff-frauundberuf.de)

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

### Unsere Telefonzeiten

Mo. Di, Fr 9.00 – 12.00 Uhr und

Mi, Do 13.00 – 16.00 Uhr

**Sie erreichen uns** mit S-Bahn, U-Bahn und Bus:

Haltestelle Stadtmitte, Ausgang Fritz-Elsas-Straße

oder Haltestelle Berliner Platz

Berufliche Förderung  
von Frauen e.V.

# BeFF

frau und beruf

Kontaktstelle  
Stuttgart - Region Stuttgart



**4 Trainingstage** immer 9.00 – 17.00 Uhr

---

**Marke Ich – das zeichnet mich aus**

Standortbestimmung und Kompetenzbilanzierung

Samstag, 26. November 2022

**Meine Chancen auf dem Arbeitsmarkt** Stellensuche und Bewerbung, individuelle Strategien und Netzwerken

Samstag, 28. Januar 2023

**Gesundheitsmanagement**

Anforderungen des (Arbeits-) Alltags kraftvoll meistern,

Samstag, 18. März 2023

**Sichtbar werden, Profil zeigen**

Authentische Selbstpräsentation und -marketing

Samstag, 27. Mai 2023

**5 Gruppencoachings** immer 18.00 – 21.00 Uhr

---

Ziele – Bewerbungspraxis – Selbststeuerung

Mittwoch, 14. Dezember 2022

Mittwoch, 15. Februar 2023

Mittwoch, 08. März 2023

Geteilte Gruppe zur Praxisberatung

Mi., 29. März oder Do., 30. März 2023

Di., 03. Mai oder Do., 04. Mai 2023

**2 Einzelcoachings** 90 Min. pro Sitzung

---

Termine nach individueller Vereinbarung

**Unternehmenseinblicke** 17.00 – 19.00 Uhr

---

Gesprächsrunde mit Vertreter\*innen aus Unternehmen

Mittwoch, 19. April 2023

**Abschlusstreffen** 18.30 – 20.00 Uhr

---

Montag, 12. Juni 2023

**Trainerin und Coach: Monika Nill**

**Das Programm wird zum Teil online durchgeführt!**