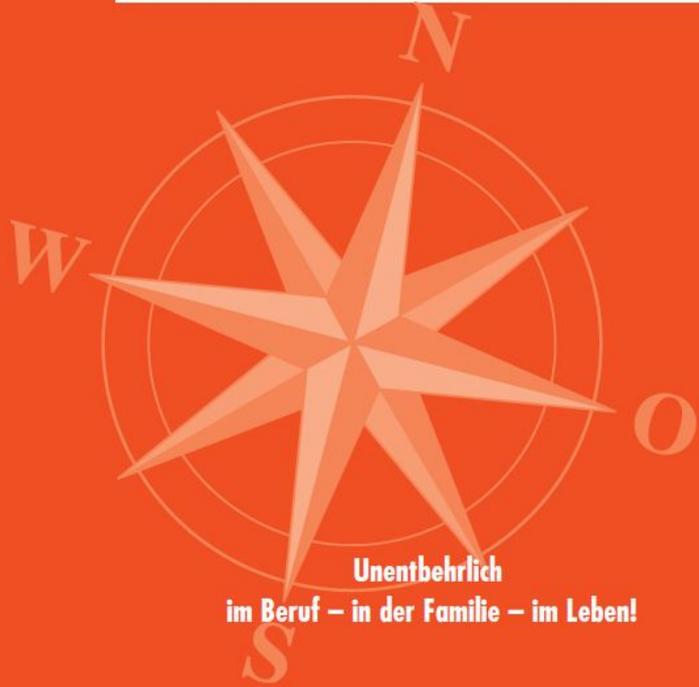




**KOMPASS für FRAUEN
im Westerwald**

Frauen in Aktion

Beruf · Familie · Leben



**Unentbehrlich
im Beruf – in der Familie – im Leben!**

Ausgabe 2020

Die „Frauen in Aktion“

..... Beate Ullwer

Gleichstellungsbeauftragte des Westerwaldkreises
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124 606
beate.ullwer@westerwaldkreis.de

..... Dorothea Samson

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt
Agentur für Arbeit
Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 123 750
Montabaur.BCA@arbeitsagentur.de

..... Anke Hollatz · M.A.

IDEALE Berufsstrategie & Personalentwicklung
Aubachstraße 9 · 56410 Montabaur
Büro Hellenstraße 61a · 56179 Vallendar
Telefon 0151 116 52 373
info@ideale-berufsstrategie.de
www.ideale-berufsstrategie.de

..... Barbara Horoba

BHC² Barbara Horoba coaching | communication
Mondring 16 · 56410 Montabaur
Telefon 0170 3103070
b.horoba@bhc2.com
www.bhc2.com

..... Sylvia Schifano

BIAK. Flach & Schifano GbR Bildung aktiv.
Mittelstraße 12 · 56305 Puderbach
Telefon 02684 977 151
info@bi-ak.de
www.bi-ak.de

Frauen in Aktion



Beate Ullwer



Dorothea Samson



Barbara Horoba



Anke Hollatz



Sylvia Schifano

Inhaltsverzeichnis

Vorwort der „Frauen in Aktion“

Grußworte [Elmar Wagner, Agentur für Arbeit](#)
[Achim Schwickert, Landrat](#)

Infos zu den Bereichen:

1. Institutionen und Netzwerke

- [Gleichstellungsbeauftragte](#)
- [Frauenverbände](#)
- [Kirchliche und caritative Vereine und Verbände](#)
- [Netzwerke](#)

2. Arbeit und Beruf

- [Erwerbstätigkeit / Berufliche Beratung](#)
- [Erwerbslosigkeit / Beratung / Jobcenter](#)
- [Existenzgründung / Weiterbildung / Beratung](#)
- [Kammern und Gewerkschaften](#)
- [Arbeiten mit Behinderung](#)

3. Beratung und Hilfestellung

- [Allgemein](#)
- [Alleinstehend / Partnerschaft / Familie](#)
- [Schwangerschaft / Konfliktberatung / Mütterberatung](#)
- [Trennung und Scheidung](#)
- [Sucht](#)
- [Schulden](#)
- [Gewalt](#)
- [Behinderung](#)
- [Selbsthilfe](#)

4. Kinder

- [Kindertagesstätten](#)
- [Kinderbetreuung / Tagespflege](#)
- [Kinderschutz](#)
- [Finanzielle Hilfen](#)

5. Westerwälder Frauenverbände

6. Weitere Themen

- [Mädchen](#)
- [Migrantinnen](#)
- [Seniorinnen](#)
- [Gesundheit / Empowerment](#)

7. Hinweise / Impressum

Wir machen eine Broschüre!?

Am Anfang stand die Frage:

Welche Rahmenbedingungen müssen erfüllt sein um

- berufliche Perspektiven zu entwickeln
- die "richtige" Arbeit zu finden
- Arbeit, die Freude macht, zu behalten
- die Familie zu managen

... ohne dass Gesundheit und Zufriedenheit der Frauen auf der Strecke bleiben?

Wir sind stolz, den Westerwälder Frauen eine Broschüre an die Hand zu geben, in der wir kompetente AnsprechpartnerInnen in der Region gebündelt haben. Hier finden Sie Adressen, an die Sie sich wenden können, wenn Fragen, Veränderungen oder Probleme im Beruf, in der Familie oder im Leben allgemein auftreten.

Qualifizierte Hilfe gibt es nicht immer nur „woanders“, sondern auch hier bei uns im Westerwaldkreis!

