

BUSINESS IMPULSE

Workshops speziell für Frauen

Wirtschaftsförderung
Stadt Öhringen



„Meine SELBST-Marketing-Strategie & ICH“
Kursnr: 201-50070

Donnerstag, 05.03.2020 von 17.30 bis 21.00 Uhr

Schloss Öhringen, Weißer Saal, Marktplatz 15, 74613
Öhringen

Wie kann ich über meinen Schatten springen, um mich selbst besser zu positionieren und zu vermarkten? Wie ist mein eigenes Selbstbild und was hemmt mich in gewissen Situationen? Warum bin ich nicht so locker & souverän wie es andere scheinbar sind - sei es bei Bewerbungsgesprächen, bei Gesprächen mit dem/der Vorgesetzten, in Vorstellungsrunden oder beim Smalltalk?

Im interaktiven Workshop erhalten Sie praxisorientierte Impulse für Ihre SELBST-MARKETING-STRATEGIE. Lassen Sie uns Selbstkritik in ein positives Selbstmarketing wandeln. Entdecken Sie Ihre Möglichkeiten zur eigenen Vermarktung, denn JEDER von uns ist eine „MARKE“. Warten Sie nicht darauf, von anderen entdeckt zu werden - nehmen Sie die Sache SELBST in die Hand. Ich freue mich auf Sie.

Referentin: Tanja Eggers, ANCORIS Consulting
Managementberaterin & systemische Business Coach

Anmeldung bei: VHS Öhringen, www.vhs-oehringen.de,
Tel. 07941 68-4250, volkshochschule@oehringen.de



BUSINESS IMPULSE

Wirtschaftsförderung
Stadt Öhringen



Workshops speziell für Frauen

„Wirksame Konfliktbewältigung bei der Arbeit und im Alltag“ Kurs:201-50075

Donnerstag, 14.05.2020 von 18.00 bis 21.00 Uhr

Schloss Öhringen, Weißer Saal, Marktplatz 15, 74613 Öhringen

Einen großen Teil unserer Lebenszeit verbringen wir am Arbeitsplatz. Konflikte sind dabei unvermeidbar und oft echte Motivationskiller und Energieräuber. Können wir aus Konflikten Chancen werden lassen, entstehen hier neue Potentiale und ein dauerhafter Grundstein zu besserer Gesundheit und Lebensfreude beruflich und privat.

Dieser Workshop erweitert ihre Kenntnisse und Fähigkeiten, um ihre Arbeit im Team zu unterstützen und zu fördern. Er bietet mit der Beziehungskonferenz nach Thomas Gordon praktisches Basiswissen: „Aktives Zuhören, das Senden von respektvollen Ich - Botschaften und eine Methode der Konfliktbewältigung.“ Die Kunst besteht darin, Konflikte als Chance zu begreifen und durch einen kreativen insbesondere achtsamen Umgang miteinander, einen größtmöglichen gemeinsamen Nutzen zu finden.

Referentin: Hilde Sänger-Warnecke, Kommunikations- und Konflikttrainerin

Anmeldung bei: VHS Öhringen, www.vhs-oehringen.de,
Tel. 07941 68-4250, volkshochschule@oehringen.de



BUSINESS IMPULSE

Workshops speziell für Frauen

Wirtschaftsförderung
Stadt Öhringen



„Sicheres und souveränes Auftreten im Berufsalltag“
Kursnr: 201-50080

Donnerstag, 09.07.2020 von 18.00 bis 21.00 Uhr

Schloss Öhringen, Weißer Saal, Marktplatz 15, 74613
Öhringen

Mit souveränem Auftreten gelingt es, andere von sich und den eigenen Ideen zu überzeugen. Wenn Sie erkennen, wie Ihre eigenen Signale wahrgenommen werden, können Sie Ihr persönliches Auftreten steuern.

Anhand praktischer Übungen erkennen 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

Anmeldung bei: VHS Öhringen, www.vhs-oehringen.de,
Tel. 07941 68-4250, volkshochschule@oehringen.de



BUSINESS IMPULSE

Wirtschaftsförderung
Stadt Öhringen



Workshops speziell für Frauen

**Zeitmanagement ist UnSINN - so entwickeln Sie
nützliche Gewohnheiten! Kursnr: 202-50070**

Donnerstag, 15.10.2020 von 18.00 bis 21.00 Uhr

Schloss Öhringen, Weißer Saal, Marktplatz 15, 74613
Öhringen

Eigentlich wissen Sie doch, wie's geht: Sie sind schon mehr oder weniger gut organisiert, kennen die Knackpunkte, warum Ihr Selbst- und Zeitmanagement noch nicht so rund läuft und vermutlich ist Ihr Kopf voller guter Tipps, wie es besser gehen könnte. Doch das Problem ist nicht das Wissen, es ist das Tun!

In diesem praxisorientierten Workshop lernen Sie verschiedene Tools und nützliche Strategien kennen, wie Sie durch gute Gewohnheiten ihre Zeit sinnvoll nutzen können. Sie erfahren, wie Sie den Kopf freibekommen und den Überblick behalten über die Vielzahl Ihrer Aufgaben.

- Kopf frei - so behalten Sie den Überblick!
- Arbeitsfluss und -organisation reflektieren
- Entwicklung nützlicher Gewohnheiten

Referentin: Marieluise Noack, Coaching & Kommunikation - Lösungsfokussiert

Anmeldung bei: VHS Öhringen, www.vhs-oehringen.de,
Tel. 07941 68-4250, volkshochschule@oehringen.de

