

Programm

August - Dezember

2026



Zentrum Information Beratung Bildung (ZIBB)
Frauen für Frauen e.V.

Steinschöner Straße 4b
64823 Groß-Umstadt

Telefon: 06078 96760 0

E-Mail: info@zibb-umstadt.de

Website: www.zibb-umstadt.de

Social Media:



Jubiläum traf Frauentag

*40 Jahre
erfolgreiche
Beratung
und
Bildung
von Frauen*



Liebe Leser*innen,

40 Jahre ZIBB – Frauen für Frauen e.V. Jahre der Begegnung, Bildung und Bewegung: Vier Jahrzehnte, in denen Frauen Räume gefunden haben, um sich zu begegnen, sich auszutauschen, voneinander zu lernen und die eigene Stimme zu entfalten.

Was 1985 als kleine Initiative begann, ist heute ein lebendiger Ort für Empowerment, Verbundenheit und neue Perspektiven. ZIBB – Frauen für Frauen e.V. steht seit 40 Jahren für Mut, Entwicklung und Gemeinschaft – für Frauen, die sich gegenseitig stärken und gemeinsam Zukunft gestalten.

*Kleiner Rückblick: auf
unser 40-jähriges Jubiläum*

Am 7. März 2026 feierte ZIBB – Frauen für Frauen e.V. sein 40-jähriges Jubiläum in enger Verbindung mit dem Internationalen Frauentag – mit einem bewegenden und lebendigen Programm.

Der Tag begann mit dem Theaterworkshop „Gib deiner Stimme eine Bühne“, in dem Frauen den Raum erhielten, sich auszuprobieren, auszudrücken und ihrer eigenen Stimme näherzukommen.

Im Anschluss folgte eine Aufführung unter der Leitung von Nadine Hilbert (Theaterwerkstatt Groß-Umstadt), um das Erlebte künstlerisch weiterzutragen.

Bei Getränken und Essen entstand im Laufe des Tages eine offene, herzliche Atmosphäre voller Gespräche, Begegnungen und Verbundenheit.

Den stimmungsvollen Höhepunkt bildete am Abend der Auftritt der Frauenpowerband „KICK LA LUNA“. Mit Musik, Energie und Lebensfreude wurden der Frauentag, das Jubiläum und das „Frau sein“ gemeinsam gefeiert – kraftvoll, emotional und verbindend.



Wir danken allen Mitwirkenden und Gästen, die diesen besonderen Tag mit uns geteilt und ihn zu einem unvergesslichen Erlebnis gemacht haben.

Frauen für Frauen e.V.
Zentrum Information Beratung Bildung (ZIBB)
in Kooperation mit
Kulturmanagement, Groß-Umstadt /
Gleichstellungsbeauftragte / Theaterwerkstatt

Vielleicht spricht Sie einer unserer Kurse und Workshops an?

Vielleicht eines unserer Online-Bildungsangebote?

Vielleicht suchen Sie Beratung und Unterstützung, möchten neue Wege gehen oder gut vorbereitet in Ihren Bewerbungsprozess starten?

Oder Sie wünschen sich eine Gruppe Gleichgesinnter, in der Austausch und Begegnung möglich sind?

Unser vielfältiges Angebot lädt dazu ein, sich inspirieren zu lassen und eigene Potenziale zu entdecken. Bei Anregung und Kritik sind wir gerne für Sie da.

Bürozeiten: Montag bis Freitag von 09:00 bis 12:00 Uhr und nach Vereinbarung

Beratungszeiten: Nach Vereinbarung

Bankverbindung: Sparkasse Dieburg
DE07 5085 0150 0013 1569 06

Spendenkonto: DE77 5085 0150 0002 1671 95

Für unsere Arbeit erhalten wir Zuschüsse aus der öffentlichen Hand. Die Stadt Groß-Umstadt unterstützt uns mit einem Betriebskostenzuschuss, der Landkreis Darmstadt-Dieburg mit einem institutionellen Zuschuss, das Land fördert durch kommunalisierte Mittel.

ESF-Bundes und Landesprojekte ermöglichen die Angebote zur Arbeitsmarktintegration für verschiedene Zielgruppen und Beiträge und Spenden runden den Etat auf.



Inhalt

Seite

Terminübersicht / Starttermine	06
Information	08
Beratung	08
Bildung	12
Angebote Präsenz - Kreativität	13
Angebote Präsenz & Online - Dig. Kompetenz	16
Angebote Präsenz - Empowerment	19
Angebote Präsenz - Sprachen	22
Angebote Präsenz - Angeleitete Gruppen	27
Projekte Online - NeW Akademie	32
Projekte Präsenz & Online	33
Projekt NeW - Netzwerk Wiedereinstieg	33
Projekt MY TURN - MY CHOICE	36
Projekt Jobchance Sozialwirtschaft	38
ZIBB - Frauen für Frauen e.V., Team und AGBs	40



Terminübersicht / Starttermine

August 2026

Seite

11.08. Ängste im Alter (Gruppe)	30
12.08. Spanisch	25
13.08. Gemeinsam stärker durchs Jahr (Gruppe)	28
14.08. Brush your English & Polish your English	22
17.08. Angst, Panik Depression (Gruppe)	29
30.08. NEa - Netzwerk Alleinerziehende	27

September 2026

Seite

03.09. Erstelle deine eigene Website	16
04.09. Kollegiale Beratung / Coaching	19
08.09. Canva: Grundlagen Lebenslauf	17
10.09. Französisch Konversation B1/B2	23
10.09. Kreativität: Herbstkränze wickeln	13
15.09. Canva: Flyer, post & Kommunikation	17
24.09. Lebenslust statt Krankheitsfrust (Gruppe)	31
29.09. Canva: Apps und Interaktive Inhalte	17

Oktober 2026

Seite

10.10. Sicherheit im Alter	20
27.10. KI - Intelligente Assistenz für den Alltag	18
27.10. Italienisch Sprachniveau B1	24
28.10. Italienisch Sprachniveau A2	23
29.10. Finanzielle Selbstbestimmung für Frauen	21



Terminübersicht / Starttermine

NeW-Akademie: Online-Termine s. Seite 32
(Anmeldung über info@zibb-umstadt.de)

September - November 2026

25.09. Bewerbung 4.0: Von KI bis Social Media:
AI-Assistent, OneClick-Bewerbung, Video-Interviews & Co.: Die besten Tools und Strategien für den neuen Job.

24.11. Excel: Nachschlagen von Werten
Nachschlagen und Zuordnen von Werten mit Excel-Funktionen.

26.11. Pivot Tabelle
Daten mit PivotTabellen analysieren und zusammenfassen.

27.11. Bewerbung 4.0: Von KI bis Social Media:
AI-Assistent, OneClick-Bewerbung, Video-Interviews & Co.: Die besten Tools und Strategien für den neuen Job.



1. Information

Seit jeher sehen wir uns in der Verantwortung, frauenspezifische Informationen bereitzustellen – besonders in einer ländlich geprägten Region, wo der Zugang dazu oft eingeschränkt ist. Früher waren unsere Werkzeuge eine Schlagwortkartei, eine Präsenzbibliothek und eine Leihbücherei. Heute, im Zeitalter der digitalen Informationsflut, unterstützen wir Frauen dabei, gezielt zu recherchieren, Informationen sinnvoll zu filtern und sich mit fundiertem Fachwissen zu stärken.

