

IT-Sommerfestival für Frauen

vhs38-de-frauenkurse

Es ist wieder soweit. Eine Woche lang sind die Computer- und Medienräume und natürlich auch der grünende und blühende Hofgarten in der VHS Heydenstraße fest in Frauenhand. Herzlich Willkommen zum 23. IT-Sommerfestival für Frauen!

Auch dieses Jahr wartet eine bunte Palette an Kursen auf Sie. Egal ob Sie sich für den Beruf, für eine Existenzgründung oder für den privaten Bereich informieren und weiterbilden möchten. Einen Schwerpunkt bildet das Thema Künstliche Intelligenz (KI), das immer mehr Einfluss auf unser tägliches Leben hat und das dabei ist, die Arbeitswelt zu revolutionieren.

Wissen nimmt Ängste und fördert die kritische Auseinandersetzung mit diesem Thema, das auch uns Frauen nachhaltig betrifft. Wir müssen uns informieren, diskutieren und mitgestalten!

Seien Sie dabei!

Genießen Sie das gemeinsame Lernen und den Austausch mit anderen Frauen in einem angenehmen und entspannten Ambiente. Für Kaffee, Tee und Kekse ist gesorgt.

- Die Kurse finden in der VHS Braunschweig, Heydenstraße 2 statt.
- Infos und Anmeldung:** 0531/2412-321/-324/-0 oder www.vhs-braunschweig.de
- WICHTIG:** Anmeldungen sind auch während der Festivalwoche möglich.

Der kurze Weg zu allen
Festivalkursen im Internet:



vhs38-it-so-frau

Die Veranstalterinnen:

Dietlinde Tartler, VHS Braunschweig
Leiterin der Beratungs- und Koordinierungsstelle Frau und Beruf
Marion Lenz, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Braunschweig

Und wenn Sie Lust auf MEHR bekommen ...

Die Koordinierungsstelle Frau und Beruf bietet viele Kurse und Beratung für Frauen an. Überzeugen Sie sich selbst: www.frau-beruf.de



UNSERE KOSTENFREIEN ANGEBOTE AUF EINEN BLICK

Zusammen sind wir stark – Zeit für Mütter

Montag, 22. Juli, 10.00 – 13.00 Uhr im Hofgarten
Info und Austausch zu Unterstützungsangeboten und Ideen für einen entspannten Alltag zwischen Beruf und Familie. Kinder sind herzlich willkommen. Für ein kleines Kinderprogramm ist gesorgt.

Bewerbungsmappen-Check

Dienstag, 23. Juli. Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin (ca. 30 Minuten) in der Zeit zwischen 9.30 und 13.00 Uhr.

Erstberatung für Existenzgründerinnen

Mittwoch, 24. Juli. Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin (ca. 30 Minuten) in der Zeit zwischen 9.00 und 13.00 Uhr.

Künstliche Intelligenz als Chance für eine gleichberechtigte Arbeitswelt?

Freitag, 26. Juli, 14.00 – 16.00 Uhr
Zum Abschluss der Festivalwoche wollen wir nach einem fachlichen Input gemeinsam diskutieren. Seien Sie dabei!

Bitte melden Sie sich zu allen Angeboten frühzeitig an, da die Plätze begrenzt sind!

