

# EMPOWERMENT - SEMINAR für Frauen mit Migrationshintergrund



**Selbstbewusst in der Arbeitswelt - Integration von Frauen fördern!**

**Wann: Mo., 22.04.24 bis Do., 25.04.24; 09 Uhr - 13 Uhr**

**Ort: Nachbarschaftshaus Gostenhof**

**Referentin: Frau Carola Wegerle**

**Voraussetzung: Deutsch B2-Niveau**

**Kosten: kostenfrei**

**Anmeldung\*: per E-Mail an: [anmeldung@agaby.de](mailto:anmeldung@agaby.de)**

(\*Die Mindestteilnehmeranzahl liegt bei 10 Personen. Eine verbindliche Anmeldung sollte bis Fr., 19.04.24 erfolgen!)

Gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium des  
Innern, für Sport und Integration



**AGABY**

 **Nachbarschaftshaus  
Gostenhof**

# Selbstbewusst in der Arbeitswelt - Integration von Frauen fördern!

## Seminarbeschreibung:

Möchten Sie nach Ihrer Kinderpause gerne wieder berufstätig werden?

Oder eine neue Ausbildung machen? Aber Ihnen fehlt der Mut, zu einem Vorstellungsgespräch zu gehen, obwohl Ihr Deutsch schon sehr gut ist? Dann ist dieses **Empowerment-Seminar** genau das Richtige für Sie.

## Sie sind herzlich dazu eingeladen, teilzunehmen, wenn Sie:

- einen Berufsabschluss in Deutschland oder aus ihrem Heimatland haben
- bereits einen Beruf ausgeübt, oder auch studiert haben
- wegen der Kinder einige Jahre zu Hause geblieben sind und ihre Deutschkenntnisse wenig angewendet haben
- sehr jung geheiratet haben und gerne eine Berufsausbildung hier in Deutschland machen möchten
- eigene Ziele haben und sie gerne realisieren möchten.

Wir möchten Sie dazu anregen, das notwendige **Selbstbewusstsein** zu entwickeln, um sich bei einem **Bewerbungsgespräch** vorzustellen.

Wir möchten, dass Sie sich im **beruflichen Kontext sicher genug fühlen**, um eine Tätigkeit aufzunehmen, die ihrer Qualifikation nach Möglichkeit entspricht.

## Inhalt des Seminars:

Stimm- und körpersprachliche Techniken, Selbstsicherheitsübungen, Kommunikationstechniken und kreative Übungen, damit Sie zu Ihrer eigenen Energie und Entschlossenheit finden.

## Referentin:

Die Seminarleiterin Carola Wegerle hat Indologie, Islamwissenschaften und Ethnologie studiert. Sie ist Dozentin für Kommunikation ([www.sprechtechnik.com](http://www.sprechtechnik.com)) und hat drei Jahrzehnte Berufserfahrung. Die Bedürfnisse, Sehnsüchte, Ängste und Hemmungen von Frauen mit Migrationshintergrund sind ihr durchaus vertraut und sie geht gezielt darauf ein. Es wird sehr praxisnah im Seminar gearbeitet.

Dieses Seminar wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums des Inneren, für Sport und Integration gefördert.