Das Feld von Beratungsstellen und Institutionen ist weit, und die vorliegende Broschüre kann und will nicht den Anspruch auf Vollständigkeit erheben. Aufgenommen wurden Einrichtungen und Beratungsstellen, die im Auftrag von Ministerien, Verwaltungen oder den Kirchen arbeiten – viele davon kostenfrei.

Scheuen Sie sich nicht, die Angebote zu nutzen – machen Sie den ersten Schritt!

Wir wünschen Ihnen anregende Gespräche, kompetente Unterstützung und viele neue Chancen, die Sie beim Schopf greifen können.

Ihre "Frauen in Aktion"



Liebe Leserinnen

– und Leser,

Informationen gibt es wirklich genug. Wir werden damit geradezu überschüttet, rund um die Uhr und auf vielen Kanälen. Gerade deshalb fällt es nicht leicht, sich bei bestimmten Themen zu orientieren und die Details herauszufiltern, die im individuellen Fall wichtig und nützlich sind.



Wie gut, dass der KOMPASS für FRAUEN im Westerwald aktualisiert wird! In überschaubarer Form listet er Einrichtungen aus den unterschiedlichsten Bereichen auf, die eines gemeinsam haben: Sie geben pragmatische und konkrete Hilfen in schwierigen Lebenslagen.

Angesprochen ist eine Zielgruppe, die von der Agentur für Arbeit Montabaur unterstützt und begleitet wird: Frauen, die (wieder) ins Berufsleben einsteigen möchten und dabei den Spagat zwischen Familie und Job meistern müssen.

Das Familienmanagement lastet noch immer zum großen Teil auf den Müttern. Aus diesem Grund suchen sie vor allem Jobs in Teilzeit oder mit hoher Flexibilität – und davon gibt es definitiv zu wenige. Sie müssen Beruf und Kinderbetreuung koordinieren, was schwierig ist, denn die Angebote von Ganztagschulen und die Öffnungszeiten von Tagesstätten und Kindergärten sind oft nicht kompatibel mit der Arbeitszeit.

Es gibt also noch viel zu tun. Dennoch sollten Frauen sich nicht entmutigen lassen. Sie sind ein wichtiges Potenzial gut ausgebildeter Kräfte, die am Arbeitsmarkt gebraucht werden. Allerdings fliegen einem attraktive Jobs nicht einfach zu. Eigeninitiative und Courage sind gefragt. Informieren Sie sich also, frischen Sie Ihre Qualifikation auf und bringen Sie Ihre Bewerbung auf den Weg! Dann haben Sie gute Chancen, dass der (Wieder)Einstieg ins Arbeitsleben gelingt.

Der Frauen-Kompass gibt Ihnen dabei Orientierung.

Herzliche Grüße

Elmar Wagner

Vorsitzender der Geschäftsführung

Agentur für Arbeit Montabaur

Sehr geehrte Damen und Herren,

liebe Leserinnen und Leser,

„Frauen in Aktion - Beruf, Familie, Leben“ – dieses Motto steht seit mehr als einer Dekade über den gemeinsamen Aktivitäten der Gleichstellungsbeauftragten des Westerwaldkreises und der Beauftragten für Chancengleichheit bei der Agentur für Arbeit Montabaur. Zusammen mit einer Arbeitsgruppe wurden zahlreiche Angebote für die Westerwälderinnen durchgeführt.



Sie alle hatten zum Ziel, Frauen und Männer darin zu unterstützen, Familien- und Berufsleben nachhaltig miteinander zu gestalten und in ein für alle zufrieden stellendes Gleichgewicht zu bringen.

Der KOMPASS für FRAUEN war ein wichtiger Baustein der Projektaktivitäten. Wichtige Informationen – insbesondere im Zusammenhang von „Beruf, Familie, Leben“ sind darin zusammengestellt.

Nun hat sich die Arbeitsgruppe erneuert und was liegt näher, als auch den hilfreichen Wegweiser zu erneuern. Das Anliegen, Frauen dabei zu unterstützen „Beruf, Familie, Leben“ in Einklang zu bringen, eigene Stärken zu entdecken und sie im Berufsleben umzusetzen, ist heute so aktuell wie damals, ebenso wie Motivation für ehrenamtliches Engagement.

Als Landrat bin ich besonders froh darüber, dass wir über ein eng geknüpftes Netzwerk an Einrichtungen, Vereinen und Verbänden im Westerwaldkreis verfügen, das für so gut wie jedes Anliegen eine Antwort geben kann. Dies zeugt von der Kompetenz der ansässigen Institutionen und bürgt für den Lebenswert unserer Region.

Ich hoffe, dass der KOMPASS für FRAUEN im Westerwaldkreis allen Leserinnen und Lesern eine gute Hilfe sein wird und wünsche viel Erfolg bei der Suche nach der richtigen Adresse.

Achim Schwickert

Landrat

„Ledig - verheiratet - zwei Kinder - verwitwet" gilt längst nicht mehr als das Grundmuster für ein Frauenleben in unserer Gesellschaft. Die Lebensentwürfe von Frauen sind heute vielfältig – moderne, vom Wechsel geprägte Biografien.

„Mir stehen alle Wege offen", sagen junge Frauen heute. Doch den eigenen Weg zu wählen, ist oft nicht leicht, wenn es um die Rollenverteilung in der Partnerschaft geht, die Erziehung der Kinder oder die Pflege von Angehörigen.

