

Individuelle Einzelberatung für Gründerinnen

Individuell, kompetent und vertraulich.

Unsere Beratung setzt an Ihren persönlichen Fragestellungen an und unterstützt Sie in den Bereichen, die für Sie relevant sind. Wir informieren und geben Feedback in allen Phasen des Gründungsprozesses, von der ersten Idee bis zur Umsetzung oder Erweiterung des Geschäftsvorhabens.

Häufige Themen sind

- Fragen zu Gründungsformalitäten
- Rechtsform und Steuern
- Preise und Geschäftsmodell
- Marketing und Vertrieb
- Nachhaltiges Wirtschaften
- Businessplan

Neben betriebswirtschaftlichen Überlegungen orientiert sich unsere Beratung an Ihren Kompetenzen und Ihrer individuellen Lebenssituation, speziell auch an der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Fachkundige Stellungnahme

Wenn Sie einen Kredit oder Zuschuss (z.B. Gründungszuschuss oder Einstiegsgeld) beantragen möchten, beraten wir Sie bei der Erstellung des Businessplans und erteilen bei entsprechender Beurteilung die dafür notwendige Tragfähigkeitsbescheinigung.
Kosten für die fachkundige Stellungnahme: 80 Euro.

Termine nach Vereinbarung

in Lüneburg, Uelzen, Buchholz, Winsen oder online.



Ihr Kontakt zu Exista

im Netz www.exista.info
per Mail exista@feffa.de
telefonisch 04131 769301



Exista vor Ort

Uelzen, Veerßer Straße 64
Lüneburg, Stadtkoppel 20
Winsen/Luhe, Marktstraße 21/23
Buchholz, Kirchenstraße 3



Kofinanziert von der Europäischen Union



Exista ist ein Projekt von feffa e.V.

Angebote und Seminare

Von Frauen für Frauen.

1. Halbjahr
2025



Beratung für Gründerinnen

www.exista.info



Sie planen eine berufliche Selbstständigkeit? Exista unterstützt und berät Sie in allen Phasen Ihres Gründungsvorhabens.

Von der ersten Idee bis zur Umsetzung – und darüber hinaus.

Der Weg in die Selbstständigkeit erfordert nicht nur eine gute Idee, sondern auch eine detaillierte Planung und fachliches Know-How. Exista unterstützt Sie dabei, Ihr Vorhaben in die Tat umzusetzen.

Wir beraten Sie individuell, um auf Ihre konkrete Situation einzugehen und bieten Ihnen Fachseminare zu unternehmensrelevanten Themen.

Ebenso erteilen wir fachkundige Stellungnahmen für Businesspläne, wie sie für den Erhalt von Krediten oder Zuschüssen notwendig sind.

Unser Angebot auf einen Blick

- Individuelle Einzelberatung
- Seminare und Veranstaltungen
- Netzwerktreffen
- Fachkundige Stellungnahme zum Businessplan

Seminare und Veranstaltungen 1. Halbjahr 2025

Gründungswissen kompakt – Basiswissen für die Selbstständigkeit

Wir informieren Sie über die wesentlichen Grundlagen, die Sie bei der Planung Ihrer beruflichen Selbstständigkeit wissen müssen: von gesetzlichen Bestimmungen und Formalitäten, finanziellen Rahmenbedingungen bis hin zum Businessplan. Hier erfahren Sie alles auf einen Blick. Für individuelle Fragen ist Zeit eingeplant.

Online | 18.02. | 26.06. | jeweils 9.30 – 11.30 Uhr | kostenfrei

Online | 09.01. | 27.03. | jeweils 18 – 20 Uhr | kostenfrei

Lüneburg | 29.04. | 9.30 – 11.30 Uhr | kostenfrei

Uelzen | 05.06. | 9.30 – 11.30 Uhr | kostenfrei

Buchholz | 16.06. | 9.30 – 11.30 Uhr | kostenfrei

Existenzgründung im Nebenerwerb

Berufliche Selbstständigkeit in Teilzeit? Wir zeigen Ihnen wie das geht und informieren Sie über relevante Fragestellungen, wie gesetzliche Bestimmungen, soziale Absicherung und finanzielle Rahmenbedingungen einschließlich Businessplan. Für individuelle Fragen ist Zeit eingeplant.

