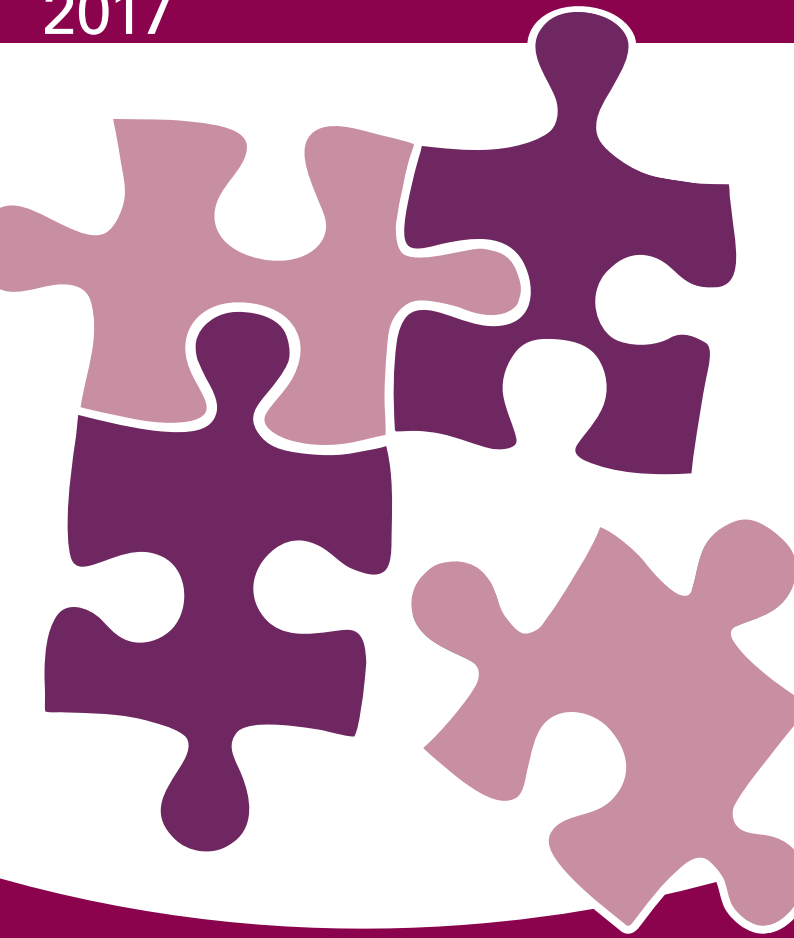
LANDKREIS MARBURG BIEDENKOPF

Kreisausschuss

Frauenbüro

# Fortbildungsprogramm für interessierte Frauen

## 2017



**Hier finden Sie IHR passendes Puzzleteil!**

**„Für die wichtigen Dinge im Leben hat man immer Zeit, man muss sie sich nur nehmen.“**

*Unbekannt*

**Kreisausschuss Marburg-Biedenkopf**
**Frauenbüro**
Claudia Schäfer, Telefon 06421 405-1310
Ulrike Hasse, Telefon 06421 405-1536
Friederike Lochmann, Telefon 06421 405-1311
Im Lichtenholz 60
35043 Marburg-Cappel
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de
Internet: www.marburg-biedenkopf.de
(unter: Frauen)

# Vorwort

Sehr geehrte Damen,
liebe Frauen,

wir eilen zur Arbeit – Stau!

Wir sputen uns, alles Nötige schnell und hundertprozentig zu erledigen – Stress!

Wir starten zu Hause das neueste Computer-Update oder kümmern uns um defekte Elektrogeräte, schmeißen nebenbei den Haushalt und die Familie und erreichen die anstehende Verabredung gerade noch pünktlich – Termindruck!

Währenddessen sind wir gedanklich mit Aufgabenlisten, Anforderungen und kreativen Lösungen beschäftigt.

Zeit … etwas so Kostbares, dass wir jede Sekunde davon sinnvoll nutzen wollen …

Aber nehmen wir uns, bei all den wertvollen Dingen, die wir tun, auch Zeit:
Für uns! Für unser Leben! Für unsere Zukunft!

Mit unserem Fortbildungsprogramm 2017 möchten wir Sie herzlich einladen, sich im Jahr 2017 ZEIT zu nehmen, Ihre persönlichen und beruflichen Kompetenzen wachsen zu lassen, um Zukunft zu gestalten!

