

Hofheim, 26. März 2024

## Altersvorsorge und Persönlichkeitsentwicklung für Frauen

Frühjahrsprogramm der Reihe „Frau & Job“ erschienen

Am 13. April startet das Frühjahrsprogramm der Veranstaltungsreihe „Frau & Job“. Es umfasst 16 Angebote in unterschiedlichen Formaten wie Präsenz- und Online-Workshops, Bildungsurlaub und Online-Vorträge.

Ein besonderer Themenschwerpunkt ist die Altersvorsorge für Frauen, wie Landrat Michael Cyriax informiert. „Altersvorsorge ist gerade für Frauen ein wichtiges Thema, denn sie sind besonders häufig von Altersarmut betroffen“, so Cyriax. Der Online-Vortrag „Frauen und Rente“ in Kooperation mit der Deutschen Rentenversicherung wird bewusst kostenfrei angeboten, um möglichst viele Interessierte für das Thema zu gewinnen. Ein weiterer Vortrag richtet sich gezielt an jüngere Frauen und beantwortet die Frage, warum es so wichtig ist, sich früh um die eigene finanzielle Absicherung im Alter zu kümmern.

Darüber hinaus geht es im Frühjahrsprogramm von „Frau & Job“ um effektive Kommunikation im Beruf, um Burn-Out Prävention, Resilienz für berufstätige Eltern, Auftritts- und Präsentationscoaching speziell für Frauen und Tipps für die Online-Bewerbung. Gerade auch die zeitgemäßen Bewerbungstipps unterstützen all diejenigen, die sich nach einer Familienpause, einem langen Angestelltenverhältnis oder aus der Selbständigkeit bzw. Arbeitslosigkeit neu bewerben möchten. Angebote, die die Persönlichkeitsentwicklung von Frauen unterstützen, runden „Frau & Job“ ab.

Das Programm „Frau & Job“ gibt es bereits seit 2010 und wird vom Büro für Chancengleichheit gemeinsam mit Kooperationspartnern und -partnerinnen zusammengestellt.

Wie der Landrat erläutert, ist die Weiterbildungsreihe ein wichtiges Element der Ausbildungs- und Arbeitsmarktstrategie des Main-Taunus-Kreises: „Wir möchten Frauen dabei unterstützen, durch unterschiedliche Lebensphasen erfolgreich im Berufsleben zu sein. Dies ist nicht nur wichtig für ihre gesellschaftliche Teilhabe. Auch vor dem Hintergrund des aktuellen Fachkräftemangels sind Frauen auf dem Arbeitsmarkt unverzichtbar.“

Das Frühjahrsprogramm mit allen Details kann auf der Internetseite des Main-Taunus-Kreises unter [www.mtk.org/frauundjob](http://www.mtk.org/frauundjob) heruntergeladen werden. Informationen gibt es auch beim Büro für Chancengleichheit unter Tel. 06192 201-1845 oder der Mail-Adresse [chancengleichheit@mtk.org](mailto:chancengleichheit@mtk.org).