Online | 28.01. | 11.03. | 15.05. | 12.06. | jeweils 18 – 20 Uhr | kostenfrei

Ihr Weg zum Businessplan

Das Fundament und gleichzeitig das Herz Ihres Geschäftsvorhabens: der Businessplan. Er hilft Ihnen, Ihre Existenz auf eine solide Basis zu stellen und ist ebenso die Voraussetzung für finanzielle Förderungen. Im Seminar erhalten Sie alle notwendigen Informationen und praktische Tipps, um Ihren eigenen Businessplan zu erstellen.

Online | 20.02. | 08.05. | jeweils 9 – 12 Uhr | kostenfrei

Texten mit KI für Gründerinnen

Schnell mal einen Text für die Homepage entwerfen und gleich noch einen Post für Facebook und Instagram – Content ist wichtig, die Formulierungen fallen vielen aber nicht leicht. Hier können Textgeneratoren wie ChatGPT oder Gemini helfen. Wie Sie Text-KIs für sich nutzen können (auch für Einladungen, E-Mails uvm.), aber auch wo Grenzen und Gefahren liegen, das erfahren Sie in diesem Workshop.

Online | 12.02. | 18 – 20 Uhr | 35 EUR

Referentin: Sascha Fobbe, Journalistin

Stark im Geschäft – Resilienz für Gründerinnen

Resilienz wird oft als die Kompetenz der Zukunft bezeichnet. Aber welches sind die Schlüssel, die es Ihnen als Gründerin ermöglichen, mit den Herausforderungen des Gründungsprozesses und darüber hinaus möglichst entspannt umzugehen? Das, und wie Sie diese Schlüssel trainieren können, erfahren Sie im Workshop.

Online | 03.04. | 18 – 20 Uhr | kostenfrei

Referentin: Sandra Differt, Exista Projektleiterin und Resilienztrainerin

Nachhaltig gründen in Gemeinschaft

Lassen sich die Grundprinzipien der solidarischen Landwirtschaft auf andere Branchen übertragen? Wie sieht eine Wirtschaftsform aus, die auf Gemeinschaft und Kooperation beruht? Und wie kann die Finanzierung solcher Geschäftsmodelle gelingen? Diese und viele andere Fragen zum Thema werden in diesem Workshop beantwortet.

Online | 22.05. | 18 – 20 Uhr | 35 EUR

Referentin: Sarah Wittenberg, Coach für gemeinschaftsbasierte Gründungen

Beratungsvormittag für Gründerinnen in Lüchow

Sie wollen sich im Neben- oder Haupterwerb selbstständig machen? Ob Anmeldeformalitäten, Steuern, Finanzen, Businessplan: in 1-stündigen Einzelterminen beantworten wir Ihre Fragen, geben Tipps und Informationen. Terminvereinbarung über Exista.

Lüchow | 11.03. | 10 – 13 Uhr | kostenfrei

Wirtschaftsförderung LüchowDannenberg, Salzwedeler Str. 13

Beraterin: Petra Haberland, Exista

Gründerinnen-Frühstück

Online Netzwerkveranstaltung

Zusammen geht es besser als allein. Das Gründerinnen-Frühstück bietet Gelegenheit, sich mit anderen zu vernetzen, gemeinsam kreativ zu sein, das Wissen der Gruppe zu nutzen und Kraft für das eigene Business zu tanken. In moderierter Runde werden Ideen und Anliegen ausgetauscht – und wer mag, hat ein leckeres Frühstück dabei.

Online | 07.01. | 04.03. | 01.04. | 06.05. | 03.06. | jeweils 8.30 – 10 Uhr

kostenfrei | Moderation: Exista

Einstieg jederzeit möglich, die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt



Aktuelle Infos unter www.exista.info.

Bitte melden Sie sich an, damit wir Sie ggf. über Änderungen informieren können.