

# Mit BeFF steigen Frauen ein und auf



## BERUFSPERSPEKTIVE UND NEUSTART FÜR FRAUEN AB 45

**BeFF bietet für Frauen ein vielfältiges Programm zur beruflichen Weiterentwicklung an.**

### **BeFF**

Berufliche Förderung von Frauen e.V.  
Lange Str. 51  
70174 Stuttgart

Tel.: 0711/263457-0  
FYX: 0711/263457-29  
E-Mail: [info@beff-frauundberuf.de](mailto:info@beff-frauundberuf.de)  
[www.beff-frauundberuf.de](http://www.beff-frauundberuf.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

**Für Frauen  
mit Erfahrung im Beruf**

STUTTGART 

Berufliche Förderung  
von Frauen e.V.

# BeFF

frau und beruf 

Kontaktstelle  
Stuttgart - Region Stuttgart



**Ein Angebot von BeFF e.V. - Kontaktstelle Frau und Beruf Stuttgart, Region Stuttgart, gefördert von der Landeshauptstadt Stuttgart, Abteilung für individuelle Chancengleichheit für Frauen und Männer**



**Für Frauen mit Erfahrung im Beruf, die sich beruflich verändern bzw. neu aufstellen wollen oder müssen**

### **Inhalte und Themen**

Ihr persönliches Kompetenzprofil, Ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt, Gesundheitsmanagement, Selbstpräsentation und Selbstmarketing.

### **Ziel des Programms**

Wir unterstützen und begleiten Sie beim Ausloten Ihrer beruflichen Möglichkeiten sowie bei der Planung und Umsetzung Ihrer beruflichen Ziele.

### **Teilnehmerinnen**

- Frauen ab 45 aus Stuttgart
- mit Berufsabschluss und Berufserfahrung, die aktuell nicht erwerbstätig sind oder aus anderen Gründen nach einer beruflichen Perspektive suchen.

Die Teilnehmerinnen werden von einer erfahrenen Beraterin, Trainerin und Coach in einem Zeitraum von ca. 6 Monaten online und vor Ort begleitet.

Das Programm

**„Berufsperspektive und Neustart für Frauen ab 45“** umfasst

### **Trainingstage** (ganztags)

- **Marke Ich – das zeichnet mich aus**  
Standortbestimmung und Kompetenzbilanzierung
- **Meine Chancen auf dem Arbeitsmarkt**  
Stellensuche und Bewerbung,  
Individuelle Strategien und Netzwerken
- **Gesundheitsmanagement**  
Anforderungen des (Arbeits)Alltags kraftvoll meistern
- **Sichtbar werden, Profil zeigen**  
Authentische Präsentation und Selbstmarketing

An den Trainingstagen, die samstags stattfinden, erhalten Sie fachliche Inputs und Trainings zu den jeweiligen Themen.

### **Gruppencoaching**

Im Gruppencoaching vertiefen Sie die Trainingsthemen und profitieren von den Erfahrungen der Teilnehmerinnen.

### **Einzelcoaching**

Im Einzelcoaching werden Sie bei der Bearbeitung individueller Fragestellungen und bei der schrittweisen Umsetzung Ihrer beruflichen Pläne begleitet.

### **Unternehmenseinblicke**

Gesprächsrunde mit VertreterInnen bzw. Personalverantwortlichen aus Unternehmen.

### **Teilnehmerinnenbeitrag**

420,- €

### **Interessentinnen wenden sich an**

Inge Zimmermann, Telefon 0711/263457-14  
E-Mail: [i.zimmermann@beff-frauundberuf.de](mailto:i.zimmermann@beff-frauundberuf.de)  
[www.beff-frauundberuf.de](http://www.beff-frauundberuf.de)

