



# Frauen-Servicestelle Landkreis Cham



Coaching, Beratung  
und Qualifizierung  
für Frauen

## SERVICESTELLE:

Volkshochschule im Landkreis Cham e.V.  
Pfarrer-Seidl-Straße 1  
93413 Cham

## ANSPRECHPARTNERIN:

Carolin Beck  
Tel: 09971 8501-33  
Fax: 09971 8501-30  
E-Mail: cbeck@vhs-cham.de



[www.vhs-cham.de/Frauen-Servicestelle.html](http://www.vhs-cham.de/Frauen-Servicestelle.html)



## SPRECHZEITEN:

nach Vereinbarung:

Tel: 09971/8501 -33

Email: cbeck@vhs-cham.de

Es finden auch Beratungstermine in den  
Gemeinden vor Ort statt.

**Bitte Pressehinweise beachten!**



EUROPÄISCHE UNION  
EUROPÄISCHER SOZIALFONDS

Die Servicestelle wird durch den Europäischen Sozialfonds  
gefördert.

## FRAUEN-SERVICESTELLE LANDKREIS CHAM

Richtet sich primär an Frauen (aber auch Männer), die in der Phase der Berufsorientierung bzw. beruflicher Wiedereinstieg, zur Verbesserung des Beschäftigungsverhältnisses oder der Aufnahme einer selbstständigen Tätigkeit, Unterstützung wünschen.

Ziel ist es, einzelfallorientierte und passgenaue Hilfe zur individuellen Weiterentwicklung anzubieten.

## LEISTUNGEN DER SERVICESTELLE

- \* Ermittlung und Angebot von Qualifizierungs- und Hilfsbedarf
- \* Karriere-Coaching
- \* Beratung und Unterstützung bei Themen wie Kinderbetreuung, Wiedereinstieg, Mobilität oder geplante Selbstständigkeit!
- \* Austausch mit anderen Frauen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden!
- \* Aktivierung zur Selbsthilfe
- \* Eine persönliche Ansprechpartnerin, die Sie unterstützt!

## INHALTE:

### Individueller Profilcheck

- \* Check der Bewerbungsunterlagen
- \* Unterstützung bei Erstellung moderner Bewerbungsmappen
- \* Stilberatung
- \* Recherche: Internet, Presse,...
- \* Tipps für Vorstellungsgespräche
- \* Telefontraining
- \* Stärken/ Schwächenanalyse

### Workshops

- \* Gesprächsführung
- \* Selbst-, Zeitmanagement und Konfliktmanagement
- \* Interkulturelle Kompetenzen

### Beratung

- \* Teilzeitausbildungen
- \* Wiedereinstieg – beruflich wieder aktiv werden
- \* Bildungsberatung
- \* Vereinbarkeit Familie und Beruf

### Austausch

- \* Mit Frauen in ähnlichen Situationen



Hilfe und Unterstützung

in allen beruflichen Fragen, zugeschnitten auf Ihre persönliche Situation

