

Workshops und Vorträge für Herbst/Winter 20/21



Anmeldung über www.frauenschaffen.de/wissenschaften
Anmeldeschluss: eine Woche vor der jeweiligen Veranstaltung

Vortrag **Netzwerken in Sozialen Medien**

Do. 17.09.20, 19 Uhr online

Dozentin: Astrid Lehmeier

Kosten: kostenlos

Du postest fleißig in deinen Accounts bei Facebook, Instagram oder LinkedIn, aber nur wenige reagieren darauf? Du willst mehr Follower gewinnen oder einfach die richtigen Menschen online erreichen. Lass es uns gemeinsam tun und uns gegenseitig Reichweite schenken. Astrid zeigt dir Strategien, wie wir zusammen deinen Account auf Facebook, Instagram oder LinkedIn und zusätzlich FrauenSchaffen stärken können.

Workshop: **Digitalisierung für KMUs + Soloselbständige**

Sa. 26.09.20, 13:30 Uhr Büro

Dozentin: Louisa Herold

Kosten: 59 Euro

Ermäßigt 49 Euro

Eine wichtige Aufgabe für Soloselbständige und kleine Unternehmen besteht darin, sich digital bestmöglich aufzustellen und neue Kanäle zu generieren. Für genau diese Herausforderung stellt dieser Workshop einen Mehrwert bereit. Genau diese Herausforderungen gehen wir mit Dir in diesem Workshop an.

Du erhältst individuelle und konzeptionelle Handlungsempfehlungen für dein Unternehmen.

Workshop: **PerspektivICH Mein Weg zu mir und die ersten Schritte in meine selbstbestimmte Zukunft**

Fr./Sa 16./17.10.20, 10-17 Uhr Büro

Dozentin: Manuela König

Kosten: 250 Euro

Ermäßigt 200 Euro

Zielgruppe des Trainings sind Menschen vor/in einer Reflexionsphase ihres Lebens, in der sie sich die Frage stellen wie es beruflich und/oder privat weitergehen soll.

Oft haben sie viele Ideen, stehen vor einem gefühlt riesigen Berg von Themen, verfügen aber noch nicht über eine strukturierte Vorgehensweise, um sie anzugehen und eine Entscheidung zu treffen. Einigen fehlt der Mut und die Energie aktiv zu werden. Andere brauchen einen Sparringspartner um die angedachten Entscheidungen zu challengen NEIN! Zu hinterfragen. In diese beiden Tagen legen wir den Grundstein für deine selbstbestimmte Zukunft.

Vortrag: **Canvas- einfache Designs für Sozial Media Kanäle**

Do. 22.10.20, 19 Uhr online

Dozentin: Louisa Herold

Kosten: 29 Euro

Ermäßigt 19 Euro

Mit praxisnahen Tipps gestaltest du mit deinem Lieblings-Designwerkzeug Vorlagen für Sozial Media Kanäle. Louisa zeigt dir dabei, wie du jetzt noch persönlicher und bequemer alles designen kannst, was du willst.

Workshop: **Vom Beruf zur Berufung**

Sa. 24.10.20, 13:30 Uhr Büro

Dozentin: Maryse Walther-Mappes

Kosten: 29 Euro

Ermäßigt 19 Euro

In meinem Workshop rege ich zur Selbstreflektion an und gebe Impulse für den Weg zur eigenen Berufung:

- Wie gestaltete sich mein bisheriger Berufsweg?
- Wo stehe ich momentan jobmäßig?
- Wie finde ich meine Berufung?

Dabei stelle ich mit einfachen Übungen Auszüge aus der ganzheitlichen Coaching-Methode „Karriere-Navigator“ vor, dem Schlüssel zur eigenen Berufung.

Workshops und Vorträge für Herbst/Winter 20/21

Anmeldung über www.frauenschaffen.de
Anmeldeschluss: eine Woche vor der jeweiligen Veranstaltung

Workshop: Embodiment-Workshop - Raus aus dem Kopf, rein in Deinen Körper!

Sa. 14.11.20, 13:30 Uhr Büro

Dozentin: Elke Fülster

Kosten: 49 Euro

Ermäßigt 39 Euro

In meinem Workshop möchte ich eine Einführung geben, wie du durch die Einheit von Körper, Geist und Seele deine innere Führungskompetenz entwickeln und stärken kannst:

- mit alltagstauglichen, jederzeit umsetzbaren kleinen und größeren Übungen, die dich zentrieren und ins Hier und Jetzt holen
- mit inneren und äußeren Bildern und Musik begeben wir uns im Sitzen, Liegen, Stehen und Gehen auf Entdeckungsreise mit und in unseren Körper.

Vortrag: Von Anfang an gut aufgestellt - Finanzen dürfen leicht sein - privat und in der Selbständigkeit

Di. 24.11.20, 19 Uhr online

Dozentin: Maren Ehlers

Kosten: 49 Euro

Ermäßigt 39 Euro

Für Selbstständige und alle, die es werden wollen. - Wenn dir das Thema Finanzen eher Kopfzerbrechen macht oder ein unzufriedenes Gefühl bei dir hinterlässt; wenn du dir Durchblick und eine Struktur wünschst, auf der du aufbauen kannst, bekommst du in diesem Workshop.

- einen 4 Schritte Fahrplan, mit dem du deine Finanzen in den Griff bekommst.
- Tools für einen leichteren Überblick über deine Finanzen,
- ein Haushaltsbuch anlegen und Tipps und Strategien, damit es in Zukunft leichter läuft.

