

Programmüberblick 7. November 2008

13:45 Uhr Ankommen

14:00 Uhr Begrüßung

14:15 Uhr „Peinlicher Ausrutscher oder
sicherer Auftritt“? *Bärbel Dautzenberg*

15:15 Uhr Impulsreferate mit kleinen Pausen:
*Cornelia Borchard, Gabriele Müller,
Monika Schiwy, Barbara Wiemann*

18:30 Uhr Ausklang mit Umtrunk und
Raum für Austausch
Änderungen vorbehalten.

Teilnehmerinnen waren bei der Frauenwirtschaft! 2007 dabei ...

„...um zu sehen, dass Frauen auch neben Haushalt und
Kindern sehr erfolgreich sein können.“

„... weil mir diese Veranstaltung von einer Freundin emp-
fohlen wurde. Mit diesen Themen hat man tagtäglich im
Berufsleben zu tun; da kann man eigentlich nie auslernen.“

„... vor allem wegen der interessanten Themen, aber auch
um Leute kennen zu lernen, zu netzwerken und sich an
bestimmten Stellen zu solidarisieren.“



Kontakt

Anmeldung

VHS-Info-Treff
Aegidiimarkt 3
48143 Münster
Tel. (02 51) 4 92 - 43 21
vhs@stadt-muenster.de
www.stadt-muenster.de/vhs

Öffnungszeiten

Mo - Mi 10-16 Uhr
Do 10-18 Uhr
Fr 10-13 Uhr

Veranstaltungsort

VHS, Katthagen 7, Münster
Teilnahmegebühr: 45,- EUR
inklusive Getränke u. Imbiss
Kurs-Nr. 577000

Anmeldeschluss

31.10.2008

Informationen und Fragen zum Ablauf

Tel. (02 51) 28 49 89 88
mail@unternehmerinnennetz.de
www.unternehmerinnennetz.de

: Volkshochschule : Münster

Frauenwirtschaft!

Informationen – Inspirationen – Impulse für
Frauen im Beruf



7. November 2008

Selbstständige | Wiedereinsteigerinnen | Angestellte

In Kooperation mit  Eine Veranstaltung
des Gründungsnetzwerks Münster

unternehmerinnennetz 

 Sparkasse
Münsterland Ost

Frauenwirtschaft!

Informationen, Inspirationen und Impulse für Frauen im Beruf

Erleben Sie einen inspirierenden Wochenausklang mit wertvollen Informationen für den beruflichen Alltag - effizient und kurzweilig vermittelt. Nach dem einstündigen Hauptvortrag von Stilberaterin Bärbel Dautzenberg erwarten Sie weitere spannende, beruflich relevante Themen.

Anschließend haben Sie bei einem Ausklang mit Sekt die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und sich mit Frauen auszutauschen, die gerne „wirtschaften“.

Wir freuen uns auf Sie!



Peinlicher Ausrutscher oder sicherer Auftritt? Wie wichtig ist der erste Eindruck?

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance, so sagt man. Welche Wirkung unsere Kleidung, unsere Körpersprache, die Umgangsformen und nicht zuletzt unsere innere Haltung auf unser Gegenüber ausüben, wird oft unterschätzt. Oft sind es Kleinigkeiten, die zwischen Sympathie und Antipathie entscheiden. Was also macht den ersten Eindruck aus und wie kann man ihn beeinflussen? Anhand von Businessoutfits der Mode-Designerin Pia Glabasna werden zusätzlich modische „Must-haves“ und „No-Gos“ für den Berufsalltag erläutert.

*Bärbel Dautzenberg, Stilberaterin und Hotelmeisterin
www.tafelfreuden-dautzenberg.de*

Pia Glabasna, www.einzelstueck.de



Niedertracht - hab Acht! Mobbing kann jede treffen

In vielen Köpfen existiert immer noch die Vorstellung, dass sog. Mobbing nur bestimmte Menschen trifft, nämlich unsichere oder unattraktive Zeitgenossen, Sensiblen oder Menschen mit Spleen. Doch niemand ist davor gefeit. Schikane durch KollegInnen oder Vorgesetzte kann jede treffen. Niedertracht hat viele Erscheinungsformen, aber immer ein Ziel: Machterhalt oder Machtgewinn durch Schwächung einer vermeintlichen Gegnerin. Mobbing wirkt wie ein Virus und gehört daher massiv und frühzeitig eingedämmt, damit er sich nicht ausbreitet. In meinem Vortrag konzentriere ich mich auf Vorboten von Mobbing sowie auf Maßnahmen zum Ausstieg für Betroffene, aber auch für Ohren- und AugenzeugInnen.
Cornelia Borchard, Psychologische Psychotherapeutin und Wirtschaftspsychologin, www.lieberheute-alsmorgen.de



Leben in Echtzeit - Nutzen Sie Ihre Zeit?

Zeit ist das wertvollste Gut, das wir besitzen. Wussten Sie, dass das Wort „Zeit“ auch eines der meist benutzten Hauptwörter der deutschen Sprache ist? Lebenszeit ist mehr wert als Geld, und darum gilt es unser Zeit-Kapital, ob im Beruflichen oder Privaten, sorgfältig anzulegen. Lebenszeit können wir aber nicht sparen, nicht kaufen und auch nicht lagern. Zeit verinnt kontinuierlich und unwiderruflich. Eine zeitlose Anschauung.
*Monika Schiwy, PR- und Marketingberaterin
www.die-schiwy.de*



Ganz in meinem Element? Die Kraft der vier Elemente in Mensch und Raum

Sind sie bei der Arbeit ganz „Feuer und Flamme“ - oder manchmal auch „nah am Wasser gebaut“? Kennen Sie Büroräume, in denen Sie leicht „versumpfen“ oder sich eher „luftig leicht“ fühlen? Die vier Elemente Erde, Feuer, Wasser und Luft beflügeln seit Jahrtausenden die Phantasie von Philosophen, Wissenschaftlern und Künstlern. Dieses Impulsreferat zeigt, wie sich die vier Urkräfte in Mensch und Raum widerspiegeln und dort miteinander interagieren. Entdecken Sie das Element Ihres ganz persönlichen Wesenszuges. Erfahren Sie, mit welchem Raumambiente - Farben, Formen und Materialien - Sie dieses individuell unterstützen können, denn wir fühlen uns erst wohl und können kraftvoll handeln, wenn wir „ganz in unserem Element sind“.

Gabriele Müller, Dipl.-Ing. Innenarchitektin und Raumenergetische Beraterin, www.innenraum.info



Wohlfühlen im Berufsalltag mit Ideen nach Kneipp

Ganzheitliche Tipps und Übungen für das „Zwischendurch-Wohlbefinden“: Unter diesem Motto wird die Kneipp-Gesundheitstrainerin Tipps geben, wie einfach es ist, mit geringem Aufwand das eigene Wohlbefühl und die Gesundheit im Berufsalltag zu fördern.

Barbara Wiemann, Kneipp-Gesundheitstrainerin aus Steinfurt

www.barbarawiemann.de