Fotos: Heike Wolters-Wrase
Gestaltung: www.anja-fass.de



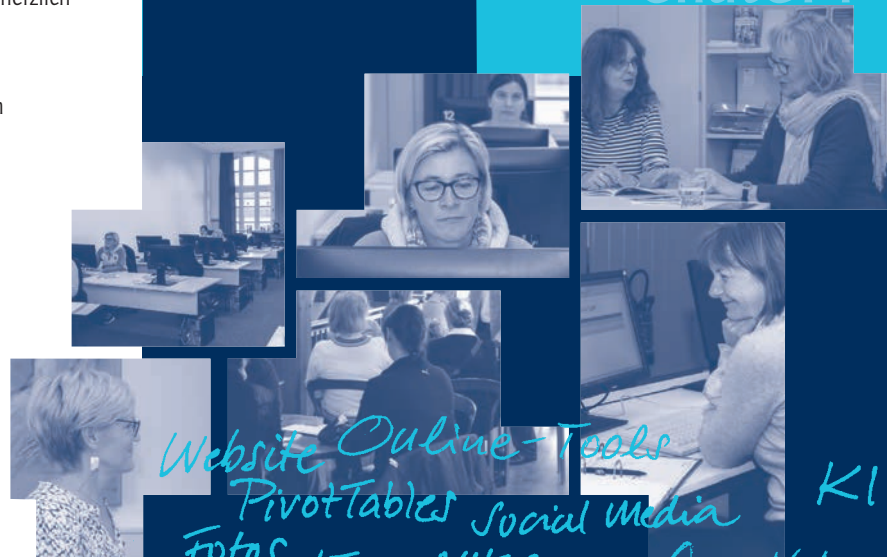
Unser Team ist für Sie da:

Zahra Balaghali, Arne Habermann, Simone Harz, Merle Hübner, Carmela Klinge, Annette Kuck (Arbeitsagentur), Kerstin Kurlvink, Alexander Linse, Angela Markgraf, Dr. Martina Moog, Karin Oesten, Tanja Pantazis, Franziska Rutz, Olivia Sauer (BS Zukunft), Kea Martina Schwarzfeld, Annette Spalek, Dietlinde Tartler und das VHS-Cafeteria-Team.



23. IT-Sommerfestival für Frauen

Künstliche Intelligenz
Cloud
Social Media
OneDrive
SharePoint
22.-26. Juli
Twitter
ChatGPT



Website
Online-Tools
PivotTables
Social Media
Fotos
IT im Alltag
Word
One Note
Apps
Cloud
Neuro Art
iPhone
Chatbot
Twitter
Share Point
One Drive
IT Security
Streaming Dienste
Künstliche Intelligenz
Präsentation
ChatGPT
Homepage
grafik
Phind
KI