Es gibt im Westerwaldkreis viele Einrichtungen, die Frauen im Berufsleben, im Familienalltag und in der Freizeit unterstützen und mobilisieren. Wir haben für Sie eine Auswahl getroffen und wichtige öffentliche Stellen in dieser Kategorie aufgelistet.

Hier erhalten Sie tatkräftige Unterstützung und viele wichtige Informationen rund um Beruf, Familie und Leben. Nutzen Sie das vielfältige Angebot!

Auch wenn Sie einmal nicht an der richtigen Stelle gelandet sind, hilft man Ihnen gerne weiter oder vermittelt Sie an die richtige Gesprächspartnerin, den richtigen Gesprächspartner.

1. Institutionen und Netzwerke

- Gleichstellungsbeauftragte
- Frauenverbände
- Kirchliche und caritative Vereine und Verbände
- Netzwerke

- Gleichstellungsbeauftragte -

Gleichstellungsbeauftragte des Westerwaldkreises

Beate Ullwer

Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur

Telefon 02602 124 606

beate.ullwer@westerwaldkreis.de

www.westerwaldkreis.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Bad Marienberg

Heike Schneider

Kirburger Straße 4 · 56479 Bad Marienberg

Telefon 02661 62680

verbandsgemeinde@bad-marienberg.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Hachenburg

Silke Hanusch

Gartenstraße 11 · 57627 Hachenburg

Telefon 02662 8010

s.hanusch@hachenburg-vg.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Höhr-Grenzhausen
Iris Büser
Rathausstraße 48 · 56203 Höhr-Grenzhausen
Telefon 02624 104-0
iris.bueser@hoehr-grenzhausen.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Montabaur
Margit Wirnseer
Konrad-Adenauer-Platz 8 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 126 131
mwirnseer@montabaur.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Ransbach-Baumbach
Monika Roßbach
Rheinstraße 50 · 56235 Ransbach-Baumbach
Telefon 02623 860
info@ransbach-baumbach.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Rennerod
Carolin Wagener
Hauptstraße 55 · 56477 Rennerod
Telefon 02664 506 777
carolin.wagener@rennerod.rlp.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Selters
Susanne Holzbach
Am Saynbach 5-7 · 56242 Selters
Telefon 02626 764 74
susanne.holzbach@selters-ww.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Wallmerod
Christel Damrau
Gerichtsstraße 1 · 56414 Wallmerod
Telefon 06435 508 70
c.damrau@wallmerod.de

Gleichstellungsbeauftragte VG Westerburg
Nina Engel
Neumarkt 1 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 291 494
engel.n@vg-westerburg.de

VG Wirges
Bahnhofstraße 10 · 56422 Wirges
Telefon 02602 6890
info@wirges.de

- Frauenverbände -

LandFrauenVerband Westerwaldkreis
vertreten durch die Vorsitzende
Gudrun Franz-Greis
Hof Heiderück · 56271 Roßbach
landfrauenverband-westerwald@gmx.de

- Kirchliche und karitative Vereine und Verbände –

Caritasverband Westerwald
Familienberatungsstelle
Phillip-Gehling-Straße 4 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 1606 26
familienberatung-ww@cv-ww-rl.de
www.cv-ww-rl.de

Diakonisches Werk
Familien-, Paar- und Lebensberatung
Hergenrother Str. 2 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 9430 23
s.stoll@diakonie-westerwald.de
www.diakonie-westerwald.de

Die Johanniter
Regionalverband Mittelrhein
Rathausstraße 15 · 56203 Höhr-Grenzhausen
Telefon 02624 9409 29
rv.mittelrhein@diejohanniter.de
www.johanniter.de

Ev. Erwachsenenbildung Westerwald
Neustr. 42 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 9682 23
info@eeb-westerwald.de
www.eeb-westerwald.de

Kath. Erwachsenenbildung
Bildungswerk WW-Rhein-Lahn
Auf dem Kalk 11 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 680230
keb.montabaur@bistum-limburg.de
www.keb-westerwald.de

- Netzwerke -

Arbeitskreis „Frauen in Aktion“

Gleichstellungsbeauftragte des Westerwaldkreises

Beate Ullwer

Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur

Telefon 02602 124 606

beate.ullwer@westerwaldkreis.de

www.westerwaldkreis.de

Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Dorothea Samson

Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur

Telefon 02602 123 750

Montabaur.BCA@arbeitsagentur.de

www.arbeitsagentur.de

Wirtschaftsjunioren Westerwald-Lahn

Bahnhofplatz 2-4 · 56410 Montabaur

Telefon 02602 15630

mail@wjd-ww-lahn.de

www.vereinonline.org/WJ_Westerwald-Lahn

Businessnetzwerk für Unternehmerinnen

und Freiberuflerinnen Westerwald

Mondring 16 · 56410 Montabaur

horoba@unternehmerinnen-ww.de

www.unternehmerinnen-ww.de

Netzwerk für Fach- und Führungsfrauen

Familie & Beruf e.V. - Neue Kompetenz

Ute Geishauser & Monika Schmelzeisen

Wilhelmstraße 28 · 57610 Altenkirchen

buero@neuekompetenz.de

www.neuekompetenz.de

Women's Job Lounge®

Servicestelle für Unternehmerinnen

Anke Hollatz M.A.

Aubachstraße 9 · 56410 Montabaur

Büro Hellenstraße 61a · 56179 Vallendar

Telefon 0151 116 52 373

info@womensjoblounge.de

www.womensjoblounge.de

Arbeitslos? Berufliche Umorientierung?

Familienphase? Weiterbildung? Selbstständigkeit?