Wir freuen uns daher sehr, Ihnen unser Fortbildungsprogramm 2017 vorstellen zu können.

Schauen Sie sich in Ruhe unser buntes Angebot für viele Arbeits- und Lebensbereiche an. Die dafür investierte Zeit gibt Ihnen etwas für Ihr Leben!

Kirsten Fründt
*Landrätin*

Claudia Schäfer
*Frauenbeauftragte*

# Inhalt

**Seminarangebote des Frauenbüros**


| | |
|---|---|
| Standing Ovations | 4–5 |
| Der kleine Start – Existenzgründungsseminar nebenberuflich | 6–7 |
| Droht Frauen Altersarmut? | 8–9 |
| Fit im Job! | 10–11 |
| Vorurteilsbewusst arbeiten in Verwaltung und sozialer Arbeit | 12–13 |
| Work-Care Balance | 14–15 |
| Visualisierung im Berufsalltag | 16–17 |
| Frauen und ihre Finanzen | 18–19 |
| Frauen-Da-Sein | 20–21 |
| Empathie versus professionelle Distanz im Berufsalltag | 22–23 |
| Die Kunst der Moderation leicht gemacht – Teil 2 | 24–25 |
| Women-Business-Knigge | 26–27 |
| Von der Quittung zur Einkommenssteuer | 28–29 |
| Power-Talk | 30–31 |
| Sprache wirkt – immer! Führungsstark sprechen | 32–33 |
| **Teilnahmebedingungen und allgemeine Hinweise** | 34–35 |
| **Termine für Frauen** | 36 |
| **Anmeldeformular** | 37–38 |

**Informationen zum Girls'Day** 39

**Angebote des Fachbereichs Familie, Jugend und Soziales des Landkreises Marburg-Biedenkopf** 40

**Impressum**

# Standing Ovations

## Standortanalyse und Karriereschritte

Eine erfolgreiche Karriere ist – insbesondere für Frauen – nur in zweiter Linie von exzellenten Fachkenntnissen, Zeugnissen und Referenzen abhängig.

Trotz umfassender Kompetenz und überdurchschnittlicher Leistungsbereitschaft gibt es „auf dem Weg nach oben" frauenspezifische Herausforderungen. Dazu gehören der souveräne Umgang mit den Interaktionen und Spielregeln in den von überwiegend Männern gemachten Strukturen. Außerdem divergierende Werte bezüglich Macht, Statussymbolen und Rangordnungen sowie der Wunsch, Privatleben und Karriere „unter einen Hut zu bringen", um nur einige Hürden zu nennen.

Hindernisse können uns anspornen. Erfolg zu haben macht Spaß, aber nicht um jeden Preis.

In diesem Seminar geht es um Ihre persönliche Standortanalyse und die Betrachtung beziehungsweise Entwicklung der weiteren Karriereschritte.

**Themen**

- Der größte Erfolgsgarant ist ein starkes Selbstwertgefühl: Wahrnehmung unserer „inneren Wertigkeit"
- Erfolg erzeugt Neid und Konkurrenz: Auseinandersetzung mit der eigenen Haltung zu Macht und Entwicklung eines machtvollen
- Rollenbewusstseins
- Umgang mit Widerständen und Widersprüchen Techniken aus dem Selbstmanagement zur effektiven Zielerreichung

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termin**
Mittwoch, 15. Februar 2017, 10:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Britta Pütz, Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung & Coach (FH), Griesheim

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 55,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Mittwoch, 1. Februar 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Romolo Tavani – fotolia.com

# Der kleine Start

**Nebenberufliche Existenzgründung und Teilzeitstart in die Selbstständigkeit**

Gerade für Frauen ist der nebenberufliche Start in die Selbstständigkeit oft der richtige Weg. Aber es gibt Vieles zu bedenken für die Gründung neben einem Beruf, nach der Kindererziehungszeit oder aus der Arbeitslosigkeit heraus.

Dieses Seminar gibt einen Überblick über die Besonderheiten und Probleme einer Teilzeitgründung und zeigt Lösungen. Jede Frau lernt so viel Gründungswissen, dass sie selbst herausfinden kann, ob sich ihre Geschäftsidee verwirklichen lässt und welche Schritte sie als nächstes unternehmen muss.

