



Bildungswochen für Frauen

Wissen. Stärken. Weiterkommen.

Liebe Frauen im Rheingau-Taunus-Kreis,

Sie möchten beruflich und persönlich wachsen? Die Bildungswochen für Frauen halten einiges für Sie bereit: Die Workshopreihe begleitet Sie mit vielfältigen Impulsen zu Bewerbung, Kommunikation, Selbstvertrauen und Balance. Alle Workshops sind kostenfrei. Weitere Informationen zu den Workshops gibt es unter <https://tinyurl.com/3s72rh7t>

Wir freuen uns auf Sie!

Anmeldungen zu den einzelnen
Workshops hier:



Zeig, was in dir steckt! Bewerben mit Selbstvertrauen und Strategie

Mittwoch, 16. September, 11 - 13 Uhr
MGH 2, Wallufer Str. 10, 65343 Eltville am Rhein

Beruflicher Neustart, Wiedereinstieg, Bewerbung? Erlernen Sie im Workshop moderne Strategien, machen Sie Ihre Stärken sichtbar und lernen Sie, sich authentisch und ohne Druck zu präsentieren.



Zwischen Zweifel und Wirkung – Das Imposter-Phänomen

Dienstag, 22. September, 10 - 12 Uhr, Online

Wenn sich Erfolge nicht verdient anfühlen: Der Workshop erklärt das Imposter-Phänomen; Frauen entwickeln alltagstaugliche Strategien gegen Selbstkritik, Überforderung und Leistungsdruck.



Jetzt rede ich! Auftritts- und Präsentationscoaching für Frauen

Donnerstag, 24. September, 9:30 - 17 Uhr
Geburtshaus Idstein, Weiherwiese 38, 65510 Idstein

Überzeugend auftreten, sicher sprechen: In diesem Workshop stärken Frauen ihre Haltung, Stimme und Körpersprache, um wirkungsvoll zu kommunizieren und innere Kritikerinnen zu überwinden.



Kooperation: Büro f

Trennung mit Kindern – gemeinsam durch die Krise

Freitag, 25. September, 10 - 12 Uhr, Online

Trennung ist kein Scheitern, sondern Neustart – besonders mit Kindern. Die Verantwortung der Eltern ist entscheidend. Die Veranstaltung zeigt praxisnahe Wege, vergleicht Betreuungsmodelle, gibt Impulse für mehr Klarheit und Sicherheit.

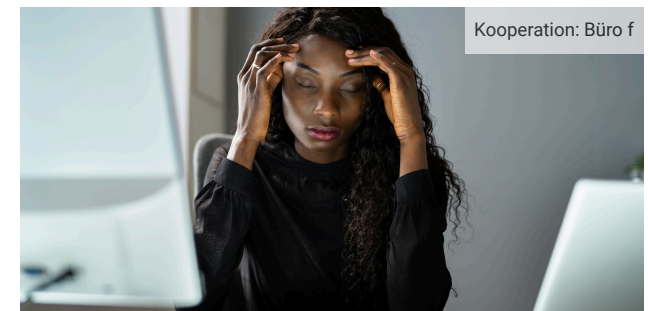


Kooperation: Büro f

Den Spagat zwischen Familie und Beruf schaffen

Dienstag, 29. September, 10 - 12 Uhr, Online

Zwischen Job, Familie und Pflege: Entwickeln Sie Strategien für ein gesundes Energie- und Belastungsmanagement, klare Prioritäten und einen wertschätzenden Umgang mit sich selbst.



Kooperation: Büro f

Mental Load: Wenn der Kopf nie zur Ruhe kommt

Donnerstag, 1. Oktober, 11 - 15 Uhr

Pavillon am Rathaus, Aarstr. 150, 65232 Taunusstein

Wenn Alltag und Ansprüche zu viel werden: Dieser Workshop gibt Raum für Austausch, Motivation und konkrete Impulse, um zwischen Care-Arbeit, Beruf, Studium und Selbstfürsorge Balance zu halten.



Kooperation: BerufsWege für Frauen & Social Business Women e.V.

„KI & me“ – Künstliche Intelligenz verstehen, ausprobieren und selbstbewusst nutzen

Montag, 28. September, 11 - 13 Uhr, Online

Wie funktioniert KI, und was kann sie? Der Workshop „KI & me“ richtet sich an Frauen jeden Alters, stärkt einen sicheren, reflektierten Umgang mit künstlicher Intelligenz und zeigt Chancen und Risiken auf.



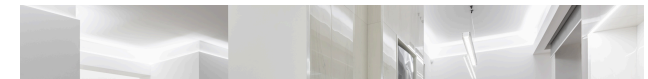
Kooperation: BerufsWege für Frauen & Social Business Women e.V.

Einfach mal machen – Methoden und Techniken zur Entscheidungsfindung

Mittwoch, 30. September, 16 - 18 Uhr

Sitzungssaal im Rathaus, Mühlstr. 40, 65396 Walluf

Zu viele Optionen, zu viel Unsicherheit? Lernen Sie, Entscheidungsprozesse zu strukturieren, Chancen und Risiken abzuwägen und im Alltag sicherer und gelassener eine Wahl zu treffen.



Berufs- und Ausbildungsmesse für Frauen

Donnerstag, 1. Oktober, 10 - 13 Uhr

Bürgerhaus Taunus, Aarstr. 150, 65232 Taunusstein

Informationsmesse für Frauen zu Weiter- und Fortbildungen, Berufseinstieg, Umschulungen, Deutschkursen und Tipps rund um die perfekte Bewerbung inkl. Bewerbungsbilder-Fotoshooting.

Der Besuch der Messe ist kostenfrei.

Diese Reihe wurde organisiert von der Gleichstellungsbeauftragten des RTK in Kooperation mit der Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Kommunalen JobCenters, BerufsWege für Frauen & Social Business Women e.V. und dem Büro f.

Heimbacher Straße 7
65302 Bad Schwalbach
E-Mail: gleichstellungsbuero@rhein-gau-taunus.de