Sollte Sie auch nur eine dieser Fragen betreffen, dann sind Sie hier an der richtigen Stelle.

Fachkompetente Unterstützung, regionale und überregionale Angebote und individuelle Beratung rund um den Beruf bieten Ihnen die nachfolgend aufgelisteten Einrichtungen.

Dabei profitieren Sie von dem Netzwerk, das die Einrichtungen untereinander gesponnen haben.

2. Arbeit und Beruf

- Erwerbstätigkeit / Berufliche Beratung
- Erwerbslosigkeit / Beratung / Jobcenter
- Existenzgründung / Weiterbildung / Beratung
- Kammern und Gewerkschaften
- Arbeiten mit Behinderung

- Erwerbstätigkeit / Berufliche Beratung -

Der erstmalige Einstieg ins Arbeitsleben beginnt schon sehr früh mit der Suche nach einem Ausbildungs- oder Studienplatz. Davor steht die Frage „Was will ich werden“.

Hier bietet die Agentur für Arbeit mit den Informationen in Form von Schriften, Internetzugang und persönliche Gespräche im Berufsinformationszentrum (BiZ) eine erste Hilfestellung. Danach sollte der Berufswunsch in einem ausführlichen Gespräch mit der Beratungsfachkraft der Berufsberatung besprochen werden.

Später entstehen Fragen zum Erwerbsleben in den unterschiedlichsten Lebenslagen. Arbeitslos geworden – wie geht es weiter? Einstieg nach einer Familienphase – an wen kann ich mich wenden? Möchte ich mich eventuell beruflich neu orientieren – wer kann mich bei dieser Entscheidung unterstützen? Für alle diese Fragen gibt es spezielle Ansprechpartner/innen.

Auch während einer Beschäftigung kommen Sie in Situationen, in denen Rat und Hilfestellung notwendig ist.

Habe ich Anspruch auf einen Teilzeitarbeitsplatz? Ich werde gemobbt – an wen kann ich mich wenden? Was ist der Unterschied vom Minijob zum Midijob? Einen Überblick über Kontaktadressen und -personen bietet die folgende Auflistung. Kommen Sie frühzeitig, vereinbaren Sie Termine – es gibt Hilfestellung für Sie!

ARBEITSUCHE

Agentur für Arbeit

Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur

Telefon 0800 4555500

Montabaur@arbeitsagentur.de

www.arbeitsagentur.de

AUSBILDUNGSPLATZSUCHE

<http://berufenet.arbeitsagentur.de/>

BAFÖG

Kreisverwaltung des Westerwaldkreises
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124-444, -460
www.westerwaldkreis.de

BERATUNG

Familie & Beruf e.V. – Neue Kompetenz
Wilhelmstr. 28 · 57610 Altenkirchen
Telefon 02681 986 129
buero@neuekompetenz.de
www.neuekompetenz.de

BERUFSBERATUNG & COACHING

IDEALE Berufsstrategie & Personalentwicklung
Anke Hollatz M.A. - Berufsberaterin (BBR)
Aubachstraße 9 · 56410 Montabaur
Büro Hellenstraße 61a · 56179 Vallendar
Telefon 0151 116 52 373
info@ideale-berufsstrategie.de
www.ideale-berufsstrategie.de/

BIAK | BildungAktiv Flach Schifano GbR
Mittelstraße 12 · 56305 Puderbach
Telefon 02684 977 151
info@bi-ak.de
www.bi-ak.de

BERUFS-AUSBILDUNGSBEIHLFE

Agentur für Arbeit
Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur
Telefon 0800 4555500
Montabaur@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

BERUFSRÜCKKEHRERINNEN siehe Wiedereinstieg

CHANCENGLEICHHEIT AM ARBEITSMARKT - Schwerpunkt Frauen -
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt
Agentur für Arbeit
Dorothea Samson
Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 123750
Montabaur.BCA@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

INFORMATIONEN

www.frauennetz-aktiv.de

MINIJOB / MIDIJOB – BESCHÄFTIGUNG im Übergangsbereich

Minijob-Zentrale

Bundesknappschaft

45115 Essen

Telefon 0355 2902-70799

minijob@minijob-zentrale.de

www.minijob-zentrale.de/

MOBBING

Arbeitskreis gegen Mobbing

Werner Henrich

Regelmäßige Treffen in der IKK Südwest-Plus (Koblenz)

Erste Anwend 26 · 56332 Dieblich

Wilhelm-Stöppler-Platz 2 · 56070 Koblenz

<https://www.mobbing-koblenz.info/>

Mobbingtelefon: 0176 57910026

SELBSTSTÄNDIGKEIT siehe Existenzgründung

TEILZEIT

Familie & Beruf e.V. - Neue Kompetenz

Wilhelmstr. 28 · 57610 Altenkirchen

Telefon 02681 986 129

buero@neuekompetenz.de

www.neuekompetenz.de

VEREINBARKEIT BERUF-FAMILIE

Familie & Beruf e.V. - Neue Kompetenz

Wilhelmstr. 28 · 57610 Altenkirchen

Telefon 02681 986 129

buero@neuekompetenz.de

www.neuekompetenz.de

BIAK | BildungAktiv Flach Schifano GbR

Mittelstraße 12 · 56305 Puderbach

Telefon 02684 977 151

info@bi-ak.de

www.bi-ak.de

WIEDEREINSTIEG

Familie & Beruf e.V. - Projekt neue Chancen
Wilhelmstr. 28 · 57610 Altenkirchen
Telefon 02681 986 129
buero@neuechancen-rlp.de
www.neuechancen-rlp.de

BIAK | BildungAktiv Flach Schifano GbR
Mittelstraße 12 · 56305 Puderbach
Telefon 02684 977 151
info@bi-ak.de
www.bi-ak.de

- Erwerbslosigkeit / Beratung / Jobcenter -

Ohne Arbeit zu sein, ist für fast alle Menschen eine Erfahrung, die an das Selbstwertgefühl rührt. Dazu stellt sich meist die grundlegende Frage, wie es finanziell weitergeht. Habe ich Anspruch auf Arbeitslosengeld oder Arbeitslosengeld II? Was geschieht, wenn ich meine Miete nicht mehr zahlen kann? Diese Notlagen müssen Sie nicht alleine meistern – wir helfen gerne weiter. Hier sehen Sie, wer für welche Zahlung zuständig ist.