**Themen**

- Erlaubnisse und Meldepflichten, Gewerbe oder freier Beruf
- Selbstständigkeit in der Wohnung oder dem eigenen Haus
- Kranken- und Rentenversicherung und was das kostet
- Einkommensgrenzen im Steuer- und Sozialversicherungsrecht
- Starthilfen von der Agentur für Arbeit oder dem KreisJobCenter
- Berechnung der Betriebskosten und Einnahmen
- Businessplan
- Das Wichtigste zum Thema Steuern und Marketing

**Bitte eine Unternehmensidee mitbringen!**

Beim Seminar erhält jede Teilnehmerin eine Arbeitsmappe.

**Zielgruppe**
Interessierte Frauen, die sich selbstständig machen wollen

**Termine**
Freitag, 17. Februar 2017, 14:00–18:00 Uhr
Samstag, 18. Februar 2017, 10:00–18:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Brigitte Siegel, Unternehmensberatung
GELD & ROSEN, Euskirchen

**Teilnahmegebühr**
99,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Freitag, 3. Februar 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Friedberg – fotolia.com

# Droht Frauen Altersarmut?

**Was Frauen für eine bessere Altersvorsorge tun können**

Finanzielle Gleichberechtigung in der Familie ist angestrebt, die Realität sieht oft jedoch anders aus. Die Durchschnittsrente von Frauen beträgt mit ungefähr 610,00 Euro – im Gegensatz zur Durchschnittsrente von Männern – ca. 450,00 Euro weniger im Monat. Frauen erleiden höhere Einbußen bei der gesetzlichen Rente durch kürzere Erwerbszeiten aufgrund von Kindererziehung und einem niedrigeren Durchschnittseinkommen.

Selbst dort, wo Gleichberechtigung für alle Geschlechter vorhanden ist, zum Beispiel im Bereiche der Erwerbsminderung, neigen Frauen dazu, ihre Rechte seltener wahrzunehmen.

Das Seminar gibt einen Überblick und zeigt Ihnen auf, welche Dinge Sie selbst beeinflussen können und wobei Sie Unterstützung erhalten können.

**Seminar-Inhalte**

- System, Aufbau und Gliederung der sozialen Sicherung
- Arbeitslosenversicherung
- Krankenversicherung
- Schwerbehinderung
- Mini- und Midi-Jobs
- Pflegereform 2017
- Gesetzliche Rentenversicherung
- Private und betriebliche Altersvorsorge
- Gesetzliche Unfallversicherung
- Der Versorgungsausgleich in der gesetzlichen und betrieblichen Altersversorgung
- Rechtsschutz und Durchsetzung von Ansprüchen im Sozialversicherungsrecht

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termin**
Dienstag, 21. Februar 2017, 10:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Heike Kühne, gerichtlich geprüfte Rentenberaterin, Homberg

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 45,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 7. Februar 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

# Fit im Job!

**Rücken frei und Essen gut:**
**Wir stärken Sie für Ihren Berufsalltag**

„Es gibt nicht nur ansteckende Krankheiten, es gibt auch ansteckende Gesundheit.“ *Kurt Hahn*

Verspannt? Rückenbeschwerden? „Durchhänger“ nach dem Mittagessen? Die Anforderungen im Arbeitsalltag steigen stetig. Ebenso der Wunsch, Beruf und Familie beziehungsweise Privatleben gut unter einen Hut zu bekommen. Doch wie bleibt „frau“ fit und leistungsfähig, ohne täglich Stunden im Fitnessstudio oder in der Küche zu verbringen?

Diese Fortbildung zeigt, wie Sie auch mit wenig Aufwand Ihre Gesundheit verbessern und sich wohler fühlen können. Einfache und kurze Übungen für den Körper gleichen mangelnde oder einseitige Bewegung aus und beugen Beschwerden vor.

Außerdem bekommen Sie Tipps, wie Sie auch im Job – bei erträglichem Arbeitsaufwand – lecker und ausgewogen essen können. Denn das richtige „Power Food“ unterstützt Konzentration, Leistung und Ausgeglichenheit.

Und schließlich sorgen spezielle Entspannungsübungen für einen gelasseneren Umgang mit Stress.

So bleiben Sie fit, gesund und bei guter Laune, ob im Büro oder wo auch immer Sie tätig sind!