2024



Kofinanziert von der Europäischen Union



EUROPA FÜR NIEDERSACHSEN

		Kurs-Nr. / Kosten	GK = Grundkenntnisse	
Montag, 22. Juli	9.00 – 13.00	Gesunder Umgang mit digitalen Medien	YFF01 28 €	Laut WHO ist Stress eine der größten Gesundheitsgefahren. Was hat die Digitalisierung damit zu tun? Und wie kann ich meinen Alltag selbstbestimmt gestalten, ohne in den Sog der digitalen Algorithmen gezogen zu werden?
	9.00 – 13.00	Neues von der Künstlichen Intelligenz	YFF02 28 €	Wie hat sich die KI seit ChatGPT weiterentwickelt? Neue Modelle, neue Chatbots für den Alltag und im Job. Von Avataren, Moderatoren, Robotern und sehr schlaun Phones. GK Internet
	9.00 – 13.00	Modernes Zeitmanagement mit Outlook und OneNote	YFF03 28 €	Nutzen Sie die beiden Programme in Kombination, damit die Zeit endlich wieder Ihnen gehört! GK Outlook + OneNote
	10.30 – 13.00	Das weibliche Gehirn – Frauen ticken wirklich anders!	YFF04 21 €	Warum ist bei Frauen, das Risiko an Alzheimer, Depressionen und Schlaganfällen zu erkranken höher als bei Männern? Und wie können wir im Alltag für unser Gehirn sorgen, um es für die Zukunft vital zu erhalten?
	10.00 – 13.00	Zusammen sind wir stark – Zeit für Mütter	YFF05 -	Bei einem gemeinsamen Frühstück im Hofgarten tauschen wir uns aus über Unterstützungsangebote und Ideen für einen entspannten Alltag zwischen Beruf und Familie. Für Kinderprogramm ist gesorgt.
	14.00 – 17.00	Make a Wish Ziellinien mit NeuroArt	YFF06 23 €	Mit der kreativen Methode NeuroArt ist es möglich, innere Themen auf Papier abzubilden – ganz ohne PC. Im Kurs wollen wir Wege finden, um eigene Ressourcen zu erkennen und Ziele zu erreichen.
	14.00 – 17.00	Excel Diagramme	YFF07 23 €	Excel bietet viele Diagrammtypen mit modernen Layouts. Hier gibt es Praxisbeispiele für ihren Einsatz in wirkungsvollen Diagrammen mit Anleitungen und Tipps für die Formatierung. GK Excel
	14.00 – 16.00	Zurück in den Job	YFF08 -	Wir informieren, wie der Weg zurück in den Beruf gelingt und freuen uns auf Fragen und regen Austausch.
Dienstag, 23. Juli	9.00 – 10.30	Digitale Medienkompetenz: Gesundheit	YFF09 15 €	Online-Sprechstunden, Telemedizin, E-Rezepte, Gesundheits-Apps, Wearables, Online-Trainingsprogramme... Lassen Sie uns Licht in den Informationsdschungel bringen. GK Internet
	11.00 – 12.30	Mein digitaler Nachlass	YFF10 15 €	Da wir alle heute ein digitales Leben führen, wird es immer wichtiger, auch den digitalen Nachlass zu regeln. Hier gibt es Tipps und Hinweise, wie Sie die richtigen Vorkehrungen für Ihr Online-Erbe treffen. GK Internet
	9.00 – 13.00	Künstliche Intelligenz und Kunst	YFF11 28 €	Diese Symbiose schafft ganz neue Werke. Wir generieren sie mit Bild-, Musik- oder Videogeneratoren und kreativen Prompts. GK Internet
	14.00 – 17.00	Tausend Fotos – und jetzt?	YFF12 23 €	Dateien sichern, sortieren, Alben erstellen und wirkungsvoll präsentieren. Gerne eigene Fotos mitbringen – auf Ihrem Smartphone (Kabel nicht vergessen) oder USB-Stick. GK Computer
	14.00 – 17.00	Durch Schreiben zu innerer Klarheit	YFF13 23 €	„Schreiben heißt sich selber lesen“ (M. Frisch) und zu den eigenen Bedürfnissen finden. Wir probieren es gemeinsam aus!
	14.00 – 17.00	Bewerbungsmappen-Check	YFF14 -	Sie haben Fragen zu Ihrer Bewerbungsmappe? Wir beantworten sie gerne und geben Ihnen Tipps und Anregungen für eine erfolgreiche Bewerbung. Vereinbaren Sie telefonisch Ihren persönlichen Termin.
Mittwoch, 24. Juli	9.00 – 13.00	ChatGPT und andere Bots	YFF15 28 €	Der Einsatz von ChatGPT & Co. beim Erzeugen von Texten ist allgegenwärtig. Wie kann ich diese Modelle effektiv nutzen? Tipps für bessere Prompts. GK Internet
	9.00 – 13.00	Android Smartphone und Tablet für Neueinsteigerinnen	YFF16 28 €	Einführung in die Benutzung von Android-Geräten. Bitte Smartphone oder Tablet aufgeladen und angemeldet mitbringen!