ARBEITSLOS / ARBEITSLOSENGELD

Agentur für Arbeit
Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur
Telefon 0800 4555500
Montabaur@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

ARBEITSLOS / ARBEITSLOSENGELD II (HARTZ IV)

Jobcenter Westerwald
Bahnallee 17 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 9491-0
Jobcenter-Westerwald@jobcenter-ge.de
www.jobcenter-westerwald.de

BERATUNG

Familie & Beruf e.V. - Neue Kompetenz
Wilhelmstr. 28 · 57610 Altenkirchen
Telefon 02681 986129
buero@neuekompetenz.de
www.neuekompetenz.de



- Existenzgründung / Weiterbildung / Beratung -

Unabhängigkeit, endlich tun können, was „frau“ für richtig hält: Geld verdienen mit einer Arbeit, die wirklich Spaß macht! Immer öfter sehen Frauen ihre Chance in der Selbstständigkeit. Das Berufsleben erfordert ständig Anpassung an Veränderungen und Neuerungen – ohne Weiterbildung geht es also nicht. Bleiben Sie fachlich fit! Wer Ihnen in solchen Situationen Rat und Hilfe bieten kann, sehen Sie hier.

BERATUNG ZU EXISTENZGRÜNDUNG UND WEITERBILDUNG ggf. auch finanzielle Unterstützung

Agentur für Arbeit

Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur

Telefon 0800 4555500

Montabaur@arbeitsagentur.de

<http://infobub.arbeitsagentur.de/kurs/index.jsp>

EXISTENZGRÜNDUNGS- UND -AUFBAUBERATUNG

Einheitlicher Ansprechpartner der

Struktur- und Genehmigungsdirektion Nord

Oliver Kuhn

Stresemannstr. 3-5

56068 Koblenz

Telefon 0261 120-2222

eap-sgdnord@poststelle.rlp.de

www.sgdnord.rlp.de/de/service/einheitlicher-ansprechpartner-eap/

EXISTENZGRÜNDUNGSBÜRO

(Adresse über Agentur für Arbeit erhältlich)

IHK, HWK siehe Kammern und Gewerkschaften

EXISTENZGRÜNDUNGS- UND WEITERBILDUNGSBERATUNG

Familie & Beruf e.V. - Neue Kompetenz

Wilhelmstr. 28 · 57610 Altenkirchen

Telefon 02681 986129

buero@neuekompetenz.de

www.neuekompetenz.de

BIAK | BildungAktiv Flach Schifano GbR

Mittelstraße 12 · 56305 Puderbach

Telefon 02684 977 151

info@bi-ak.de

www.bi-ak.de

BERUFLICHE BERATUNG FÜR FRAUEN IN FACH- UND FÜHRUNGSPPOSITIONEN

IDEALE Berufsstrategie & Personalentwicklung

Anke Hollatz M.A. - Berufsberaterin (BBR)

Aubachstraße 9 · 56410 Montabaur

Hellenstraße 61a · 56179 Vallendar

Telefon 0151 116 52 373

info@ideale-berufsstrategie.de

www.ideale-berufsstrategie.de/

BHC² Barbara Horoba coaching | communication

Barbara Horoba

Mondring 16 · 56410 Montabaur

Telefon 0170 3103070

b.horoba@bhc2.com

www.bhc2.com

NEW WORK - BERATUNG & TRAINING ZU

Digitalisierung, Arbeitszeitmodellen, Home-Office

Familie & Beruf e.V. - Neue Kompetenz

Wilhelmstr. 28 · 57610 Altenkirchen

Telefon 02681 986129

buero@neuekompetenz.de

www.neuekompetenz.de

SPRACHLICHE WEITERBILDUNG/ COMPUTERKURSE

Kreisvolkshochschule Westerwald

Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur

Telefon 02602 124 420

www.vhs-ww.de

Info@vhs-ww.de

- Kammern und Gewerkschaften -

„Wieso sind hier die Kammern und Gewerkschaften aufgeführt?“, wird sich die ein oder andere fragen. Aber wenn es um Arbeits- und Berufswelt und somit auch um Arbeitgeber- und Arbeitnehmerinteressen geht, dürfen diese Adressen nicht fehlen.

Kreishandwerkerschaft Rhein-Westerwald

Joseph-Kehrein-Straße 4 · 56410 Montabaur

Telefon 02602 10050

www.handwerk-rww.de

IHK Koblenz
Bezirksgeschäftsstelle Montabaur
Bahnhofplatz 2-4 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 1563-0
mt@koblenz.ihk.de
www.ihk-koblenz.de

Deutscher Gewerkschaftsbund
Region Koblenz
Moselring 5-7 · 56068 Koblenz
Telefon 0261 303060
www.dgb-koblenz.de

- Arbeiten mit Behinderung-

Es ist schwer, eine passende Arbeitsstelle zu finden. Für Menschen mit Handicaps wird es noch schwieriger. Viele Arbeitgeber haben noch immer Vorbehalte, wenn es darum geht, Behinderte im Unternehmen zu beschäftigen.

