



Inner Wheel Club Offenbach-Hanau-Maintal, Lions Club Schloss Philippsruhe,
Soroptimist International Club Hanau, Zonta International Club Hanau

Kompetenz unterstützt

Wir, Frauen verschiedener Hanauer Serviceclubs, bieten Unterstützung durch praxisbezogene Vorträge und Gespräche zu Fragen des täglichen Lebens aus den Bereichen:

Recht ♦ **Gesundheit** ♦ **Erziehung** ♦ **Wirtschaft** ♦ **Kultur**

Zielgruppen sind Schulen, sowie Gruppen interessierter Frauen und Familien aus unterschiedlichen Kulturkreisen. Praktische Erfahrung und berufliche Kompetenz werden kostenfrei und ehrenamtlich zur Verfügung gestellt.

E-Mail-Adresse: kompetenzunterstuetzt@gmx.de

Unsere verschiedenen Berufsausbildungen und Erfahrungen ermöglichen es, theoretisches und vor allem praktisches Wissen an Interessierte weiter zu geben. Im Rahmen der Veranstaltungen können wir so auch auf konkrete Fragen direkt eingehen.

Inzwischen schauen wir auf mehrere Jahre von „Kompetenz unterstützt“ zurück. Mit vielen ehrenamtlichen Vorträgen wurden themenbezogene praktische Anleitungen gegeben und Hilfe zur Problembewältigung im Alltag geleistet.

Insbesondere Themen aus den Bereichen Gesundheit und Recht waren hier bislang von Interesse, aber auch z.B. über Fragen zur Sicherheit im Internet konnte in mehreren Workshops diskutiert werden.



kompetenzunterstuetzt@gmx.de

Juristische Belange und Finanzen

Thema	Beschreibung	Beruf
Kaufverträge richtig abschließen	Worauf achte ich, wenn ich etwas kaufe?	Rechtsanwältin, Notarin
Verträge, das Kleingedruckte	Wie lese ich einen Vertrag richtig?	Rechtsanwältin, Notarin
Auto: Kredit / Leasingvertrag Handy: Miete / Kaufvertrag	Worauf muss ich achten?	Rechtsanwältin, Notarin
Rechte und Pflichten als Verbraucher	Wie bin ich am besten geschützt?	Juristin
Kündigung	Wie schreibe ich eine Kündigung richtig?	Rechtsanwältin, Notarin
Arbeitsrecht	Worauf muss ich bei meiner Arbeitsstelle achten?	Rechtsanwältin, Notarin
Jugendschutzgesetz	Bedeutung für Jugendliche und Erwachsene	Staatsanwältin
Mietrecht	Worauf muss ich bei der Anmietung einer Wohnung achten?	Rechtsanwältin, Notarin
Wohnungsmängel	Wie vermeide ich Schimmel und andere Wohnungsschäden?	Architektin, Innenarchitektin
Wohnungsmiete	Auf was muss ich bei Wohnungsbesichtigung und -miete achten?	Architektin, Innenarchitektin
Patientenverfügung	Jemand Vertrautem eine Vollmacht erteilen	Rechtsanwältin, Notarin
Erben und Vererben	Warum sollte ich ein Testament machen?	Rechtsanwältin, Notarin
Schuldenfalle	Wie komme ich da wieder raus?	Juristin
Konto gepfändet	Was bedeutet das und was mache ich?	Juristin
Der Gerichtsvollzieher kommt!	Was tun?	Juristin
Verbraucherinsolvenz	Was bedeutet das und was mache ich?	Juristin



kompetenzunterstuetzt@gmx.de

Gesundheit

Thema	Beschreibung	Beruf
Pubertät und Verhütung	Worauf muss ich achten?	Apothekerin Frauenärztin
Vorsorgeuntersuchungen bei Erwachsenen	Was ist wie und wann sinnvoll? Kosten?	Ärztin für Allgemeinmedizin
Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern	Was ist wie und wann sinnvoll? Kosten?	Ärztin für Sozialmedizin
Impfungen bei Kindern/ Erwachsenen	Welche Impfungen sind sinnvoll? Welche nötig?	Allgemeinmedizin Sozialmedizin
Frauenkrankheiten und Vorsorge	Wann muss ich mich kümmern?	Frauenärztin
Schwangerschaft und Geburt:	Geburtsvorbereitung, Nachbetreuung, Anleitung zum Stillen	Frauenärztin
ADHS / ADS	Frühzeitiges Erkennen und Handeln	Ärztin für Sozialmedizin
Autismus	Frühzeitiges Erkennen und Umgang	Initiatorin Selbsthilfegruppe Autismus MKK
Umgang mit Medikamenten	Was ist zu beachten, was zu vermeiden?	Allgemeinmedizin
Alternative Heilmethoden	Naturheilverfahren, Homöopathie – Chancen und Grenzen	Allgemeinmedizin Homöopathie
Ernährungswissen	Ernährung und Einkaufsmethoden	Ernährungswissenschaften
Bewegungsförderung, Sport	Warum braucht das Kind Bewegung? Was kann es dabei lernen?	Ärztin für Sozialmedizin
Unfallprävention und Umgang mit Kleinkindern	Was sollte beachtet werden?	Ärztin für Sozialmedizin