2. Beratung

Psychosoziale Beratung – Begleitung auf dem Lebensweg

Jede von uns kann im Leben an einen Punkt gelangen, an dem sie nicht mehr allein weiterweiß, neue Orientierung sucht oder einfach ein offenes Ohr braucht. Unser Beratungsangebot bietet fachliche Begleitung für solche Lebensphasen – individuell und bedarfsgerecht. Manchmal reicht schon ein einziges Gespräch, um neue Klarheit zu gewinnen und wieder eigenständig weiterzugehen. In anderen Fällen kann es hilfreich sein, mehrere Termine zu nutzen, um persönliche Ziele zu reflektieren, zu entwickeln und erste Schritte zu wagen. Gemeinsam schauen wir auch, welche weiteren Unterstützungsangebote wie Therapeutinnen oder Selbsthilfegruppen sinnvoll sein könnten, und helfen bei der Suche nach den passenden Anlaufstellen.

Beratung zur beruflichen Orientierung

Der Wiedereinstieg, berufliche Um- oder Neuorientierung werfen Fragen auf. Die Beratung hilft, die Schritte zu strukturieren. Themen wie die Klärung der vorhandenen Qualifikation, Entscheidungsfindung, Vereinbarkeit und Aus-, Fort- und Weiterbildung stehen im Fokus. Diese Beratung kann eine sinnvolle Vorstufe vor dem Schritt zur Bundesagentur für Arbeit sein. Wir informieren gerne über Projekte, die Sie während dieser Phase der Neuorientierung unterstützen.

Beraterin: Nach thematischem Schwerpunkt

Hilfe, mein Kind hat es gerade schwer in der Schule – Sprechstunde Schulberatung

Der Arbeitsplatz von Kindern und Jugendlichen ist die Schule. Gleichzeitig ein zweites Zuhause, wo es täglich neue Herausforderungen gibt. Lernen, arbeiten, Leistung erbringen, Prüfungen schreiben, sich konzentrieren, mit anderen auskommen, in Gruppen zusammenarbeiten, sich an Regeln halten, mit Lehrkräften und den schulischen Anforderungen zurechtkommen usw. - ein weites Feld, wo gerne auch mal Schwierigkeiten auftreten können, die häufig die ganze Familie belasten. Hier setzt das Beratungsangebot für Mütter bzw. Eltern an. Sie finden jemanden, der zuhört, mit Ihnen zusammen mögliche Lösungswege erarbeitet und ggf. über Unterstützungsangebote informiert.

Vertraulichkeit ist selbstverständlich.

Termine nach individueller Vereinbarung -
in Präsenz und online

Mit Hilde Spahn,
Schulleiterin i.R.,
Schulmediatorin

Beratung bei Trennung und Scheidung

Trennung und Scheidung bedeuten einen gravierenden Einschnitt im Leben. Die Auswirkungen unterscheiden sich von Frau zu Frau. Sie reichen u. a. von der Änderung der persönlichen Lebensumstände über Probleme der zukünftigen Existenzsicherung bis zu den Folgen hinsichtlich des Sorgerechts für die gemeinsamen Kinder.

Die Beratung gibt Ihnen eine Erstorientierung, die Ihre Entscheidungsfindung unterstützt, und Tipps für weitere Schritte.

Mit Andrea Balmerth,
Geschäftsführerin, Systemische Paar- und
Familientherapeutin, Mediatorin



Traumatasensible Begleitung und Beratung für geflüchtete Frauen und Migrantinnen

Wir bieten geflüchteten Frauen und Migrantinnen mit traumatischen Erfahrungen Traumaberatung im Sinne einer psychologischen Erstversorgung und Erststabilisierung an. Das beinhaltet zunächst Aufklärung und Psychoedukation (Informationen über posttraumatische Reaktionen) bezüglich Traumata und traumaspezifischen Symptomen.

So kann sich die psychische Stabilität verbessern und Fähigkeiten zur inneren Beruhigung können erlangt werden. Gemeinsam mit der Klientin wird der Hilfe- bzw. Unterstützungsbedarf ermittelt. Dabei orientieren wir uns an den Ressourcen und spontanen Selbstheilungskräften der betroffenen Frauen. Wir erarbeiten einfache Bewältigungsstrategien, um traumatische Erfahrungen zu verarbeiten und Fluchtfolgen zu bewältigen.

Das beinhaltet:

- die eigenen Ressourcen zu aktivieren und zu stärken
- Bewältigungsstrategien zu erarbeiten und zu verbessern
- Selbsthilfeübungen anzuwenden, um Angst und Spannung zu reduzieren
- Umgang mit posttraumatischen Stressreaktionen zu erlernen
- psychische und körperliche Stabilisierung
- Wiedergewinnen der Selbstkontrolle

Setting:

Die Beratung kann unter Mitwirkung einer Dolmetscherin stattfinden. Pro Frau sind maximal zehn Beratungstermine möglich (1 x wöchentlich oder ggf. 14-tägig).

Methoden:

- Stützende Gespräche
- Selbsthilfetechniken zur Stressregulierung
- Entspannungsmethoden
- Ressourcenorientierte Imagination
- Unterstützende Körperarbeit wie Übungen zur Körper- und Sinneswahrnehmung,
- Achtsamkeit und Aufmerksamkeitssteuerung



*“Jeder Mensch trägt seine eigene Geschichte -
wir bieten einen geschützten Raum, in dem sie gehört
werden darf.”*

Mit Regina Görlich,
Heilpraktikerin für Psychotherapie, Betriebswirtin

**Die Beratungsgespräche finden bei uns im Zentrum
in der Steinschönauser Str. 4b in Groß-Umstadt nach
individueller Terminvereinbarung statt.**

3. Bildung

Unsere Bildungsangebote finden Sie auf den folgenden Seiten.

Wir unterscheiden zwischen Präsenzveranstaltungen und Onlineformaten.

Sie finden Kurse und Workshops aus dem beruflichen Bereich, Empowerment- und Kreativangebote, sowie Gruppenangebote, die dem Selbsthilfeansatz folgen.

Manchmal sind die Übergänge fließend.

Wenn Sie Fragen oder Anregungen zu bestimmten Themen haben, lassen Sie es uns wissen.



Kränze wickeln – natürlich kreativ

Der Herbst zeigt sich von seiner schönsten Seite: bunte Blätter, Beeren, Blüten, Kräuter und feine Zweige verwandeln sich in einzigartige Naturkränze voller Farbe, Struktur und Persönlichkeit.

In diesem Kurs gestalten die Teilnehmerinnen aus den Schätzen der Natur moderne, individuelle Kränze und entdecken, wie vielseitig natürliche Materialien eingesetzt werden können.

Ganz egal, ob bereits Erfahrung mit Floristik vorhanden ist oder zum ersten Mal ein Kranz entsteht – im Mittelpunkt stehen Kreativität, Freude am Gestalten und das gemeinsame Arbeiten in entspannter Atmosphäre. Unter fachlicher Anleitung entwickelt jede Teilnehmerin ihr eigenes Werkstück.