Wie ist das mit der Kündigung? Was ist bei einer Beschäftigung zu beachten, und wer kann mich bei der Suche nach einem passenden Arbeitsplatz unterstützen? Antworten finden Sie hier.

EUTB® Westerwald
Fachstelle für ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
Diakonisches Werk Westerwald (Außenstelle)
Bahnhofstraße 69 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 1069872
eutb@diakonie-westerwald.de
www.diakonie-westerwald.de

Agentur für Arbeit
Tonnerrestraße 1 · 56410 Montabaur
Telefon 0800 4555500
Montabaur@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Integrationsfachdienst / Berufsbegleitender Dienst
des Diakonischen Werkes Westerwald
Bahnhofstraße 69 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 10698-0
www.diakonie-westerwald.de



Wie das Leben so spielt...

Nicht immer läuft alles glatt. Manchmal türmen sich scheinbar unlösbare Probleme auf: Schulden, Gewalt in der Partnerschaft, ein Schwangerschaftskonflikt oder Familienstreitigkeiten.

Das müssen Sie nicht alleine durchstehen: eine Vielzahl an Beratungsstellen steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite, um gemeinsam mit Ihnen einen Weg zu finden. Damit Sie die Hilfe dieser Einrichtungen annehmen können, müssen Sie natürlich erst einmal den Weg dorthin finden. Das ist sicherlich nicht immer einfach, setzt ein solcher Schritt doch oftmals einen schmerzlichen Veränderungsprozess in Gang.

Wir möchten Sie ermutigen, die vielfältigen Angebote anzunehmen. Geben Sie den Helferinnen und Helfern die Chance, mit Ihnen gemeinsam eine Lösung zu finden.

3. Beratung und Hilfestellung

- Allgemein
- Alleinstehend / Partnerschaft / Familie
- Schwangerschaft / Konfliktberatung / Mütterberatung
- Trennung und Scheidung
- Sucht
- Schulden
- Gewalt
- Behinderung
- Selbsthilfe

- Allgemein

Frauenzentrum Beginenhof
Kornelia Kaiser
Neustraße 43 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 8678
frauenzentrum-beginenhof@web.de
www.notruf-westerburg.de/html/beginenhof.html

- Alleinstehend / Partnerschaft / Familie

Caritas-Zentrum Montabaur
Philipp-Gehling-Straße 4 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 1606-0
info@cv-ww-rl.de
www.cv-ww-rl.de

Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV e.V.)
Kreisverband Westerwald
Tamara El Shazly-Dwight
Roßbergstr. 29
56410 Montabaur
Telefon 02602 8388878
t.elshazly@online.de

Initiative für Alleinerziehende im Westerwald
c/o Abgeordnetenbüro Dr. Tanja Machalet (MdL)
Bahnhofstraße 24 · 56422 Wirges
Telefon 02602 7400
www.allize.de

Lokales Bündnis für Familien im Westerwaldkreis
c/o Gleichstellungsstelle des Westerwaldkreises
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124606
gleichstellungsstelle@westerwaldkreis.de
www.westerwaldkreis.de/frauen-gleichstellung

- Schwangerschaft / Konfliktberatung / Mütterberatung

Donum Vitae Westerwald Rhein-Lahn e.V.
Beratungsstelle Montabaur
Wilhelm-Mangels-Straße 22 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 9991900
donumvitae-montabaur@t-online.de
www.donum-vitae-rlp.de

Schwangerenkonfliktberatung Diakonisches Werk
Hergenrother Str. 2a · 56457 Westerburg
Telefon 02663 9430-0
info@diakonie-westerwald.de
www.diakonie-westerwald.de

ProFamilia
Beratungsstelle Hachenburg
Steinweg 13 · 57672 Hachenburg
Telefon 02662 945141
hachenburg@profamilia.de
www.profamilia.de

Caritas Schwangerenberatung
Philipp-Gehling-Straße 4 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 1606-14
schwangerenberatung@cv-ww-rl.de
www.cv-ww-rl.de

Katharina Kasper-Stiftung
Katharina-Kasper-Straße 12 · 56428 Dernbach
Telefon 02602 94948-0
www.katharina-kasper-stiftung.de

- Trennung und Scheidung

Kreisjugendamt Westerwald
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124252
www.westerwaldkreis.de

Caritas Familienberatung
Philipp-Gehling-Straße 4 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 1606-0
www.cv-ww-rl.de

- Sucht / Suchtberatung

Suchtberatung Diakonisches Werk
Hergenrother Straße 2a · 56457 Westerburg
Telefon 02663 9430-0
info@diakonie-westerwald.de
www.diakonie-westerwald.de

- Schulden

Caritas Schuldnerberatung
Philipp-Gehling-Str. 4 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 1606-0
AllgBd@cv-ww-rl.de
www.cv-ww-rl.de

Schuldnerberatung Diakonisches Werk
Hergenrother Str. 2a · 56457 Westerburg
Telefon 02663 9430-0
info@diakonie-westerwald.de
www.diakonie-westerwald.de

- Gewalt

Frauenhaus Westerwald
Postfach 1152 · 57620 Hachenburg
Telefon 02662 5888
frauenhaus-westerwald@t-online.de
www.frauenhaus-westerwald.de

