



Veranstaltungsreihe
für Frauen

Wiedereinstieg nach Familienzeit Karrierebooster

Sa 24. Januar
Sa 31. Januar
Sa 7. Februar
jeweils 9-16 Uhr

Farb- und Stilberatung
Make-Up-Beratung
Potentialanalyse und Bewerbungscoaching

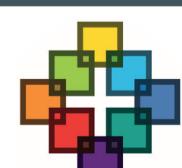
Ausführliche Info



KREML Kulturhaus
Burgschwalbacher Str. 8 · 65623 Hahnstätten/Zollhaus
Info/Anmeldung: 06430-929274 · Mail: weiterbildung@kreml-kulturhaus.de
www.kreml-kulturhaus.de

FrauenNetz

 Gleichstellung
Rhein-Lahn-Kreis



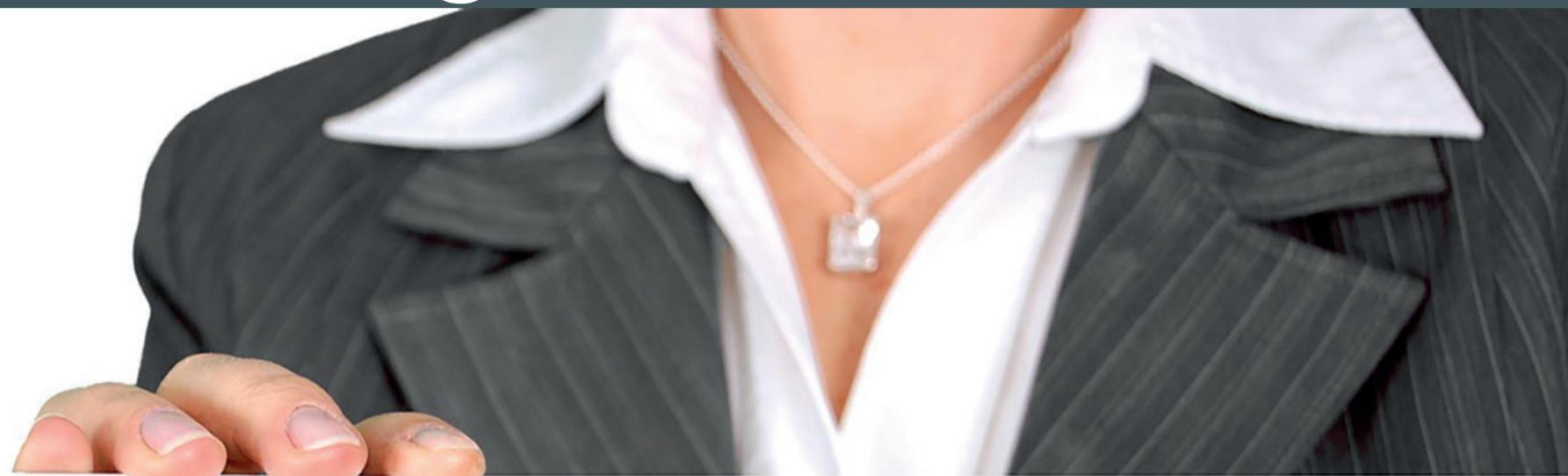
EVANGELISCHES DEKANAT NASSAUER LAND

 vhs
Kreisvolkshochschule
des Rhein-Lahn-Kreises

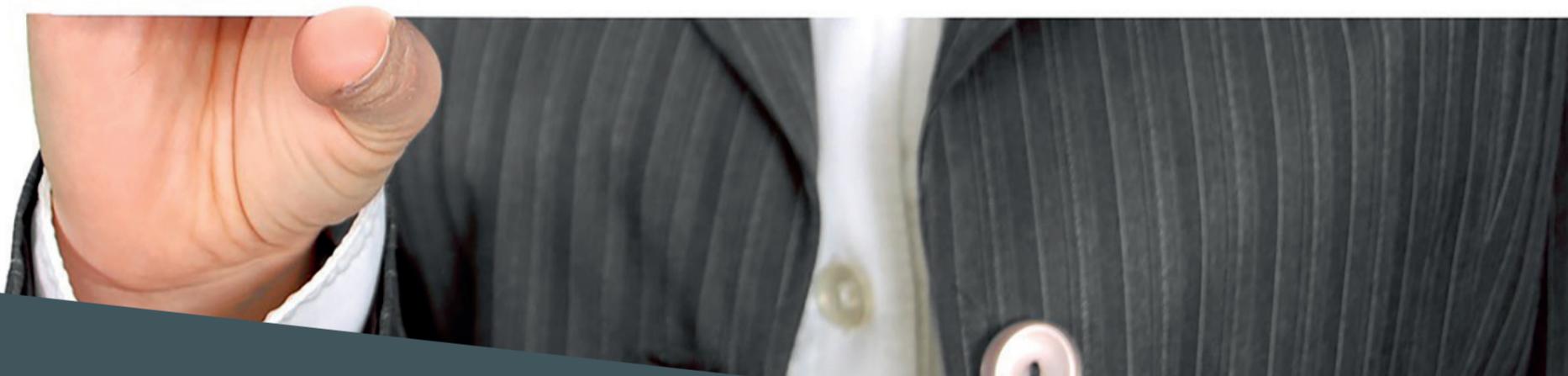
 KREML
Kulturhaus

Veranstaltungsreihe
für Frauen

Wiedereinstieg nach Familienzeit



Karrierebooster



Sa 24. Januar

Farb- und Stilberatung

Sa 31. Januar

Make-Up-Beratung

Sa 7. Februar

Potentialanalyse und Bewerbungscoaching

jeweils 9-16 Uhr

KREML Kulturhaus

Burgschwalbacher Str. 8

65623 Hahnstätten/Zollhaus

Info/Anmeldung: 06430-929274 oder

Mail: weiterbildung@kreml-kulturhaus.de

www.kreml-kulturhaus.de

Ausführliche Info



FrauenNetz

 **Gleichstellung**
Rhein-Lahn-Kreis



vhs
Kreisvolkshochschule
des Rhein-Lahn-Kreises

KREML
Kulturhaus

Veranstaltungsreihe für Frauen:

,Wiedereinstieg nach Familienzeit - Karriere Booster'

Am 24., 31. Januar und am 7. Februar 2026, je von 9-16 Uhr Kreml Kulturhaus

Viele Frauen erleben in ihrem Leben eine Zeit, in der sie ihre eigenen Bedürfnisse zurückstellen und all ihre Kraft in die Fürsorge für andere geben. Ob es die intensive Phase mit kleinen Kindern ist oder die liebevolle, oft kräftezehrende Pflege von Eltern oder Angehörigen – diese Verantwortung fordert Körper und Seele gleichermaßen. In dieser Zeit tritt die eigene Persönlichkeit oft in den Hintergrund, während man für andere stark ist. Doch irgendwann wächst der Wunsch, wieder in die eigene berufliche Welt einzutauchen, neue Perspektiven zu entdecken und die eigene Stärke neu zu spüren. Genau hier setzt unsere Workshoptreihe an: Sie lädt Frauen ein, sich ihrer Einzigartigkeit, ihrer inneren und äußeren Schönheit und ihrer wertvollen Fähigkeiten wieder bewusst zu werden. - In vier inspirierenden Modulen – Farb- und Stilberatung, Make-up-Beratung, Potenzialanalyse und Bewerbungscoaching - begleiten wir Frauen dabei, ihr Selbstvertrauen zu stärken, neue Chancen zu erkennen und mutig den nächsten beruflichen Schritt zu gehen. Die Module sind auch einzeln buchbar.

Modul 1: Kreative Stilberatung.