Bitte eine Rosenschere und ein Messer mitbringen.

Eigene Blumen oder Materialien aus dem Garten dürfen gerne mitgebracht werden, sind aber keine Voraussetzung.

Mit Tanja Grünebaum,
Floristmeisterin

Termin: 10.09.2026

Uhrzeit: 16:00 - 18:30 Uhr

Kosten: 20,00 Euro inkl. Materialkosten

5 - 10 Teilnehmerinnen



Buchclub „Lesezauber“ - in der Umstädter Bücherkiste

Die Umstädter Bücherkiste und das ZIBB – Frauen für Frauen e.V. laden Literaturbegeisterten herzlich ein, Teil des Buchclubs „Lesezauber“ zu sein. Der Buchclub „Lesezauber“ hat sich als lebendiger Treffpunkt für Literaturbegeisterte etabliert. In gemütlicher Atmosphäre kommen Leser*innen zusammen, um sich über gelesene Bücher auszutauschen, unterschiedliche Perspektiven kennenzulernen und neue Leseschätze zu entdecken. Die anregenden Gespräche und die Freude am Lesen machen die Treffen zu einem besonderen Erlebnis.

Wir danken der Umstädter Bücherkiste für die Gastfreundschaft und die besondere Atmosphäre, die unsere monatlichen Treffen zu etwas ganz Besonderem macht.

Unterstützt wurde das Projekt auch von Bücherraben e.V. - auch hier unser ganz herzliches Dankeschön.

Für weitere Informationen und Anmeldungen steht das Team der Umstädter Bücherkiste gerne zur Verfügung:

Telefon: 06078 - 714 76 oder per Mail: umstaedter-buecherkiste@web.de





EIN ABEND VOLLER POESIE UND INTERKULTURELLER BEGEGNUNGEN

Nach dem großen Erfolg 2025 lädt ZIBB – Frauen für Frauen e.V. wieder ein: Im Rahmen der Interkulturellen Woche des Landkreises Darmstadt-Dieburg bringen Menschen mit Migrationsgeschichte ihre Heimatsprachen zum Klingen. Sie präsentieren Texte in ihrer Muttersprache und auf Deutsch – lebendig, berührend und voller neuer Perspektiven auf die Vielfalt unserer Welt.

**DER ABEND LÄDT DAZU EIN, DIE KLANGVIELFALT
VERSCHIEDENER SPRACHEN ZU ERLEBEN, MITEINANDER
INS GESPRÄCH ZU KOMMEN UND DEN
INTERKULTURELLEN AUSTAUSCH ZU FÖRDERN.**

**EINE SCHÖNE GELEGENHEIT FÜR BEGEGNUNGEN,
VERSTÄNDNIS UND GEMEINSCHAFT.**

Der Eintritt ist frei, und alle Interessierten sind herzlich eingeladen, an diesem kulturellen Austausch teilzunehmen.



Veranstaltende und Kooperationspartner*innen:

Zentrum Information Beratung Bildung (ZIBB) - Frauen für Frauen e.V. in Kooperation mit der Stadt Groß-Umstadt | Integrationsguide

Ort: Clubraum der Stadthalle Groß-Umstadt, Am Darmstädter Schloß 6, 64823 Groß-Umstadt | barrierefreier Zugang | Parkmöglichkeit vorhanden

Termin: 01.10.2026

Uhrzeit: 19:00 Uhr, Einlass: 18:30 Uhr

Kosten: Kostenfreie Teilnahme, Spende für Getränke erbeten

Angebote in Präsenz und Online

Digitale Kompetenz

Eigene Website mit dem Tool 'Notion' erstellen - einfach und anwenderfreundlich

Praktischer Kurs für Frauen

In diesem Workshop lernen die Teilnehmerinnen, wie sie mit dem Tool 'Notion' ganz ohne Programmierkenntnisse eine moderne und kostenlose Website erstellen. Schritt für Schritt gestalten sie ihre eigene Online-Präsenz – ob als persönliche Visitenkarte, Portfolio, Projektseite oder für die Selbstständigkeit.

Dabei erhalten sie einen einfachen Einstieg in Notion, lernen die Grundlagen der Website-Gestaltung kennen und veröffentlichen ihre Website direkt im Internet.

Am Ende des Workshops verfügen die Teilnehmerinnen über eine eigen Site und das Know-how, diese selbstständig weiterzuentwickeln.

Mit Alina Davydova,

Trainerin für digitale Medien und Webgestaltung

Termine: 03.09., 04.09., 05.09.2026

Uhrzeit: jeweils 18:00 - 21:00 Uhr (03.+ 04.09.)

09:00 - 12:00 (05.09.)

Kosten: 70,00 Euro

6 - 8 Teilnehmerinnen

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit den Computer genügen

**Bitte bringen Sie
Ihren Laptop (geladen) mit.
Danke.**



Angebote in Präsenz und Online

Digitale Kompetenz

Canva für Beruf & Social Media

Praktischer Kurs für Frauen

In dieser Workshopreihe aus 4 Modulen wird Schritt für Schritt gezeigt, wie mit dem kostenlosen Online-Tool Canva ansprechende Designs erstellt werden – ganz ohne Vorkenntnisse des Designtools.

Die Teilnehmerinnen lernen professionelle visuelle Inhalte zu erstellen: vom überzeugenden Lebenslauf bis hin zu Flyern, Posts für soziale Netzwerke und einfachen Präsentationen mit Unterstützung von KI.

Ziel ist es, digitale Selbstständigkeit zu stärken und die Beschäftigungsfähigkeit sichtbar zu verbessern.

Mit Perinne Boyom,
Trainerin Social Media und Digitale Bildung

Termine:

08.09.2026 Modul I:

Grundlagen und Lebenslauf

15.09.2026 Modul II:

Flyer, Posts und visuelle Kommunikation

22.09.2026 Modul III:

Markenidentität und Canva-KI

29.09.2026 Modul IV:

Canva-Apps und interaktive Inhalte

Uhrzeit: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr

Kosten: 17,00 Euro pro Modul - einzeln buchbar

6 - 8 Teilnehmerinnen

Voraussetzung: Computer Kenntnisse erforderlich

Bitte bringen Sie Ihren Laptop (geladen) mit. Danke.



Angebote in Präsenz und Online

Digitale Kompetenz

Intelligente Assistenz für Alltag und Freizeit

Was mit KI in unserem Alltag möglich ist?

Vortrag für Frauen - Hybrid (*Online und in Präsenz*)

Texte schreiben bei Bedarf in Videos verwandeln, Avatare sprechen lassen, Bilder bearbeiten, Musik erzeugen, ...? Vieles ist möglich.

- Was delegieren wir an Tools?
- Wo setzen wir Grenzen?
- Was bleibt menschlich?

In dem 2-stündigen Vortrag erfahren die Teilnehmerinnen:

- Welche KI-Tools eignen sich für Privatpersonen?
- Aha-Momente garantiert: Viele Helfer sind oft unbemerkt im Hintergrund aktiv?
- Welche Gefahren lauern?
- Evaluieren bleibt wichtig, denn auch KI kann sich irren. Sicherheit und Datenschutz bleiben in unserer Verantwortung.
- Wie viel fachliches Know-how brauche ich?
Ausprobieren schlägt Perfektion. Neugierde ist wichtiger als Technik.