**Themen**

- „Rückenfit und wirbelmunter“
- Power-Food – die richtige Ernährung hält fit!“
- Stress adieu – Entlastung für Rücken, Nacken, Schulter und Kopf
- „Rezepte“ für den Berufsalltag, die gemeinsam verkostet werden

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termin**
Dienstag, 14. März 2017, 9:30–16:30 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentinnen**
Charlotte Becker, Diplom Ökotrophologin, Marburg
Karen Jacob, Physiotherapeutin und Gymnastiklehrerin, Marburg

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 43,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 28. Februar 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Amir Kajjikovic – fotolia.com

# Vorurteilsbewusst arbeiten in Verwaltung und sozialer Arbeit

Vorurteile gehören zum Leben. Unser tägliches Miteinander wird bewusst oder unbewusst von ihnen beeinflusst. Vorurteile und Stereotype sind dabei allgegenwärtig.

Louise Derman-Sparks entwickelte in den 80er-Jahren des letzten Jahrhunderts den Ansatz der vorurteilsbewussten Erziehung (Anti-Bias-Approach) in Kindertagesstätten. Dieser Ansatz ist auch auf die Arbeit in Verwaltungen und auf soziale Arbeit übertragbar.

Die Fortbildung gibt Handwerkszeug mit, Vorurteile und Klischees zu erkennen, aufzudecken und mit ihnen zu arbeiten. Es gibt Raum für Austausch, für Ihr eigenes Erleben und Einblicke in andere Perspektiven und für praktische Unterstützung. So kann ein erster Schritt stattfinden, Vorurteile zu überwinden.

**Spezifische Seminarthemen**

- Definition der Begriffe „Vorurteil“, „Stereotyp“, „Klischee“
- Vorstellung des Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG)
- Vorstellung des Ansatzes der vorurteilsbewussten Erziehung (Anti-Bias-Approach)
- Austausch zu Möglichkeiten, diesen theoretischen Ansatz im alltäglichen Leben und Berufsalltag einzubinden oder anzuwenden

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Kooperation**
Dieses Seminar wird in Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V. in Wiesbaden angeboten.

**Termin**
Dienstag, 21. März 2017, 10:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Sabine Kriechhammer-Yağmur, Diplom Pädagogin und Bildungsreferentin, Frankfurt am Main

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 39,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 7. März 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© megakunstfoto – fotolia.com

# Work-Care Balance

**Wie Frauen Pflege und Beruf vereinbaren können**

Der demografische Wandel und eine insgesamt verbesserte medizinische Versorgung führen zu immer mehr Pflegefällen. Rund 70% werden zu Hause von Angehörigen versorgt – in der Regel von einer Ehefrau, Mutter, Schwieger-/Tochter. Unabhängig davon, wo die Versorgung stattfindet, werden häufig immer mehr eigene Aktivitäten bis hin zum Beruf zurückgestellt, um die Pflege leisten zu können.

Egal ob Sie bereits pflegen oder eine Pflegesituation ansteht, gilt es jedoch, neben einer optimalen Versorgung des Pflegefalles, sich das eigene Leben mit all seinen Facetten zu bewahren und zu stärken. In diesem Workshop erfahren Sie mehr über die Organisation einer Pflegesituation, Ihre eigenen Grenzen und Bedürfnisse und entwickeln persönliche Handlungsstrategien. Nur eine starke Angehörige kann langfristig gut pflegen!

**Seminar-Inhalte**

- **Kann ich weiter arbeiten gehen? Sollte ich das?**
  Vereinbarkeit von Beruf und Pflege ist machbar und kann sinnvoll sein
- **Wo bleibe ich?**
  Wie kann ich mir zwischen Beruf, Familie und Pflege einen eigenen Freiraum erhalten?
- **Was bedeutet die Pflegesituation für meinen Alltag?**
  Organisationsmöglichkeiten und Strategien
- **Wie kann Pflege finanziert werden?**
  Grundlagen zur Pflegeversicherung
- **Möglichkeiten in der täglichen Pflege über den Einsatz von Pflegekräften hinaus**
  Ein Blick über den Tellerrand der Grundpflege hinaus
- **Was ist Demenz?**
  Grundlegendes zu Demenz, Alzheimer und Parkinson
- **Erstellen eines eigenen Handlungskonzeptes**
  Erarbeitung eines persönlichen Planes, in dem die für die jeweilige Situation notwendigen kommenden Schritte konkretisiert werden

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termin**
Dienstag, 25. April 2017, 9:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Ulrike Gerloff, Coaching, Marburg

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 39,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 11. April 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der
Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen
bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Melpomene – fotolia.com

# Visualisierung im Berufsalltag

**Visuelle Rhetorik für Frauen**

Wie viele Stunden unserer kostbaren Lebens- und Arbeitszeit haben wir schon in zähen Sitzungen verbracht, in denen die wesentlichen Themen mehr umkreist als vorangebracht wurden?

