

Anmeldung

Verbindliche Anmeldung unter:
Haus der Familie gGmbH
Tel. 07131-2769230
www.hdf-hn.de

Workshops: Bezeichnung H8201H - H8205H
Kinderbetreuung: Bezeichnung H8206H

Bitte geben Sie bei der Anmeldung die jeweilige Workshop-bezeichnung an. Ein späterer Wechsel zwischen den Workshops ist nicht möglich.

Die Gebühren betragen 15,00 Euro, Kinder 7,50 Euro, inkl. Imbiss und Getränke.

Anmeldeschluss 04.10.2019

Bitte beachten Sie die AGB der Haus der Familie gGmbH.

Anfahrt zum Bildungscampus

Duale Hochschule Baden-Württemberg Heilbronn
Parkmöglichkeiten im Parkhaus vorhanden

Navigationsadresse: Dammstraße 1

Tagungsort: Gebäude C auf dem Bildungscampus Heilbronn

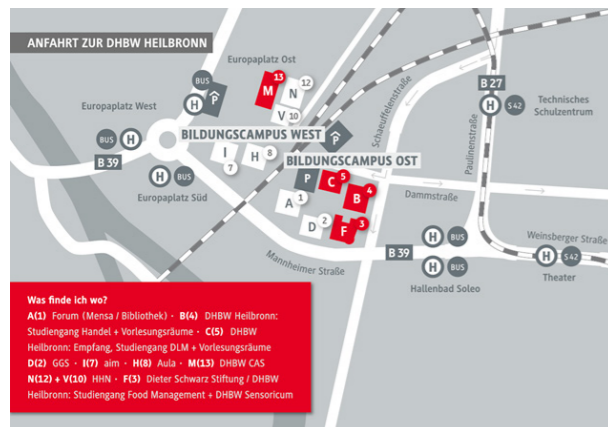


Foto- und Filmhinweis: Während der Veranstaltung werden Foto- und Film-aufnahmen gemacht. Diese können im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit auf Homepages, Printmedien, sozialen Netzwerken und zur Presseberichterstatung veröffentlicht werden. Sollten Sie damit nicht einverstanden sein, teilen Sie uns dies bitte mit.

Partner*innen



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Heilbronn

Agentur für Arbeit Heilbronn
Sandra Büchele
Rosenbergstraße 50 | 74074 Heilbronn
sandra.buechele@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de



Haus der Familie gGmbH
Beate Bindereif-Mergel
Fügerstraße 6 | 74076 Heilbronn
info@hdf-hn.de
www.hdf-hn.de



HIN Heilbronn

Frauenbeauftragte der Stadt Heilbronn
Silvia Payer
Marktplatz 11 | 74072 Heilbronn
frauenbeauftragte@heilbronn.de
www.heilbronn.de



HOCHSCHULE HEILBRONN

Hochschule Heilbronn
Maren Haag
Max-Planck-Straße 39 | 74081 Heilbronn
maren.haag@hs-heilbronn.de
www.hs-heilbronn.de

Partner*innen



Netzwerk
Fortbildung

Regionalbüro der Netzwerke für berufliche Fortbildung Heilbronn,
Hohenlohe, Main-Tauber-Kreis und Schwäbisch Hall
Nadine König
Bahnhofstraße 19-23 | 74072 Heilbronn
heilbronn-franken@regionalbuero-bw.de
www.fortbildung-bw.de | www.regionalbuero-bw.de



Duale Hochschule Baden-Württemberg Heilbronn
Prof. Dr. Yvonne Zajontz
Bildungscampus 5 | 74076 Heilbronn
yvonne.zajontz@heilbronn.dhbw.de
www.heilbronn.dhbw.de



Kontaktstelle
Heilbronn-Franken

Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken
Simone Rieß
Rosenbergstr. 50 | 74074 Heilbronn
s.riess@heilbronn-franken.com
www.frauundberuf-hnf.com

Frauen Wirtschafts Tage



Da ist noch Luft nach oben...