Der Vortrag richtet sich an Frauen jeden Alters, die entdecken möchten, wie intelligente Assistenz unser Leben leichter, kreativer und entspannter machen kann.

Mit Simone Asal, Perinne Boyom und Evelyn Tralle, Trainerinnen

Termine: 27.10.2026

Uhrzeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kosten: 20,00 Euro

mind. 6 Teilnehmerinnen



Kollegiale Beratung – Kollegiales Coaching und Bewegung in der Natur

Neue Perspektiven gewinnen – gemeinsam Lösungen entwickeln

Der Berufsalltag bringt immer wieder neue Herausforderungen mit sich. Kollegiales Coaching hilft, berufliche Fragestellungen gemeinsam zu reflektieren, Erfahrungen auszutauschen und neue Lösungswege zu entwickeln.

Im Angebot lernen Sie die Grundlagen und den strukturierten Ablauf der Methode kennen und erfahren, wie Sie kollegiale Beratung im beruflichen Alltag nutzen können.

Bewegung in der Natur eröffnet neue Perspektiven.

Inhalte:

- Grundlagen und Ablauf des kollegialen Coachings
- Einsatzmöglichkeiten im beruflichen Alltag
- Bewegung in der Natur als Impuls für neue Perspektiven und Lösungen

Mit Sylvia Mohr-Bimmel,
Fachpsychologische Beraterin, Sozialpädagogischer Coach/Personal-Coach

Termine: 04.09., 11.09., 18.09.2026

Uhrzeit: jeweils 16:00 - 18:00 Uhr

Kosten: 45,00 Euro

6 - 8 Teilnehmerinnen

3
zusammen-
hängende
Termine

Je nach Wetterlage
starten wir bereits im
Freien in der Nähe der
Weinberge.



Sicherheit im Alter – für Senior*innen und Angehörige Gut informiert, sicher unterwegs

Ob an der Haustür, beim Einkaufen, unterwegs oder am Telefon – BetrügerInnen nutzen immer wieder neue Maschen, um Menschen zu täuschen.

In diesem Vortrag erfahren die TeilnehmerInnen, wie sie sich in verschiedenen Alltagssituationen sicher verhalten und mögliche Gefahren rechtzeitig erkennen können.

Themen sind unter anderem der Umgang mit unbekannten Personen an der Haustür, sicheres Verhalten im öffentlichen Raum, der Schutz von Geldbörse und Wertsachen sowie der richtige Umgang mit verdächtigen Anrufen. Auch bekannte Betrugsformen wie Schockanrufe und der sogenannte Enkeltrick werden anschaulich erklärt.

**Praxisnahe Tipps und Beispiele zeigen,
wie die TeilnehmerInnen selbstbewusst und sicher
reagieren können – für mehr Sicherheit und
Gelassenheit im Alltag.**

Mit Peter Dyroff,
Ehrenamtlicher Sicherheitsberater für Senioren (SfS)
Er wurde für diese Tätigkeit beim Polizeipräsidium
Süd Hessen geschult und arbeitet eng mit den
Schutzleuten vor Ort zusammen.

Termin: 21.10.2026

Uhrzeit: 15:30 Uhr

Kosten: Teilnahme kostenfrei

6 - 11 Teilnehmer*innen



Finanzielle Selbstbestimmung für Frauen - Mehr Überblick über Geld und Möglichkeiten

Finanzielle Sicherheit bedeutet nicht nur Geld, sondern auch Handlungsspielräume, Selbstvertrauen und Unabhängigkeit. Frauen sind jedoch oft benachteiligt – etwa durch Teilzeit, Sorgearbeit oder geringere Einkommen. Diese Ungleichheit im Vermögen und in der Absicherung wird als „Gender Wealth Gap“ bezeichnet.

Der Workshop zielt darauf ab, Frauen zu befähigen, sich mit finanzieller Eigenständigkeit auseinanderzusetzen.

Durch den Austausch sollen neue Ideen, Perspektiven und konkrete Handlungsmöglichkeiten entstehen

Themen sind:

- Gender Wealth Gap – Ursachen und Auswirkungen
- Finanzielle Selbstsicherheit und gesellschaftliche Rollenbilder
- Impulse für mehr finanzielle Eigenständigkeit
- Austausch über persönliche Erfahrungen und Möglichkeiten

Der Workshop versteht sich nicht als Finanzberatung, sondern als interaktives Angebot zur Stärkung finanzieller Selbstbestimmung und Teilhabe.

Mit Andrea Balmerth,
Geschäftsführerin, Beratung und Coaching

Termin: 29.10.2026

Uhrzeit: 19:00 - 21:30 Uhr

Kosten: 15,00 Euro

5 - 12 Teilnehmerinnen



Polish your English

Dieser Kurs richtet sich an Lernende mit Vorkenntnissen mit dem Ziel ihre Sprachfähigkeit zu verbessern. Im Mittelpunkt stehen Strategien für flüssige Gespräche – vom Halten einer Unterhaltung bis zum gekonnten Abschluss. Zudem werden telefonische Kommunikation, der Umgang mit unerwarteten Situationen sowie professioneller E-Mail-Austausch trainiert. Lernen in einer Gruppe ist dabei effektiv und macht auch Spaß!

Mit Claudia Biamonti,
Lehrkraft Englisch

Termine: Freitags, 14.08., 21.08., 28.08.,
11.09., 25.09., 02.10., 30.10., 06.11., 13.11.,
20.11., 27.11., 04.12.2026

Uhrzeit: 09:00 - 10:30 Uhr

Kosten: 120,00 Euro, 6 - 12 Teilnehmerinnen

Brush up your English

Dieser Kurs beschäftigt sich mit alltäglichen Situationen zu Hause oder auf Reisen, wo oft nur das eine Wort fehlt bzw. irgendetwas nicht ganz richtig klingt. Kursziel ist es, die Teilnehmerinnen vertrauter und selbstbewusster im Umgang mit der englischen Sprache zu machen, damit sie als lockeres Instrument zur Kommunikation dient.

Mit Claudia Biamonti, Lehrkraft Englisch

Termine: Freitags, 14.08., 21.08., 28.08.,
11.09., 25.09., 02.10., 30.10., 06.11., 13.11.,
20.11., 27.11., 04.12.2026

Uhrzeit: 10:45 - 12:15 Uhr

Kosten: 120,00 Euro, 6 - 12 Teilnehmerinnen

Französisch Konversation B1/B2-Abendkurs

In diesem Kurs wird spielerisch der Wortschatz durch lebendige Gespräche über aktuelle Themen, Lieder, Texte und Bücher erweitert. Er ist ideal für Frauen mit mindestens 4 Jahren Schul-Französisch und soliden Grammatikkenntnissen.

Ohne Lehrbuch – einfach Neugier und Freude am Austausch mitbringen!