Workshop: Veränderung leicht erreichen - Den Dranbleibmuskel trainieren. So geht's!

Sa 28.11.20, 13:30 Uhr Büro

Dozentin: Anne Hoffmann

Kosten: 49 Euro

Ermäßigt 39 Euro

Wir leben in Zeiten der Veränderung. Und vielleicht willst auch du etwas verändern. Doch es klappt nicht so recht. Nehmen wir mal an, du bist wirklich von deinem Ziel überzeugt (es ist das richtige!), dann kann es immer noch passieren, dass uns das Leben dazwischen kommt.

Dieser Vortrag zeigt viele Möglichkeiten auf, dranzubleiben, und lädt auch gleich dazu ein, tätig zu werden. Doch eines vorab: Die Veränderung gehst du selbst, sonst geht sie niemand. Viel Spaß dabei!

Vortrag: WegeSchaffen: Orientierungshilfe für Weiterbildungswillige

Di. 01.12.20, 19 Uhr online

Dozentin: Carolin Beugel

kostenlos

In diesem Vortrag geht es um das Reflektieren der eigenen beruflichen Situation.

- Wo kann ich nach Weiterbildungsangeboten suchen?
- Was muss ich dabei beachten?
- Qualität - Welche Fördermöglichkeiten gibt es?
- Finanzen und arbeitsrechtliche Aspekte.

Workshop: Rampensau leichtgemacht! Souveränes Präsentieren

Sa. 12.12.20, 10-17 Uhr Büro

Dozentin: Stefanie D. Kuschill

Kosten: 79 Euro

Ermäßigt 69 Euro

In jedem Beruf gibt es Momente des Sich-Präsentierens - Müßens - von der Bewerbung über einen Vortrag bis zur Moderation eines Projekts. Die meiste Aufmerksamkeit wollen wir dabei dem Inhalt und vergessen, dass wir uns oft sehr viel mehr von äußeren Eindrücken und unserem Bauchgefühl leiten lassen. Sprich: die Aufmerksamkeit schwindet, wenn der Vortragende nicht genügend „präsent“ ist.

Workshops und Vorträge für Herbst/Winter 20/21

Anmeldung über www.frauenschaffen.de
Anmeldeschluss: eine Woche vor der jeweiligen Veranstaltung

Workshop: Visionboard 2021
Sa. 16.01.21, 13:30 Uhr Büro
Dozentin: Martina Feddrich

Kosten: 99 Euro
Ermäßigt 89 Euro

Visualisierung setzt enorme Kräfte frei.

Unter Anleitung visualisierst du DEINE Ziele in den Bereichen: Job, Gesundheit, Beziehungen, Partnerschaft, Familie und mehr.

Auf einem großen Bogen Papier, mithilfe aus Zeitschriften und Büchern, formulierst du deine Ziele und erschaffst eine einzigartige Collage für deinen Erfolg.

**interaktiver Vortrag: Finde deine Nische,
die DICH happy macht!**
Do. 28.01.21, 19 Uhr online
Dozentin: Monika Hörteis

Kosten: 29 Euro
Ermäßigt 19 Euro

Du erfährst in 5 Schritten -

- was eine Nische ist
- warum es so wichtig ist, dass du dich spezialisierst
- was du tun musst um dein Fachgebiet zu entdecken
- woran du erkennst, ob du wirklich Deine Nische gefunden hast, die perfekt zu Dir und Deiner Zielgruppe passt
- warum es wichtig ist, dass du sichtbar wirst

Mit deinem persönlichen „Happy Workbook“, kannst du interaktiv bei diesem Vortrag mitmachen.

Vortrag: Kunden gewinnen mit Newsletter Marketing
Do. 25.02.21, 19 Uhr online
Dozentin: Astrid Lehmeier

Kosten: 39 Euro
Ermäßigt 29 Euro

Welche Vorteile hat ein Newsletter im Vergleich zu deinen Social Media Accounts? Was musst du bei der Einrichtung eines Newsletters beachten (z.B. Datenschutz!) und wie bekommst du Interessenten dazu deinen Newsletter zu abonnieren. In diesem Workshop zeigt dir Astrid anhand des Newsletter-Accounts von FrauenSchaffen bei Newsletter-2go wie du mit Newsletter-Marketing startest.

Am Ende kannst du deinen eigenen Newsletter in deine Website integrieren, deine Abonnenten regelmäßig informieren und neue Kunden gewinnen!

**Workshop: 20.000 Atemzüge jeden Tag! Wie richtiges
Atmen dich im Beruf und Business unterstützt.**
Sa. 27.02.21, 13:30 Uhr Büro
Dozentin: Lisa Kreuzeder

Kosten: 59 Euro
Ermäßigt 49 Euro

Durch die alltäglich steigenden Anforderungen eines jeden Lebens atmen wir kurz, schnell und flach. In diesem Workshop erfährst du welche Wirkung richtiges Atmen auf dein Umfeld, deine Leistung und deine Zufriedenheit hat. Du hast danach das Know-how, um deinen Stress gezielter abzubauen, entspannter in Meetings oder Vorstellungsgespräche zu gehen und mehr Leistung abzurufen und glücklicher zu sein.

Wir behalten uns Änderungen vor.
Aktuelles findest du auf www.frauenschaffen.de