Einige Untersuchungen belegen, dass gerade Frauen sich in beruflichen Runden oft gerade dann zurücknehmen, wenn statt der Sache Statusspiele oder Eitelkeiten das Gespräch bestimmen.

Visualisierung am Flipchart ist ein großartiges Mittel, um mehr Spaß, Konzentration und Ergebnisorientierung in unsere Veranstaltungen – sowie uns und unsere Themen in´s Spiel zu bringen! Sei es in Sitzungen, Gesprächen mit Mitarbeitenden, Schulungen, Moderationen oder auch bei Infoveranstaltungen.

Dieses Seminar wird Ihre berufliche Kommunikation um eine eindrucksvolle Facette erweitern!

**Seminar-Inhalte**

- Materialkunde – von Outlinern, Finelinern und Highlightern
- Seitenaufbau – das Spiel mit dem Weißraum lenkt den Blick
- Container & Boxen – bringen die Inhalte in Form
- Linien & Themen – Trennungen schaffen Klarheit für alle
- Pfeile – Dynamik und Ergebnisorientierung schaffen
- Symbole & Grundformen – ich dachte, ich kann nicht zeichnen – und nun das!
- Headlines & Schatten – verleihen Tiefe und Bedeutung

Keinerlei Vorkenntnisse oder lesbare Schrift vonnöten. Auch Fortgeschrittene können Ihre Fähigkeiten erweitern!

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termin**
Dienstag, 9. Mai 2017, 9:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Susanne Lucia Parthen, Beraterin für Kommunikation und Rhetorik, Körpersprache & Ausstrahlung; Mediatorin, Marburg

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 69,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 25. April 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Susanne Lucia Parthen

# Frauen und ihre Finanzen

**Warum und wie sich Frauen mit Themen rund ums Geld beschäftigen sollten**

Viele Frauen haben Hemmungen, sich mit Finanzthemen auseinanderzusetzen und überlassen dies gern den Männern – ihren Ehemännern, Bankberatern, Versicherungsagenten … Diese verfolgen aber unter Umständen völlig andere Pläne und Ziele, gehen größere Risiken ein und haben eine andere Einstellung zu Werten und Nachhaltigkeit.

Dabei ist es durchaus lohnenswert, sich mit den eigenen Finanzen auseinanderzusetzen. Geld zu vermehren macht Spaß, ein gut gefülltes Konto beruhigt außerordentlich. Zusammenhänge zwischen Geld verdienen, anlegen, ausgeben und für das Alter vorsorgen kann jede Frau verstehen!

Der Workshop beschäftigt sich mit der finanziellen Lebensplanung von Frauen und untersucht die verschiedenen Bedarfe in verschiedenen Lebensabschnitten. Dabei können die Teilnehmerinnen ihre eigenen Fragen einbringen, die dann als Schwerpunkte behandelt werden.

**Seminar-Inhalte**

- Geld oder Liebe? – Vom Umgang mit Geld in der Partnerschaft
- Vermögensaufbau und Geldanlage – Was ist gut für mich und dient meinen Zielen?
- Kleinere Kredite und größere Darlehen – Worauf sollte ich achten?
- Frauen und Altersvorsorge

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termin**
Mittwoch, 17. Mai 2017, 10:00–15:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Ines Muskau, Bankfachwirtin, Master of Science in Betriebswirtschaftslehre und Unternehmensberaterin, Buseck

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 32,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Mittwoch, 3. Mai 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Kurhan – fotolia.com

# „Frauen-Da-Sein“

**Träume und Wünsche für den zweiten und dritten Lebensabschnitt**

Sie sind mittendrin? In dem zweiten oder dritten Lebensabschnitt? Sie suchen das Gespräch von Frau zu Frau über Ihre Perspektiven mit 45plus? Über Ihren Neuanfang, den Sie nach der Kindererziehung gerne wagen möchten? Sie träumen davon, Ihre persönlichen und beruflichen Stärken noch besser kennen zu lernen und Ihre Erkenntnisse in Ihr weiteres berufliches und privates Leben zu integrieren?

Im Seminar „Frauen-Da-Sein“ wagen wir das Gespräch über uns: Über unsere Träume, über unsere Wünsche für die zweite und dritte Lebensphase und über die Chancen, die vor uns liegen.