	9.00 – 13.00	Erstberatung für Gründerinnen	YFF17 -	Wir besprechen Ihre Idee und die nötigen Schritte für Ihre geplante Existenzgründung. Vereinbaren Sie telefonisch Ihren persönlichen Beratungstermin.
	14.00 – 17.00	Word oder Microsoft Forms? Formulare erstellen	YFF18 23 €	Formulare sind ein wichtiger Teil des Workflows. Gern natürlich selbst erstellt. Aber welches Programm ist dafür geeignet? Kleiner Workshop, der bei der Entscheidung weiterhilft. GK Word
	14.00 – 17.00	Frauen als Vorreiterinnen in der digitalen Welt	YFF19 23 €	Porträts von Frauen, die Sie kennen sollten. Von den Pionierinnen der Informatik zu Digital Female Leaders. Spannende Geschichten von Vorbildern und Visionärinnen.
	19.30 – 23:00 MI + DO	„Lichtparcours bei Nacht“ Fotoworkshop – Teil 1	YFF20 53 €	Wir besprechen kurz Einstellungen für Nachtfotos an Kamera/Smartphone und die Stativfrage. Danach geht es zum Fotografieren zu einigen Stationen des Lichtparcours und Sie erfahren etwas über die Kunstwerke und Künstler*innen.
Donnerstag, 25. Juli	9.00 – 13:00	Office-Eye-Syndrom – nein, danke!	YFF21 28 €	Je digitaler die Arbeitswelt, desto gestresster unsere Augen. Mit einfachen und wirkungsvollen Übungen für Büro und Zuhause beugen Sie „Büroaugen“ vor.
	9.00 – 13.00	Mein erstes iPhone	YFF22 28 €	Hier lernen Sie es spielend leicht kennen und bedienen. iPhone laden, einpacken, mitbringen und los geht 's!
	9.00 – 13:00	Suchmaschinen mit Künstlicher Intelligenz	YFF23 28 €	Phind, Perplexity, You? Die KI hat die Suche im Internet revolutioniert. Wir stellen die neuen Techniken vor und blicken auf die Zukunft von Google. GK Internet
	14.00 – 17.00 DO + MI	„Lichtparcours bei Nacht“ Fotoworkshop – Teil 2	-	Auswahl und Vorbereitung von Fotos zur gemeinsamen Bildbetrachtung mit Tipps und Hilfen zur Bildanalyse.
	14.00 – 17.00	OneDrive, OneNote, SharePoint	YFF24 23 €	Hilfe, wo soll ich meine Daten sicher speichern? Ein kleiner Ausflug zu den neuen Speicherorten. GK Word + Explorer
	14.00 – 17.00	Gemeinsam neue Wege finden – Schnupperkurs Kleingruppencoaching	YFF25 23 €	Um erfolgreich kleine oder große Veränderungen umzusetzen, werden Sie professionell von Ihrem Coach angeleitet und profitieren zusätzlich von Ideen, Gedanken und Erfahrungen aus der Gruppe. Starten wir gemeinsam!
	14.00 – 17.00	Neues von Android	YFF26 23 €	Lust auf neue Apps? Was bietet Android 15? Und welche Smartphones bekommen ein Update? Von der intelligenten Tastatur bis zur Fotobearbeitung mit KI. GK Android
Freitag, 26. Juli	9.00 – 10.30	Excel für alle – na klar!	YFF27 15 €	Dieser Kurs führt anhand von täglichen Alltagsaufgaben in die praktische Arbeit mit Excel ein. Testen wir gemeinsam dieses tolle Programm! GK Word
	11.00 – 12.30	Medienkompetenz: Fake News	YFF28 15 €	Tipps und Anleitungen, wie Sie Medien besser wahrnehmen und bewerten können. Lassen wir den Fake News keine Chance! GK Internet
	9.00 – 13.00	Frühjahrsputz auf PC & Co.	YFF29 28 €	Aufräumen, Platz schaffen, sortieren. Staubsaugen und für klare Sicht auf den Bildschirm sorgen. To-do-Listen für den routinierten digitalen Putz! GK Computer
	14.00 – 17.00	Steuerrecht und Buchhaltung – Basics für Gründerinnen	YFF30 23 €	Grundlagen verstehen als Basis für Ihren Unternehmenserfolg.
	14.00 – 17.00	Small Talks in English with Fun	YFF31 23 €	Ohne Angst auf Englisch Konversation machen. Wir üben Smalltalk und haben Spaß miteinander. Trauen Sie sich! Level A2
	14.00 – 16.00	KI als Chance für eine gleichberechtigte Arbeitswelt? Input und Diskussion	YFF32 -	Verschärft Künstliche Intelligenz die Einkommensungleichheit? Sind Frauen stärker benachteiligt oder besser in der Lage die Vorteile von KI zu nutzen? Diskutieren Sie mit uns! GK Internet