Mit Marielle Guinet,

Native Speaker, Lehrkraft Französisch

Termine: Donnerstags, 12.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 26.03., 16.04., 13.04., 30.04.2026

Uhrzeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Kosten: 100,00 Euro, 6 - 16 Teilnehmerinnen

Parlare Italiano A2 - Abendkurs

Im Mittelpunkt steht das freie Sprechen: Anhand der Themen des Lehrwerks (s.u.) und persönlicher Erfahrungen bringen alle Teilnehm*innen Alltagssituationen und Erlebtes ein – jeder nach seinem Können. Das Lehrwerk dient als „roter Faden“, der dabei Grammatik und Wortschatz vermittelt.

Es wird auf Basis des Lehrwerks „Nuovo Espresso 2“, Hueber Verlag gearbeitet.

Mit Barbara Grassi,

Native Speaker, Lehrerin

Termine: Mittwochs, 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.2026, 20.01., 27.01.2027

Uhrzeit: 19:30 - 20:30 Uhr

Kosten: 80,00 Euro, 5 - 8 Teilnehmer*innen

Parlare Italiano B1 - Abendkurs

Die Themen des Lehrwerks (s.u.) werden je nach Interesse der Teilnehmerinnengruppe vertieft oder verkürzt behandelt.

Oft bilden persönliche Erfahrungen, Wünsche oder Fragen der Teilnehmerinnen den Ausgangspunkt – unterstützt durch ergänzendes Material. Der Fokus liegt auf der mündlichen Kommunikation, doch auch das Verstehen anspruchsvoller schriftlicher Texte wird gezielt gefördert.

Es wird auf Basis von „Nuovo Espresso 3“, Hueber Verlag gearbeitet.

Mit Barbara Grassi,
Native Speaker, Lehrerin

Termine: Dienstags, 27.10., 03.11., 10.11.,
17.11., 24.11., 01.12., 08.12., 15.12.2026,
19.01., 26.01.2027

Uhrzeit: 19:30 - 20:30 Uhr

Kosten: 80,00 Euro

5 - 8 Teilnehmerinnen



Spanisch

Ab dem 12. August 2026 wird der Spanischkurs fortgesetzt und startet mit Kapitel 7 des Lehrbuchs „Perspectivas A1“ von Cornelsen.

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die Freude am Lernen haben, es geht um Grammatik, Vokabeln, Sprechen, kulturelle Einblicke und landestypische Traditionen. In einer freundlichen und entspannten Atmosphäre werden die Grundlagen gemeinsam erarbeitet.

Mit Anette Benz,
Lehrkraft, Dolmetscherin

Termine: 1. Block: Mittwochs, 12.08., 19.08., 26.08., 02.09., 09.09., 16.09., 23.09. und 30.09.2026

Uhrzeit: 18:00 - 19:30 Uhr

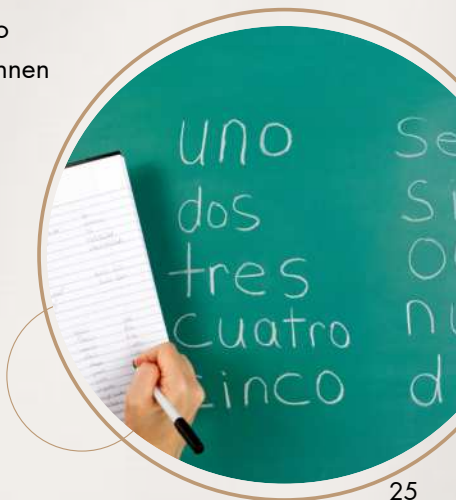
Kosten: 80,00 Euro,

2. Block: Mittwochs, 21.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11.2026

Uhrzeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Kosten: 60,00 Euro

6 - 12 Teilnehmerinnen



Deutsch – Startklar:

Sprachliche- und sozialpädagogische Starthilfe für zugewanderte Frauen, Sprachniveau A1/A2

Zugewanderte Frauen erlernen hier erste Deutschkenntnisse, die ihnen den Alltag erleichtern und Zugang zu weiterführenden Bildungsangeboten ermöglichen.

Eine Sozialpädagogin hilft in Alltagsfragen.

Mit Ilka Müller,

Magistra Artium, Sprachtrainerin

Termine: Montags und donnerstags

Uhrzeit: 09:00 -12:00 Uhr

Das Angebot wird gefördert von der Sozialstiftung des Landkreises Darmstadt-Dieburg und ist für die Teilnehmerinnen **kostenfrei**.

*“Am Anfang war alles schwer,
aber gemeinsam mit anderen
Teilnehmerinnen sehe ich nun
eine gut Zukunftsperspektive
für mich.”*



Angebote in Präsenz

Angeleitete Gruppen

NEa – Netzwerk Alleinerziehende im Landkreis Darmstadt-Dieburg

Gemeinsame Zeit für Alleinerziehende und getrennt erziehende Eltern

Du bist alleinerziehend oder trägst die Verantwortung für deine Kinder nach einer Trennung?

Du suchst nach Eltern in ähnlichen Situationen mit denen du dich austauschen kannst?

Du möchtest mit anderen Familien Unternehmungen planen und umsetzen?

Dann trete dem **NEa Netzwerk Darmstadt-Dieburg** bei. Die monatlichen Treffen finden in Form eines Sonntagsbrunchs statt.

Wir bieten Raum, Infrastruktur und Organisation. Ablauf und Inhalt gestalten die Ein-Eltern-Familien nach ihren Wünschen.

Mit Bianca Keim,
Erzieherin

Termine: Sonntags 30.8., 27.9., 25.10., 29.11. 2026

Uhrzeit: 10:30 - 12:30 Uhr

Nehmen Sie gerne Kontakt auf, oder besuchen Sie uns auf Facebook. In der geschlossenen Gruppe im sozialen Netzwerk, können sich die Netzwerkpartner*innen kennenlernen und austauschen.



<https://www.facebook.com/groups/AlleinerziehendenNetzwerkDaDi/>

NEa



Angebote in Präsenz

Angeleitete Gruppen

Gemeinsam stärker durchs Jahr Jahresgruppe für Frauen in Veränderung

Diese Jahresgruppe lädt Frauen in Übergangs- oder Veränderungssituationen dazu ein, innezuhalten und sich selbst wieder zu entdecken.

Als Frauengruppe schauen wir darauf, was uns bewegt, was uns stört, was wir uns für das gemeinsame Jahr wünschen und vieles mehr.

In einem geschützten Raum und wertschätzender Atmosphäre ist Zeit für Austausch und gegenseitige Unterstützung. Kreative Impulse, Gesprächsrunden, gestalttherapeutische Experimente und kleine Achtsamkeitsübungen begleiten uns durch die 14-tägigen Treffen.

Ziel ist es, Klarheit, Kraft und Zuversicht zu finden.

Mit Regine Becker,
Gestalttherapeutin, Supervisorin

Termine: Donnerstags, 13.08., 27.08., 10.09.,
24.09., 22.10., 05.11., 19.11., 03.12.2026

Uhrzeit: 09:30 - 11:30 Uhr

Kosten: 40,00 Euro, ein Gruppenbeitritt ist derzeit flexibel möglich und die Kosten richten sich dann nach den noch verfügbaren Terminen
05,00 Euro pro Treffen



Angebote in Präsenz

Angeleitete Gruppen

Angst, Panik, Depression

Geleitete Frauengruppe – Zuhören und Mut machen
Wenn Sie unter Angst, Panik und/oder Depressionen leiden, bereits Medikamente dagegen einnehmen oder auch noch nie deswegen in ärztlicher Behandlung waren, dann sind Sie in dieser Gruppe richtig. Hier finden Sie Gehör und Verständnis, Frauen mit ähnlichen Erfahrungen und eine Fachfrau, an die Sie Ihre persönlichen Fragen stellen können.

