

## Alter ist Kopfsache und hat nichts mit Ihrem Bewerbungserfolg zu tun!

Bewerbungstraining für Frauen in der Lebensmitte, die Lust auf eine neue Herausforderung haben. Ihr alter Beruf fordert Sie nicht mehr? Oder Sie wollen nach der Familienpause wieder durchstarten? Noch einmal etwas ganz Anderes machen, freiberuflich arbeiten, sich selbst verwirklichen oder früher in Rente gehen?

### Zielgruppe

Der Workshop richtet sich an alle Frauen, ab 50+ (oder die sich gerade so fühlen), die ihre Karriere weiterentwickeln oder wieder in den Arbeitsmarkt einsteigen möchten.

### Inhalte des zweitägigen Workshops

- Identifizierung und Reflektion der eigenen Stärken, Werte und Ziele, um Klarheit über die persönlichen Prioritäten zu gewinnen.
- Erkennung und Überwindung von Ängsten, Selbstzweifel und alten Glaubenssätzen, um mehr Selbstvertrauen und Sicherheit zu gewinnen.
- Sie entwickeln eine persönliche Vision und einen ersten Aktionsplan, um die ersten Schritte in die Zukunft zu gehen.

Angeregt durch viele verschiedene Methoden, in Gruppen- und Einzelarbeit und begleitet von kurzen theoretischen Impulsen, können Sie Ihre Vorstellungen und Ideen zur beruflichen Veränderung so konkretisieren, dass sich die nächsten Schritte deutlich abzeichnen und Sie selbstbewusster in Ihre nächsten Aufgaben gehen.

### Die Termine für Frühjahr 2025 werden noch bekannt gegeben.

Die Workshopleiterin Beate Bruker ist Diplom-Kommunikationsberaterin und systemische Coach. Sie verfügt über langjährige Erfahrung Menschen und Teams dabei zu unterstützen, erfolgreiche Veränderungen zu gestalten.

Die Veranstaltung ist kostenfrei und wird aus Mitteln der Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung – Abteilung Frauen und Gleichstellung gefördert.

Da die Teilnehmerinnenzahl begrenzt ist, bitten wir Sie um eine verbindliche Anmeldung:

Frau Güleç  
Tel: 68 97 72 - 10  
E-Mail: [beratung@inpaed-berlin.de](mailto:beratung@inpaed-berlin.de)

Senatsverwaltung  
für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration,  
Vielfalt und Antidiskriminierung

**BERLIN**



Ort: Inpäd e.V., Manfred-von-Richthofen-Str. 2,  
Ecke Dudenstr., VH 1.OG.  
12101 Berlin Tempelhof-Schöneberg  
U-Bahn: U6 Platz der Luftbrücke