Beratungsstelle für Frauen
Rheinstr. 26 · 57672 Hachenburg
Telefon 02662 5888

Notruf - Frauen gegen Gewalt e.V.
Neustraße 43 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 8678
www.notruf-westerburg.de
notruf-westerburg@t-online.de

Interventionsstelle IST
Neustraße 43 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 911353
www.ist-westerburg.de
intervention-ist@web.de

Weißer Ring
Außenstelle Westerwald
Außenstellenleitung: Dirk Schindowski
Telefon 06435 5448482
www.westerwaldkreis-rheinland-pfalz.weisser-ring.de

- Behinderung

Integrationsämter
Rheinland-Pfalz Landesamt für Soziales, Jugend und Versorgung
Zweigstelle beim Amt für soziale Angelegenheiten Integrationsamt
Baedekerstraße 2-10 · 56073 Koblenz
Telefon 0261 4041-0
IntegrationsamtAsAKoblenz@lsjv.rlp.de
www.landesjugendamt.de

LEBENSILFHE für Menschen mit Behinderung
Kreisvereinigung Westerwald e.V.
Im Schulzentrum 4 · 56462 Höhn
Telefon 02661 980680
info@lebenshilfe-westerwald.de
www.lebenshilfe-westerwald.de

- Selbsthilfe

Westerwälder Kontaktstelle für Information und Selbsthilfe (WeKISS)
Marktplatz 6 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 2540
info@wekiss.de
www.wekiss.de

Wie soll das denn alles gehen?!

Wenn Sie als Eltern Ihren außerhäuslichen Aufgaben und Verpflichtungen unbelastet und konzentriert nachkommen wollen, brauchen Sie das sichere Gefühl, Ihre Kinder in guten Händen zu wissen. Damit die Suche nach einer geeigneten Kinderbetreuung nicht zum unüberwindbaren Hindernislauf gerät, finden Sie nachfolgend eine Übersicht entsprechender Einrichtungen und Ansprechpartner.

Lassen Sie sich bei der Erziehung, der Freizeitgestaltung oder alltäglichen Problemen in der Familie von kompetentem Personal helfen. Auch „Familie, Mutter oder Vater sein“ kann gelernt werden und nebenbei können Sie Kontakte mit Gleichgesinnten knüpfen.

Nehmen Sie doch einfach unverbindlich Kontakt auf – Sie werden tatkräftige Unterstützung bei der Planung und Umsetzung Ihrer Wünsche finden.

4. Kinder

- Kindertagesstätten
- Kinderbetreuung / Tagesmütter
- Kinderschutz
- Finanzielle Hilfen

- Kindertagesstätten

Kreisjugendamt des Westerwaldkreises
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124521
www.westerwaldkreis.de

Die Adressen aller Kindertagesstätten im Westerwaldkreis wurden gebündelt in der Broschüre „Wohin mit den Kids?“ Sie ist online abrufbar auf der Internetseite der Gleichstellungsstelle des Westerwaldkreises und auf der Internetseite der Agentur für Arbeit Montabaur

www.westerwaldkreis.de
> Bürgerservice
> Gleichstellung
> Kinderbetreuung

www.arbeitsagentur.de/vor-ort/montabaur/startseite
> Unser Service-Angebot in Montabaur
> Arbeit, Familie, Kinder
> Beruflicher Wiedereinstieg
> Broschüren

- Kinderbetreuung / Tagespflege

Kreisjugendamt Tagespflegebörse
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124252
www.westerwaldkreis.de

- Kinderschutz

Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband
Westerwald e.V.
Hermann-Geisen-Str. 44 · 56203 Höhr-Grenzhausen
Telefon 02624 4488
info@kinderschutzbund-westerwald.de
www.kinderschutzbund-westerwald.de

Deutscher Kinderschutzbund
Kinderschutzbund Lilliputz
Steinweg 5 · 57627 Hachenburg
Telefon 02662 948567

Kinderschutzdienst Westerwald DRK
Steinebacher Straße 11A · 57672 Hachenburg
Telefon 02662 9697460
ksd@lv-rlp.drl.de
www.kijufa.drk-rlp.de/kinderschutzdienst.html

- Finanzielle Hilfen

Kindergeld/Kinderzuschlag
Familienkasse Rheinland-Pfalz-Saarland
Rudolf-Virchow-Str. 5 · 56073 Koblenz
Telefon 0800 4555530
Familienkasse-Rheinland-Pfalz-Saarland@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de

Elterngeld/Elternzeit
Kreisverwaltung
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124357

Hilfe in Notlagen (kurzfristig, unverschuldet)
„Leben helfen“ - Stiftung Westerwald
Neumarkt 1 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 291700
info@leben-helfen.de
www.leben-helfen.de

Westerwaldkreis Tafel des Diakonisches Werkes
Petra Strunk
Hergenrother Str. 2a · 56457 Westerburg
Telefon 02663 943026
pe.strunk@diakonie-westerwald.de
www.westerwaldkreis-tafel.de

Ohne Frauen geht es nicht!

Wenn es um unentgeltliche Arbeit geht, leisten Frauen den größten Anteil: Dies gilt in der Familie ebenso wie für das bürgerschaftliche Engagement.

Auch hier bei uns im Westerwaldkreis organisieren sich viele Frauen in den unterschiedlichsten Vereinen, Verbänden und Initiativen. Unter dem Dach der „Westerwälder Frauenverbände“ sind viele dieser Organisationen vereint. Der Zusammenschluss repräsentiert die Vielfalt der Aktivitäten im gesellschaftlichen, religiösen, berufsbezogenen oder politischen Bereich.