Wir reden in einer vertraulichen Atmosphäre miteinander über unsere Gedanken, Ängste, Traurigkeit, Wünsche und Freuden.

Wir sprechen uns Mut zu und muntern uns gegenseitig auf. Mit der Zeit relativieren sich oft die eigenen Probleme und das Selbstwertgefühl wächst. Wir arbeiten mit Gestalt-Therapeutischen Elementen: Intensivierung des Gewahrseins, Kontakt und Austausch im Hier und Jetzt.

Unser Motto: „Nur Du allein schaffst es, aber du musst es nicht alleine schaffen!“

Mit Sandra Müller,
Gestalt-Beraterin

Termine: Montags, 17.8., 31.8., 14.9., 28.9.,
19.10., 02.11., 16.11., 30.11.2026

Uhrzeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Kosten: 40,00

max. 10 Teilnehmerinnen



Angebote in Präsenz

Angeleitete Gruppen

Ängste im Alter -

Verständnis, weil es anderen ähnlich ergeht

Wie stellen Sie sich das Leben im Alter vor?

Altsein heute ist anders als früher. Technischer Fortschritt und ständiger Wandel stellen viele Menschen vor neue Herausforderungen. Wie können wir ihnen begegnen?

ANGST war noch nie ein guter Ratgeber.

Hilfestellungen sind nicht immer gegeben. So kann es sein, dass man sich irgendwie durchwurschtelt, mal nach Hilfe fragt und oft auch einfach resigniert, sich zurückzieht, einsam ist und sich zunehmend überfordert fühlt. So oder so ähnlich geht es derzeit vielen Menschen. Ein Austausch in diesen Situationen ist eine gute Sache. Sich verstanden fühlen, Tipps geben und bekommen, eine Sache weniger wichtigmachen und mit neuem Schwung angehen, das tut gut. In einer geführten Frauengruppe haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Raum auszutauschen und gemeinsam neue Kraft zu tanken.

Mit Rita Heckwolf-Traub,
Individualpsychologische Beraterin,
Encouraging-Trainerin

Termine: Dienstags, 11.08., 25.08., 08.09.,
22.09., 06.10., 20.10., 03.11., 17.11.2026
14-tägig

Uhrzeit: 14:30 - 16:30 Uhr

Kosten: 05,00 Euro pro Treffen
max. 10 Teilnehmerinnen



Angebote in Präsenz

Angeleitete Gruppen

Lebenslust statt Krankheitsfrust

Entdecken Sie gemeinsam mit Gleichgesinnten neue Lebensfreude!

Diese Gruppe richtet sich an alle Frauen, die sich von gesundheitlichen Herausforderungen nicht aufhalten lassen möchten. Sie lädt ein, gemeinsam positive Perspektiven zu entwickeln und die Freude am Leben zu stärken. Im Mittelpunkt steht die Fähigkeit, trotz gesundheitlicher Einschränkungen ein erfülltes Leben zu führen und Gruppenziel ist es, eine unterstützende Gemeinschaft aufzubauen, in der Frauen sich gegenseitig ermutigen, inspirieren und ihre Erfahrungen teilen.

Nichts von dem in der Gruppe Besprochenen dringt nach außen. Die Gruppenleiterin bringt fundiertes Fachwissen, Verständnis und Empathie mit, um individuelle Bedürfnisse zu berücksichtigen. Der Ein- oder auch Ausstieg ist jederzeit möglich.

Mit Ingrid Jakob,

Heilpraktikerin, Systemische Beraterin

Termine: Donnerstags, 24.09., 29.10.,
26.11.2026

von 15:00-16:30 Uhr

Kosten: 05,00 Euro pro Treffen

max.10 Teilnehmerinnen





NeW-Akademie - Digitale Qualifizierung für Frauen in ganz Hessen

Acht hessische Frauenbildungsträger bilden das Netzwerk NeW-Hessen. Ab 2018 wurde eine ILLIAS-basierte Lernplattform etabliert und kontinuierlich weiterentwickelt.

Die NeW-Akademie ist ein Online-Angebot für Frauen aus ganz Hessen:

**Sie möchten beruflich wiedereinsteigen,
sich neu orientieren und weiterbilden?**

Die NeW-Akademie bietet Ihnen dazu eine Vielzahl an Kursen und Trainings. Sie können am Rechner, Laptop oder Handy Ihre Kurse auswählen und an den Angeboten teilnehmen.

Die Angebote sind meist kostenfrei.

Informieren Sie sich gerne über das Angebot unter:



<https://www.new-hessen.de/>

Die Zugangsdaten erhalten Sie von uns. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.



Gefördert von der Europäischen Union und aus Mitteln des Landes Hessen



Kofinanziert von der
Europäischen Union



HESSEN
Hessisches Ministerium
für Arbeit, Integration,
Jugend und Soziales

Projekte in Präsenz und Online

Beruflicher (Wieder-)Einstieg



Perspektiven für Frauen auf neuen Wegen

Ein Projekt zur Entwicklung beruflicher Perspektiven

Digitale Bildung, Beratung, Coaching, berufliche Orientierung und Empowerment

Möchten Sie beruflich neu durchstarten?

Ob Sie sich nach einer Pause neu orientieren möchten oder nach Ihrer Ankunft in Deutschland beruflich Fuß fassen wollen – wir unterstützen Sie dabei.

Gemeinsam entwickeln wir eine berufliche Perspektive, die zu Ihnen passt, und begleiten Sie Schritt für Schritt auf dem Weg zu einer passenden Arbeitsstelle.

Dabei achten wir besonders auf Ihre individuellen Bedürfnisse, einschließlich der Vereinbarkeit von Beruf, Familie und anderen Verpflichtungen.

**Dieses Projekt bietet Ihnen die Chance,
neue Wege zu gehen und
Ihre Zukunft selbstbewusst zu gestalten!**



Projekte in Präsenz und Online

Beruflicher (Wieder-)Einstieg

Das Angebot umfasst die Bausteine

- Berufliche Orientierung und Kompetenzfeststellung
- Coaching, Beratung und individuelle Prozessbegleitung
- Bewerbungstraining und umfassende Bewerbungsunterstützung
- Modulares digitales Know-how für die Arbeitswelt, mit Bausteinen zu Computer- und Online-Essentials, Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Präsentation, Online-Zusammenarbeit sowie IT-Sicherheit und Datenschutz
- Empowerment durch eine unterstützende Gruppe Gleichgesinnter
- Berufsqualifizierende Sprachförderung Plus (BQS+) - Berufsbezogenes Deutsch für Büro und Verwaltung ab dem Sprachniveau B1

Die Einzel- und Gruppenangebote finden in Präsenz und online statt.



Wir erstellen gemeinsam den Lernplan, der auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist und Ihren individuellen Zielen entspricht.