Wir sprechen auch darüber, dass für uns der Lebensabschnitt des Abschiednehmens beginnt und wir tauschen uns aus über unser Altern, unsere Gesundheit und über das „Madame-Pompadour-Prinzip“ zu unseren Stärken und Schwächen – kurz über das, was unser Frauen-Da-Sein in unserem zweiten und dritten Lebensabschnitt ausmacht.

**Der Seminarablauf:**

**Teil 1**
Impuls-Vortrag über unsere zweite und dritte Lebensphase und über unsere Trauer, über Verzeihen, Sehnsüchte, über das „Fest der Leichtigkeit“ nach den Wechseljahren und über neue Chancen. Daran anschließend: Übungen (zum Beispiel Lachyoga) und Gesprächsrunde.

**Teil 2**
Impuls-Vortrag mit Gesprächsrunde über das „Madame-Pompadour-Prinzip“ zur Entdeckung und Festigung unserer privaten und beruflichen Stärken und der möglichen Entwicklung von Perspektiven.

**Teil 3**
Auf Wunsch im Anschluss an das gemeinsame Seminar Beratung in Einzelgesprächen (insgesamt eine Stunde für alle Teilnehmerinnen).

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung
Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termine**
Dienstag, 27. Juni 2017, 9:00–16:00 Uhr
9:00–15:00 Uhr: Seminar
15:00–16:00 Uhr: Einzelgespräche für Interessierte

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Inge Maisch, Personal und Businesscoaching, Marburg

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 25,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 13. Juni 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© 02irina – fotolia.com

## Empathie versus professionelle Distanz im Berufsalltag

Die Balance zwischen menschlicher Nähe und professioneller Distanz ist speziell in beratenden Berufen eine große Herausforderung. Mit Ihren Worten, Ihrer Kommunikation und Ihrem Verhalten bestimmen Sie selbst im beruflichen Umfeld die Balance zwischen „zu distanziert“ und „zu nah“. „Fühlen“ Sie mit und sind damit empathisch, oder „leiden“ Sie mit?

Damit Sie für sich Ihre ganz persönliche Definition formulieren und Ihren Umgang damit oder Ihre Haltung dazu finden können, schauen wir uns gemeinsam an, welche Fragen Sie bewegen.

**Spezifische Seminarthemen**

- Kennen Sie Ihr „Berufs-Ich“?
- Wie definieren Sie „Empathie“ im beruflichen Kontext?
- Wie definieren Sie „professionelle Distanz“ in Ihrer Funktion?
- Wie „wertschätzen“ Sie Ihre eigene Arbeit?
- Gibt es einen achtsamen Umgang im Team?
- Holen Sie sich Unterstützung, sobald Sie merken, dass Sie diese benötigen?
- Wie schätzen Sie kollegiale Beratung oder kollegiales Coaching ein?
- Ist Supervision für Sie eine Notwendigkeit oder Luxus?

Erfahren Sie, welche Möglichkeiten Sie haben, um sich und Ihre Beratungstätigkeit zu unterstützen.
Hier können Sie Ihr Berufsethos reflektieren und neue interessante Erkenntnisse für Ihre Arbeit gewinnen.

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung
Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Kooperation**
Dieses Seminar wird in Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V. in Wiesbaden angeboten.

**Termin**
Mittwoch, 28. Juni 2017, 10:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Nil Esra Dağistan, Business- und Kulturcoach, Kinesiologin, Wiesbaden

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 39,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Mittwoch, 14. Juni 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© svetavo – fotolia.com

# Die Kunst der Moderation leicht gemacht – Teil 2

**Moderation in der Praxis für Fortgeschrittene**

Modelle und Theorien zur Moderation; Rolle und Verantwortung von Moderation – alles schon gesehen – alles schon gehört. Aber dann kommt die konkrete Situation, in der unsere Moderationskompetenzen gefragt sind – und jetzt?

Moderations-Stile sind so verschieden, wie die Menschen, die moderieren. Wir bringen uns mit unserer Persönlichkeit ein, manche mit viel Humor und Leichtigkeit, andere eher mit einer Neigung zu klarer und sachlicher Moderation. Manche haben eine Vorliebe für viel Interaktion, bei der es auch schon mal unruhig sein kann. Andere mögen es lieber ruhig und besonnen.