Workshops für Frauen

Samstag, 19. Oktober 2019
9.00 bis 14.30 Uhr

Duale Hochschule Baden- Württemberg Heilbronn
Bildungscampus 5
Gebäude C
74076 Heilbronn

www.frauenwirtschaftstage.de



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR WIRTSCHAFT, ARBEIT UND WOHNUNGSBAU

Da ist noch Luft nach oben...

Workshops für Frauen

Programm

09.00 Uhr	Anmeldung/ Ankommen
09.30 Uhr	Begrüßung Prof. Dr. Nicole Graf Rektorin, DHBW Heilbronn
09.45 Uhr	Emotionsmanagement für mutige Frauen und solche, die es werden wollen Reingard Gschaider, CARISMA-Training
10.15 Uhr	Kaffeepause
10.30 Uhr	Workshop 1 - H8201H Zauberleichtes Selbstmanagement – Wege aus dem alltäglichen Chaos Workshop 2 - H8202H Selbstmarketing durch Networking. Die eigenen Potenziale und Ressourcen bewusst und zielorientiert beim Networking nutzen Workshop 3 - H8203H Tangolead – Feiner führen: Die Kunst ausgewogener Führung! Workshop 4 - H8204H Souveränes Auftreten und Ausstrahlung - Sicher und kompetent im Beruf Workshop 5 - H8205H Mittendrin statt nur dabei: Umgang mit Veränderungen in Lebensphasen
12.00 Uhr	Mittagspause mit Imbiss vom Türkischen Frauenverein Heilbronn e.V.
13.00 Uhr	Fortsetzung der Workshops
14.30 Uhr	Ende der Veranstaltung

Workshop 1 - H8201H

[Zauberleichtes Selbstmanagement - Wege aus dem alltäglichen Chaos](#)

Wäre es nicht wunderbar, all Ihre vielfältigen privaten und beruflichen Herausforderungen mit mehr Spaß und Leichtigkeit zu bestehen? In einer guten Portion Lebensfreude liegt nämlich spektakuläres Erfolgspotenzial für alle Lebenslagen, auch im Beruf. In diesem Workshop lernen Sie alltagstaugliche Methoden kennen, mit denen Sie Ihre Stimmung jederzeit positiv beeinflussen können:

- Anti-Grübel-Strategien für Tag und Nacht
- Perspektivwechsel: entspannt und setzt Ideen frei
- Fels in der Brandung: Wie Sie auch in stressigen Zeiten privat und beruflich die innere Balance bewahren.

Dabei schauen wir mit der Humorbrille auf uns selbst und unser manchmal kompliziertes Leben, denn Freude und Unbeschwertheit gehören zu den spritzigsten Energiequellen, die es gibt.

Referentin:

Reingard Gschaider, CARISMA-Training

Workshop 2 – H8202H

[Selbstmarketing durch Networking. Die eigenen Potenziale und Ressourcen bewusst und zielorientiert beim Networking nutzen](#)

Beziehungen schaden nur derjenigen, die keine hat. Karrieren werden in Netzwerken gemacht, die Einflüsse von Kooperationen und Netzwerken für die eigene Laufbahn sind vielfältig. Netzwerken ist ein intelligentes Beziehungsmanagement. Die Kontakte zu Freund*innen, Bekannten, Verwandten oder Arbeitskolleg*innen werden ständig genutzt. Man tauscht Informationen aus, fragt nach Rat und gibt Unterstützung.

Der Workshop gibt Gelegenheit, in kurzer Zeit das aktuelle Netzwerk zu visualisieren und eignet sich besonders für das eigene Selbstmarketing, bei der Lösung von Problemsituationen, bei der beruflichen Neuorientierung und vielem mehr. Mithilfe der sogenannten Netzwerkkarte wird das eigene Netzwerk einer systematischen Analyse unterzogen und im Anschluss, bezogen auf die jeweils individuelle Zielsetzung der Teilnehmenden, ein

Netzwerkstrategieplan entwickelt.