Projekte in Präsenz und Online

Beruflicher (Wieder-)Einstieg

Neue berufliche Perspektiven:

Digitale Kompetenzen nach internationalem Standard

Berufsrückkehrerinnen und Arbeitssuchende erhalten mit dem neuen Präsenzkurs „Internationaler Standard für digitale Kompetenzen im Beruf 2026“ die Möglichkeit, digitale Kenntnisse aufzufrischen, anzuwenden und mit einem Zertifikat nachzuweisen. So können sie ihre Beschäftigungsfähigkeit gezielt steigern und den (Wieder-)Einstieg in die moderne Arbeitswelt erleichtern.

Das Kursangebot findet **dienstags und donnerstags von 09:00 bis 13:00 Uhr** im **Zentrum Information Beratung Bildung (ZIBB) – Frauen für Frauen e.V., Groß-Umstadt** statt. Praxisnahe Lerninhalte sind:

- Computer- und Online-Grundlagen
- Textverarbeitung
- Tabellenkalkulation
- PowerPoint
- Digitale Zusammenarbeit
- Datenschutz und
- IT-Sicherheit



Der Kurs richtet sich an Frauen, die ein lernfreundliches Tempo und ein unterstützendes Umfeld wünschen. Eine (optionale) externe Prüfung ermöglicht den Erwerb eines anerkannten Nachweises.

Weitere Informationen sind telefonisch unter **06078 – 96760-0** oder per E-Mail an **info@zibb-umstadt.de** erhältlich.

Gefördert von der Europäischen Union und aus Mitteln des Landes Hessen



Kofinanziert von der
Europäischen Union



HESSEN
Hessisches Ministerium
für Arbeit, Integration,
Jugend und Soziales

Projekte in Präsenz und Online

Beruflicher (Wieder-)Einstieg



Y o u t a k e Y o u r C H O I C E ...

Mit diesem Angebot richten wir uns an alle Frauen mit **Migrationshintergrund**.

Sie planen den beruflichen Einstieg in Deutschland oder wollen sich verändern?

Dann ist das Projekt »MY TURN – MY CHOICE« genau das Richtige für Sie!

- Sie erweitern Ihre Sprachkenntnisse
- Sie bauen Ihre digitalen Kompetenzen aus
- Sie lernen den deutschen Arbeitsmarkt kennen und entwickeln eine berufliche Perspektive
- Sie finden den Einstieg in Ausbildung oder Job

Angebote

- Individuelle Beratung und Begleitung auf Ihrem persönlichen und beruflichen Weg
- Wir begleiten Sie auf diesem Weg mit Job-coaching sowie Einzel- und Gruppenangeboten, die in einem Mix aus Online und Präsenz stattfinden.
- Beratung zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf und zur Kinderbetreuung
- Module zur Persönlichkeitsentwicklung (Softskills und Empowerment)
- Kommunikation und Sprachtraining, -praxis
- IT-Training und Aufbau Ihrer digitalen Kompetenz
- Möglichkeit der Praxiserprobung in regionalen Unternehmen

Projekte in Präsenz und Online

Beruflicher (Wieder-)Einstieg

Voraussetzung für Ihre Teilnahme, Finanzierung und Wissenswertes

- Sie sind zugewandert oder erst vor wenigen Jahren in Deutschland eingereist oder Doppelstaatlerin
- Sie suchen eine Beschäftigung oder Ausbildung die zu Ihnen passt, möchten sich darauf vorbereiten und weiterbilden.
- Das ESF Plus-Förderprogramm und das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) ermöglicht Ihnen mit Unterstützung des Landkreises Darmstadt-Dieburg die **kostenfreie Teilnahme**.
- Die Dauer Ihrer Teilnahme ist individuell. Sie richtet sich nach Ihrem persönlichen Bedarf.
- Lernangebote finden zu familienfreundlichen Zeiten statt. Die Schulferien sind ausgenommen.

Anmeldung

- Die Anmeldung erfolgt nach einem persönlichen Gespräch.
- Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Sie!

Das Projekt "MY TURN – MY CHOICE" wird im Rahmen des Programms "MY TURN – Frauen mit Migrations-erfahrung starten durch" durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales



Projekte in Präsenz und Online

Beruflicher (Wieder-)Einstieg



**JOBCHANCE
SOZIALWIRTSCHAFT**
Sozialwirtschaft stärken –
Chancen eröffnen

Sie können sich einen Beruf in der Sozialwirtschaft vorstellen?

Mit dem Projekt „Jobchance Sozialwirtschaft“ haben Frauen die Möglichkeit, sich gezielt auf eine Ausbildung oder einen Job in Erziehung oder Pflege vorzubereiten.

Die Teilnehmerinnen lernen in einem Kursangebot in Teilzeit von montags bis freitags, 08:00 –14:00 Uhr und durchlaufen vier thematische Module.

Feste Praxistage ermöglichen echte Einblicke in den Berufsalltag.

Das Projekt verbindet digitales Lernen, persönliche Begleitung und Austausch in der Gruppe. Das Team unterstützt jede Teilnehmerin individuell – von der Bewerbung bis zur Ausbildung oder zum Einstieg in den Wunschberuf.

Mehrere Bausteine bereiten vor

- Sprachkompetenztraining (auf C1-Sprachniveau mit möglicher Prüfung)
- Fachpraxis in einer Einrichtung der Sozialwirtschaft
- Fachtheoretische Inputs und berufsrelevante Themen
- Digitales Know-How für den beruflichen Alltag



Projekte in Präsenz und Online

Beruflicher (Wieder-)Einstieg

Voraussetzung für die Teilnahme

- Sprachniveau B2
- Realschulabschluss oder Berufsabschluss im Herkunftsland
- Mindestalter 16 Jahre
- Finanzierung und Wissenswertes
- Das Programm wird gefördert aus Mitteln der Europäischen Union und des Landes Hessen und ermöglicht eine **kostenfreie Teilnahme**.
- Die Teilnahme ist bis zu einem Jahr möglich und endet mit Aufnahme einer Ausbildung oder einer Berufstätigkeit.
- Die Lernangebote finden zu familienfreundlichen Zeiten statt.

Anmeldung

- Die Anmeldung erfolgt nach einem persönlichen Gespräch.
- Weitere Informationen können Sie unserem Flyer entnehmen.
- Interesse geweckt?
- Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Sie.