Wenn auch Sie sich in der einen oder anderen Richtung einbringen und engagieren möchten, sind Sie sicherlich bei einer der genannten Institutionen richtig.

5. Westerwälder Frauenverbände

- Arbeitsgemeinschaft Sozialdemokratischer Frauen
- Bündnis 90 / Die Grünen
- Caritasverband Westerwald Familienberatungsstelle
- CDU-Kreis-Frauen-Union
- Deutscher Beamtenbund Frauenvertretung
- Deutscher Gewerkschaftsbund Region Koblenz
- Diakonisches Werk Lebensberatung
- Evangelische Frauen in Hessen und Nassau Ev. Dekanat Westerwald
- Frauenhaus Westerwald
- Frauenzentrum Beginenhof
- Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd)
- Landfrauenverband Westerwald
- Notruf Frauen gegen Gewalt e.V.
- Schwesternhelferinnen des Malteser Hilfsdienstes

Die Vorsitzenden der Frauenverbände arbeiten in der Regel ehrenamtlich und wechseln in regelmäßigen Abständen. Aus diesem Grund sind hier auch keine Ansprechpartnerinnen benannt.

Wenn Sie sich mit Ihren Fähigkeiten und Interessen in einem der Verbände engagieren möchten, wenden Sie sich bitte an die Gleichstellungsbeauftragte des Westerwaldkreises

Beate Ullwer Telefon 02602 124 606

Zum guten Schluss.

Wir haben versucht, dieser Broschüre eine klare Struktur zu geben – die nachfolgenden Themen waren uns allerdings zu wichtig, um sie einfach irgendwo unterzuordnen. Wir spannen hier den Bogen von der Jugend bis zum Alter und die damit verbundenen Probleme, Fragen und Möglichkeiten.

Sie sollten es sich wert sein, etwas für Ihre soziale Zugehörigkeit zu tun. Sie sollten es sich wert sein, etwas für Ihren Körper und Ihre Seele zu tun. Sie sollten es sich wert sein, mitten im Leben zu stehen.

6. Weitere Themen

- Mädchen
- Migrantinnen
- Seniorinnen
- Gesundheit / Empowerment / Work-Life-Balance

- Mädchen

Präventionsbüro Ronja
Neustraße 43 · 56457 Westerburg
Telefon 02663 86 78
praeventionsbuero-ronja@web.de

- Migrantinnen

Bundesamt für Migration
Außenstelle M7 - Trier
Dasbachstr. 15 b · 54292 Trier
Telefon 0651 14630
M7Posteingang@bamf.bund.de
www.bamf.de

Diakonisches Werk im Westerwald
Hergenrother Str. 2a · 56457 Westerburg
Telefon 02663 94 30 41
k.klein@diakonie-westerwald.de
www.diakonie-westerwald.de

Netzwerk Migration im Westerwald
Alexander Böhler
Bahnhofstr. 69 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 10698 71
a.boehler@diakonie-westerwald.de
www.netzwerk-migration-ww.de

- Seniorinnen

Seniorenleitstelle Kreisverwaltung
Peter-Altmeier-Platz 1 · 56410 Montabaur
Telefon 02602 124482
www.westerwaldkreis.de

- Gesundheit / Empowerment / Work-Life-Balance

„Expedition & Entwicklung - Empowerment für Entscheiderinnen“
IDEALE Berufsstrategie & Personalentwicklung
Anke Hollatz M.A.
Aubachstraße 9 · 56410 Montabaur
Büro Hellenstraße 61a · 56179 Vallendar
Telefon 0151 116 52 373
info@ideale-berufsstrategie.de
www.ideale-berufsstrategie.de

„Business-Ladies - Theaterensemble 4.0“
Familie & Beruf e.V. - Neue Kompetenz
Martina Zabel M.Sc. Theaterpädagogin
Wilhelmstraße 28 · 57610 Altenkirchen
m.zabel@neuekompetenz.de
www.neuekompetenz.de

Downshifting - Berufliche Beratung bei Burnout
IDEALE Berufsstrategie & Personalentwicklung
Anke Hollatz M.A.
Aubachstraße 9 · 56410 Montabaur
Büro Hellenstraße 61a · 56179 Vallendar
Telefon 0151 116 52 373
info@ideale-berufsstrategie.de
www.ideale-berufsstrategie.de

Sportbund Rheinland e.V.
Rheinau 11 · 56075 Koblenz
Telefon 0261 135-0
info@sportbund-rheinland.de
www.sportbund-rheinland.de

Volkshochschulen der Verbandsgemeinden
Achten Sie auf die Veröffentlichungen in den Verbandsgemeindeblättern oder den jährlich erscheinenden kostenlosen Kurskatalog! Fragen Sie auch bei Ihrer zuständigen Krankenkasse nach Angeboten!

7. Hinweise / Impressum

Der Inhalt dieser Broschüre ersetzt keine Beratung durch Ärzte, Therapeuten oder sonstige BeraterInnen.

Sie dient der Orientierung und enthält Hinweise auf die jeweiligen Fachleute oder Institutionen, die den Rubriken zugeordnet sind.

Impressum - Stand August 2020 -

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Arbeitsgemeinschaft "Frauen in Aktion"

Gestaltung: JANE GraFITs, Wirges

**Man kommt nicht als Frau zur Welt,
man wird es.
(Simone de Beauvoir)**