kompetenzunterstuetzt@gmx.de

Erziehung – Familie – Sprache

Thema	Beschreibung	Beruf
Familienberatung	Konflikte in der Familie, unter Geschwistern, in Schule und Kita	Sozialarbeiterin, Supervisorin
Hilfen zur Erziehung	Wo bekomme ich Hilfe? Unterstützung statt Kontrolle	Sozialarbeiterin, Supervisorin
Liebe, Grenzen, Konsequenzen	Halt und Orientierung im Alltag	Sozialpädagogin, Familientherapeutin
Regelverständnis in der Erziehung	Erziehungskompetenz stärken	Sozialarbeiterin, Supervisorin
Ich bin okay so wie ich bin	Kinder selbstbewusst erziehen	Sozialpädagogin, Familientherapeutin
Konflikte unter Kindern	Einmischen oder nicht?	Sozialpädagogin, Familientherapeutin
Trennung / Scheidung	Was brauchen Kinder nach der Trennung der Eltern?	Sozialpädagogin, Familientherapeutin
Alleinerziehend	Umgang mit den Anforderungen	Sozialpädagogin, Familientherapeutin
Deutsch als Fremdsprache	Förderung der deutschen Sprache bei fremdsprachigen Kindern	Ärztin für Sozialmedizin
Sprachentwicklung, Sprachstörung	Wann und wie lernt ein Kind eine Sprache richtig?	Ärztin für Sozialmedizin
Der richtige Schuh für mein Kind	Was muss ich beim Schuhkauf beachten?	Ärztin für Sozialmedizin
Mobbing und Gefahren des Internets	Was ist gefährlich? Wie schütze ich mich?	Staatsanwältin
Einkaufsmethoden,	Ernährungswissen, Vorbild	Ernährungswissenschaftlerin
Trauerbewältigung	Trennung, Scheidung, Tod	Psychologin



kompetenzunterstuetzt@gmx.de

Schule – Ausbildung - Beruf

Thema	Beschreibung	Beruf
Vorbereitung auf die Schule, Schulaufnahmeverfahren	Kriterien für die schulärztliche Untersuchung	Ärztin für Sozialmedizin
Schulwahl	Kriterien zur richtigen Auswahl für mein Kind	Studienrätin
Schulstruktur	Gliederung des Schulwesens	Schulleiterin
Bewerbung	Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch	Förderschulleiterin
Alles, was sich um Bewerbungen dreht	Anschreiben, Design, Vorbereitung, Gesprächsführung	Medienwirtin
Grundlagen der Kommunikation	Theoriemodelle, verbale/nonverbale Kommunikation, innere Haltung,	Medienwirtin
Soziale Kompetenzen	Umgang miteinander; Verhalten in Betrieb und Freizeit	Sozialpädagogin
Pflichten und Rechte als Auszubildender	Was ist erlaubt? Was nicht?	Rechtsanwältin
Jugend debattiert		Sozialpädagogin
Erfolg hat 3 Buchstaben	TUN–junge Frauen im Beruf; Unterstützung und Stolpersteine	Justiziarin
Interessante Berufe – besonders für Frauen	Frauen berichten von ihren beruflichen Aufgaben	Flugkapitänin Bauingenieurin Hotelmanagerin Sattlermeisterin und Täschnerin Agraringenieurin Historikerin / Archivarin



kompetenzunterstuetzt@gmx.de

Soziale Belange – Kultur – Religion – Natur

Thema	Beschreibung	Beruf
Respektvolles Miteinander in der Gesellschaft		Pfarrerin, Dekanin
Kultur und Jugend	Heranführen junger Menschen an Kunst und Kultur / Literatur	Kunsthistorikerin Museumsdirektorin
Theater- und Konzertbesuche	Organisation, Einführung und Nachbereitung	Medienwirtin
Pflanzen in der Wohnung und auf dem Balkon:	Standort, Pflege, Düngung und Pflanzenschutz	Gärtnerin
Pflanzen in der Natur	Was wächst denn da?	Gärtnerin
Das geheime Leben der Pflanzen	Können Pflanzen kommunizieren?	Gärtnerin
Wann werden Früchte bei uns reif?	Erkennen und Verarbeiten	Gärtnerin
Welcher Baum wächst denn da?	Kleine Baumkunde	Gärtnerin
Die Sonne	Geschichte bis zur Photovoltaik	Natur- und Umweltpädagogin
Energie, was ist das?	Von den fossilen Energieträgern zu den erneuerbaren	Natur- und Umweltpädagogin
Energie erleben durch das Kindergartenjahr	Kraft von Wasser, Sonne und Wind	Natur- und Umweltpädagogin
Kleiner Daumen, große Wirkung	Klimawandel, was können wir tun?	Natur- und Umweltpädagogin
Ein Tier kommt ins Haus	Anforderungen an die Haus- und Heimtierhaltung: übertragbare Krankheiten, Kosten	Tierärztin
Tiere und Kinder	Wie verhalte ich mich richtig?	Tierärztin
Schmuck gestalten / Perlen	Verarbeitung v. Perlen / Schmucksteinen	Goldschmiede- meisterin
Wenn Kinder ausziehen, hinterlassen sie etwas Wunderbares - Platz	Wie gestalte ich die Räume neu?	Architektin, Innenarchitektin
Altersgerecht umbauen	Mit staatlicher Unterstützung/KFW-Kredite	Architektin, Innenarchitektin
Energetisch sanieren	Mit staatlicher Unterstützung/KFW-Kredite	Architektin, Innenarchitektin
Beleuchtungskonzepte für Wohnung, Haus und / oder Garten	Möglichkeiten der Gestaltung	Architektin, Innenarchitektin