Der erste Eindruck zählt – und Ihr Stil spricht Bände. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Persönlichkeit optimal durch Kleidung, Farben und Schnitte ausdrücken. Wir gehen über klassische „Jahreszeiten-Typen“ hinaus und zeigen, wie Sie Ihre individuellen Proportionen, Haut- und Haarfarben gezielt in Szene setzen. Das Ergebnis: ein authentisches, selbstbewusstes Auftreten – privat wie beruflich.

Modul 2: Make-up – Aber sicher doch!

Erleben Sie, wie professionelles Make-up Ihre Wirkung auf sich selbst und andere verändert. Nach einer individuellen Gesichtsanalyse lernen Sie Schritt für Schritt, ein natürliches Make-up zu kreieren, das Ihre Vorteile betont. Das Ergebnis: ein strahlendes Erscheinungsbild, mehr Selbstbewusstsein und eine ausdrucksstarke Persönlichkeit – privat wie beruflich. Hierfür bitte die persönlichen Make-Up-Produkte und Schminkutensilien mitbringen.

Modul 3: Klarheit finden, Potenziale entfalten - gemeinsam in den Beruf

Die Carearbeit fordert Frauen oft sowohl körperlich als auch emotional heraus. Um nach der Familienzeit wieder selbstbewusst in eine Erwerbstätigkeit einsteigen, ist es hilfreich, die eigenen Kompetenzen aus der bisherigen Berufstätigkeit ebenso zu reflektieren wie die ergänzenden Fähigkeiten, die während der Familienzeit gewachsen sind. In diesem ca. dreistündigen Workshop arbeiten wir individuell an den Fragen: Welche Potenziale stecken in mir?

Welche Qualifikationen habe ich, und welche Bedeutung haben sie für potenzielle Arbeitgeberinnen oder Arbeitgeber? In welchem Tätigkeitsbereich möchte ich mich einsetzen? Welche Arbeitszeitmodelle passen zu meiner jetzigen Lebenssituation? Die Antworten schaffen Klarheit über Expertise, Interessen und berufliche Ziele. Ein wertschätzender Austausch in der Gruppe stärkt das Vertrauen, motiviert zu konkreten nächsten Schritten und unterstützt den gezielten Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt.

Modul 4: Bewerbungscoaching

Angebot eines professionellen Bewerbungstrainings (Lebenslauf, Anschreiben, Profilgestaltung, Online-Bewerbungen, Elevator Pitch). Dazu gibt es Informationen über Möglichkeiten für berufliche Weiterqualifizierung und Förderungen.

Eine Veranstaltungsreihe des Kreml-Kulturhaus in Kooperation mit dem FrauenNetz Rhein Lahn, der Gleichstellungsstelle des Rhein-Lahn-Kreises und der Gleichstellungsbeauftragten der Verbandsgemeinde Aar-Einrich.

Modul 1: Kreative Stilberatung

SAMSTAG 24.1., 9-16 Uhr, Mansarde
Leitung: Ulrike Schmidt, Typ-und Stilberaterin
Kursgebühr: 110,00 EUR, incl. Mittagessen u. Tagesverpflegung;

Modul 2: Make-up – Aber sicher doch!

SAMSTAG 31.1., 9-16 Uhr, Mansarde
Kursgebühr: 110,00 EUR, incl. Mittagessen u. Tagesverpflegung

Modul 3 und 4: Klarheit finden, Potenziale entfalten - gemeinsam in den Beruf

SAMSTAG 7.2., 9.00 – 16.00 Uhr, Mansarde
Leitung: Monika Schmelzeisen und Hannah Jones, Jobs for Moms / Hella Eiteneuer, Agentur
für Arbeit Koblenz-Mayen
Kursgebühr: keine; lediglich Kosten für Tagesverpflegung inkl. Mittagessen 20,00 EUR

Info/Anmeldung:

Fon 06430-9292724, Kreml oder

Mail: weiterbildung@kreml-kulturhaus.de