



Landkreis **Diepholz**  
... gut miteinander leben.

# SEMINARE

## zur beruflichen Neuorientierung

**Anmeldung**

Nina Robben

E-Mail:  
[wirtschaft@diepholz.de](mailto:wirtschaft@diepholz.de)

### „Zwischen Work und Life“

Montag 13.09.2021 von 09.00 bis 11.00 Uhr - Online

Mit einem effizienten Zeitmanagement kann ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Arbeit und Privatleben erreicht. Doch welche Methoden helfen, den Fokus zu halten und effektiv zu arbeiten, sodass die To-Do Liste kürzer statt länger wird? Diese Fragen werden im Online-Seminar mit Jacqueline Knopp beantwortet. Gleichzeitig wird erörtert, wie Selbstfürsorge betrieben werden kann, um eine gesunde Work-Life-Balance zu finden.

### „2-Minuten-Test: Besteht Ihre Bewerbung den?“

Donnerstag 30.09.2021 von 08.30 bis 12.30 Uhr - Online

Der Kampf um die besten Stellen ist heute härter denn je. Wer sich durchsetzen will, braucht dafür perfekte Bewerbungsunterlagen. Auch hier zählt der erste Eindruck. Zwei Minuten – so viel Zeit bleibt Bewerbern, um aufzufallen! In diesem Online-Workshop zeigt die Referentin Imke Leith, wie die Bewerbung aussagekräftig gestaltet werden kann. In digitalen Kleingruppen erhalten Teilnehmende konkretes Feedback zu ihren Unterlagen.

### „Erfolgreich bewerben in sozialen Netzwerken“

Mittwoch 10.11.2021 von 09.00 bis 12.00 Uhr - Online

Wer sich heutzutage auf eine Stelle bewirbt, muss damit rechnen, dass nicht nur seine Bewerbungsunterlagen unter die Lupe genommen werden: Fast jedes zweite Unternehmen überprüft auch seinen virtuellen Auftritt. In diesem Seminar lernen Teilnehmende mit Martina Kuhlmann, sich digital zu positionieren und sich im Internet auf den richtigen Plattformen zu vermarkten um den Job zu erhalten, den sie sich wünschen.

### „Frauen 50plus – Wenn nicht jetzt, wann dann?“

Montag 22.11.2021 von 09.00 bis 12.15 Uhr - Online

Frauen in der Lebensmitte haben noch vieles vor sich. Das gilt auch für ihre berufliche Entwicklung. Der Fokus dieses Workshops liegt auf der aktuellen beruflichen Standortbestimmung und einem Update der eigenen Zielorientierung für die verbleibenden Jahre im Berufsleben - vielfach bis 67 - und darüber hinaus. Es ist nie zu spät, eigene berufliche Ziele neu zu setzen, die Spur zu wechseln und durchzustarten.