Der Kontakt zu den „richtigen“ Leuten entsteht nicht von selbst, sondern ist das Ergebnis einer strategischen und kontinuierlichen Netzwerkarbeit und dem eigenen Selbstmarketing. Wie dies effektiv gelingt, ist Bestandteil des Workshops.

Referentin:

Rosemarie Fleck, Coaching – Training

Workshop 3 - H8203H

[Tangolead – Feiner führen: Die Kunst ausgewogener Führung!](#)

Im beruflichen Miteinander hat Kommunikation gerade in „Führungskonstellationen“ eine wichtige Funktion. Haben wir es hier doch zumeist mit hierarchisch aufgebauten Systemen zu tun. Nicht immer ist dabei klar, wer wann führt.

Die Beschäftigung mit dem Tango Argentino kann uns unterstützen, diese verschiedenen Aspekte und Führungskontexte wahrzunehmen und unsere Führungskompetenz entscheidend zu verbessern. Als Improvisationstanz baut der Tango nicht wie andere Tänze auf gelernten Schrittfolgen und Bewegungsmustern auf, sondern er fußt auf einer körper- und persönlichkeitsorientierten Haltung und nonverbaler Kommunikation. Das Verständnis für diese Grundprinzipien des Tangos hilft uns, Führung zu verstehen und zu fühlen. Der Tango Argentino spiegelt unser Verhalten in Führungssituationen und führt uns zu einem tieferen Verständnis von Führen und Folgen. Hinweis: Die Teilnehmerinnen müssen nicht tanzen können oder tanzen – es hilft jedoch, wenn sie sich auf etwas „Bewegung“ einlassen.

Referent:

Markus Homburg, Marketing- und Bildungsmanager sowie begeisterter Tango Argentino-Tänzer



Workshop 4 - H8204H

[Souveränes Auftreten und Ausstrahlung - Sicher und kompetent im Beruf](#)

Mit souveränem Auftreten gelingt es, andere von sich und den eigenen Ideen und Konzepten zu überzeugen. Wenn Sie erkennen, wie Ihre eigenen Signale wahrgenommen werden, können Sie Ihr persönliches Auftreten steuern. Anhand praktischer Übungen lernen Sie, wie Sie den ersten Eindruck erfolgreich gestalten, durch Worte überzeugen und durch Mimik, Gestik und Körperhaltung gewinnbringend auftreten können. Im Workshop erhalten Sie Empfehlungen, wie Sie schwierige Situationen gekonnt meistern und sich im beruflichen Kontext angemessen präsentieren.

Referentin:

Anna-Daniela Pickel, Training – Mediation – Coaching

Workshop 5 - H8205H

[Mittendrin statt nur dabei: Umgang mit Veränderungen in Lebensphasen](#)

Verschiedene Lebensphasen bringen verschiedene Herausforderungen und Veränderungen mit sich. Steckt hier ein Umbruch, Aufbruch oder Übergang dahinter? Wie stelle ich mich hierzu auf? Wer oder was ist mein Anker zur Orientierung? Was hat dies mit meiner persönlichen Lebensuhr und dem Steuerrad des Lebens zu tun? Was steckt hinter der Qualität des Weglassens?

Sie sind zu einem Perspektivwechsel in Zeiten der persönlichen Veränderungen eingeladen. Lassen Sie uns die Stärken und besonderen Potenziale in den einzelnen Lebensphasen gemeinsam entdecken und wertschätzen – in der Reflexion und im Austausch miteinander, ergänzt durch Impulse aus Theorie und Praxis.

Referentin:

Tanja Eggers, ANCORIS Consulting, Managementberaterin, systemische Business Coach & Dozentin