Gefördert von der Europäischen Union und aus Mitteln des Landes Hessen



Kofinanziert von der
Europäischen Union



HESSEN
Hessisches Ministerium
für Arbeit, Integration,
Jugend und Soziales

Andrea Balmerth
Geschäftsführerin,
Beratung, Projekte

Geschäftsstelle

Nadine Baier
Stellvertr.
Geschäftsführerin,
Buchhaltung

Tanja Grünebaum
Büromanagement

**Ehrenamtliche
Vorständinnen**

Bianca Keim

Regine Zimmer

Anja Mügge
M.A.
Berufspädagogin,
Psychologie und
Wirtschaft

Karen Käppel
M. A.
Deutsch als
Fremdsprache

Projekte

Regina Görlich
HP f.
Psychotherapie,
Betriebswirtin

Carmen Popii
Programmiererin,
Digitale
Kompetenz

Evelyn Tralle
Lehramt
Deutsch

Beratung

Regina Görlich

HP f. Psychotherapie,
Betriebswirtin

Rosemarie Lück

Buisness Coach,
Resilienz, Berufliche
Beratung

Hilde Spahn

Schulmediatorin,
Schuldirektorin i.R.,
Sprechstunde
Schulberatung

Gruppen

Rita Heckwolf-Traub

Individualpsychologie,
Encouraging,
Angeleitete
Frauengruppe
Ängste im Alter

Ingrid Jakob

Heilpraktikerin,
Systemische
Beraterin, Angeleitete
Selbsthilfegruppe
Lebenslust statt
Krankheitsfrust

Bianca Keim

Erzieherin,
Ansprechpartnerin
Netzwerk Alleiner-
ziehende (NEa)

Sandra Müller

Gestalt-Beraterin,
Frauengruppe
Angst-Panik-
Depression

Regine Becker

Integrative
Gestalttherapeutin,
Gestalt-Körper-
psychotherapie
Frauengruppe
Gemeinsam stärker
durchs Jahr

Alle Veranstaltungen finden, sofern nicht anders angegeben, im Frauenzentrum ZIBB, Groß-Umstadt, Steinschönauer Str. 4b statt. Für Schäden an Gesundheit und Eigentum können wir leider keine Haftung übernehmen. Bei Bedarf sind wir bei der Suche nach einer Kinderbetreuung behilflich. Wir hoffen, dass unser Angebot Ihr Interesse findet, und freuen uns auf Ihr Kommen. Bitte beachten Sie bei der Anmeldung folgende Punkte:

- Die Anmeldung kann formlos schriftlich, telefonisch, per Fax oder E-Mail erfolgen. Die Buchungen und Reservierungen werden in der Reihenfolge des Eingangs bearbeitet und mit Aufnahme in die Reservierungsliste verbindlich. Eine schriftliche Bestätigung erfolgt nicht.
- Mitglieder des Vereins erhalten auf alle Kursgebühren eine Ermäßigung von 20%.
- Auf Anfrage bieten wir die Möglichkeit, Kursgebühren in Raten zu zahlen.
- Für Schülerinnen, Studentinnen, Auszubildende, Arbeitslose, Sozialhilfeempfängerinnen, Alleinerziehende und Rentnerinnen mit wenig Einkommen ist nach Absprache ebenfalls eine Preisermäßigung von 20 % möglich.
- Der Rücktritt ist schriftlich oder telefonisch bis 5 Werktage vor Veranstaltungsbeginn möglich. Wir berechnen in diesem Falle eine Bearbeitungsgebühr von 20 % der Kursgebühren, mindestens jedoch 10,00 Euro. Wird ein Kurs trotz bestehender Anmeldung nicht besucht, müssen wir die volle Gebühr erheben. Diese entfällt, wenn eine Ersatzperson für die Teilnahme und Übernahme der Teilnahmegebühr benannt wird.
- Falls wir ein Angebot kurzfristig zurückziehen müssen, werden Sie unverzüglich von uns informiert und erhalten die bis dahin gezahlte Gebühr in voller Höhe zurück.
- Datenschutz: Wir speichern und verwenden Ihre Daten gemäß dem Bundesdatenschutzgesetz nur intern. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht.

Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen einen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns

Zentrum Information Beratung Bildung (ZIBB)

Frauen für Frauen e.V.

Steinschöner Straße 4b

64823 Groß-Umstadt

E-Mail: info@zibb-umstadt.de

mittels einer eindeutigen Erklärung (z. B. ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Sie können dafür das beigefügte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Widerufsformular

Wenn Sie den Vertrag widerrufen wollen, dann füllen Sie bitte dieses Formular aus und senden Sie es per Post, Fax
(06078 96760 29) oder E-Mail (info@zibbb-umstadt.de) zurück an:

Zentrum Information Beratung Bildung

Frauen für Frauen e.V.

Steinschönauer Straße 4b

64823 Groß-Umstadt

Hiermit widerufe ich den von mir abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung der folgenden Dienstleistung: _____

Bestellt am: _____

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

Datum, Ort: _____

Unterschrift (nur bei Mitteilung auf Papier/Fax) _____

Unterstützung

Ohne Moos
nix los!

Immer wieder fragen uns Frauen, wie sie unsere Arbeit unterstützen können.

Frauen für Frauen e.V. ist ein eingetragener Verein und als gemeinnützig anerkannt.

Spenden und Mitgliedsbeiträge können daher steuerlich geltend gemacht werden.

Bankverbindung: Sparkasse Dieburg

DE07 5085 0150 0013 1569 06

Spendenkonto: DE77 5085 0150 0002 1671 95

Falls Sie uns durch eine **Mitgliedschaft** unterstützen möchten, finden Sie auf der nachfolgenden Seite einen Antrag.

Bereits ab einem Jahresbeitrag von 12,00 Euro können Sie Fördermitglied werden. Ab einem Jahresbeitrag von 60,00 Euro profitieren Sie zudem von vergünstigten Bedingungen für unser Kursangebot.

Herzlichen Dank im Voraus!



Antrag auf Fördermitgliedschaft

Hiermit beantrage ich,

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

die Mitgliedschaft im Verein Frauen für Frauen e.V. und bin bereit, folgenden Mitgliedsbeitrag* kalenderjährlich zu entrichten:

☐ 12,00 Euro Mindestbeitrag

☐ 24,00 Euro

☐ 36,00 Euro

☐ 48,00 Euro

☐ 60,00 Euro (Beitrag mit Bonus von 20 % auf Kursgebühren)

(*) Mitgliedbeiträge und Spenden sind steuerlich abzugsfähig nach § 5 Abs. 1 Nr. 9 Körperschaftsteuergesetz.

Durch meine Mitgliedschaft unterstütze ich den Verein und trage dazu zum langfristigen Fortbestand der Einrichtung mit vielfältigen Angeboten bei.

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Satzung des Vereins mit allen Rechten und Pflichten an.

Datum, Ort, Unterschrift: _____

Geburtsdatum: _____

E-Mail-Adresse: _____

SEPA-Lastschrift- Mandat - Gläubiger-Identifikationsnummer: DE29 ZZZ 00000 712300 - Mandatsreferenz: (wird separat mitgeteilt)

Ich ermächtige den Zahlungsempfänger Frauen für Frauen e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger Frauen für Frauen e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belastenden Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstituts vereinbarten Bedingungen.

Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung.

Name, Vorname (Kontoinhaber/in)

Straße und Hausnummer

Postleitzahl und Ort

Kreditinstitut

IBAN DE ____ | ____ | ____ | ____ | ____ | ____

BIC

Datum, Ort und Unterschrift des/der Zahlungspflichtigen

Bürozeiten

Montag bis Freitag
von 09:00 bis 12:00 Uhr

Beratung und weitere Termine
nach Vereinbarung

Kontakt

Steinschönauer Straße 4b
64823 Groß-Umstadt



Telefon: 06078 96760 0

E-Mail: info@zibb-umstadt.de

Website: www.zibb-umstadt.de

Social Media:

**Impressum****Programmplanung /
Konzeption**

Andrea Balmerth,
Tanja Grünebaum

Gestaltung und Layout

Anja Mügge