In diesem Seminar wollen wir gemeinsam verschiedene Stile beobachten, uns gegenseitig umsichtig ein konstruktives Feedback geben und Tipps ausprobieren, die uns darin unterstützen, Dinge auf den Punkt zu bringen.

Jene, die mögen, können die Gelegenheit nutzen, mit Hilfe von Videoaufnahmen, einen Blick von außen auf sich selbst als Moderatorin zu werfen.

**Themen**

- Welche Rolle spielt das Geschlecht des Moderierenden
- „Ticks“ bewusst machen (zum Beispiel räuspern wir uns ungewohnt häufig, brauchen wir einen Gegenstand, der unsere Finger beschäftigt, wippen wir gar insgeheim mit den Füssen)
- Wie wirkt unsere Moderation auf die Teilnehmenden?
- Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen
- Sind solche „Ticks“ genderspezifisch?
- Stimme, Sprache und Körpersprache

**Zielgruppe**

Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termine**

Dienstag, 29. August 2017, 9:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Heike Spohr, Mediatorin und Coach, INTerAKTionen, Gießen

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 63,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 15. August 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Marcel Paschertz, Sport Moments – fotolia.com

# Women-Business-Knigge

**Selbstsicheres Auftreten mit Stil & Etikette**

Wenn Sie gewisse Regeln im privaten und geschäftlichen Umgang beherrschen und dabei noch sympathisch wirken, kommen Sie gut an. Denn: Etikette, gutes Benehmen und selbstsicheres Auftreten entscheiden mehr denn je über beruflichen Erfolg.

Häufig stehen gerade Frauen unter dem Erfolgsdruck, sich im Arbeitsalltag oder in Führungspositionen behaupten zu müssen. Stilsicheres Bewegen auf dem gesellschaftlichen Parkett und die Kenntnis über geschlechtsspezifische Besonderheiten sind hierfür Voraussetzung.

Lernen Sie, wie Sie Anerkennung durch Kompetenz gewinnen und mit einer ruhigen und stressfreien Ausstrahlung überzeugen. Praxisnah trainieren Sie in diesem Workshop das nötige Fachwissen. Sie erfahren beispielsweise mehr über die Bedeutung suggestiver Einflüsse und über Souveränität im Umgang mit zeitgemäßen Konventionen.

**Inhalte für Ihren erfolgreichen Auftritt**

- Neue Knigge-Trends im Zeitalter der Globalisierung
- Sicheres Auftreten bei verschiedenen Anlässen
- Richtige Präsentation bei unterschiedlichen Empfängen
- Duzen oder Siezen – Vermeidbare Fettnäpfchen
- Guter Ton im Restaurant, bei Tisch und bei offiziellen Einladungen
- Pünktlichkeit und Verspätungen
- Stilvolles Verhalten bei Verhandlungen contra Ellenbogen-Verhalten
- Handy-Knigge und E-Mail-Knigge
- Gutes Benehmen – Was ist tabu?

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Kooperation**
Dieses Seminar wird in Kooperation mit dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V. in Wiesbaden angeboten.

**Termin**
Dienstag, 5. September 2017, 10:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Silvia Fröhlich, Unternehmensberaterin und Karrierecoach, Kassel

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 39,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 22. August 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© belamy – fotolia.com

# Von der Quittung zur Einkommensteuer

**Buchführung für umsatzsteuerfreie „Kleinunternehmerinnen“, Freiberuflerinnen und Teilzeitselbstständige**

Die Buchführung und die Einkommensteuererklärung sollten Selbstständige bis zum 31. Mai des Jahres fertig haben. Sie können Ihren Abgabetermin bis zum September verlängern lassen und dann wird es aber wirklich Zeit, diese Arbeit zu erledigen.

Mit den ersten Einnahmen und Ausgaben beginnt für Selbstständige und Freiberuflerinnen, ganz gleich ob sie in Vollzeit oder Teilzeit gegründet haben, die Ära der Buchführung.

Für Selbstständige gehören diese Unternehmerinnenpflichten oft nicht zu den großen Leidenschaften. In diesem Seminar wird Wissen über die Buchführung – ob nun mit Papier und Stift oder mit dem PC – praxisnah vermittelt und aufgefrischt.

Wenn Sie Ihre Unterlagen alle von einem Steuerberatungsbüro bearbeiten lassen, verursacht das ziemlich hohe Kosten und oft sind die Unterlagen, die Sie zurückerhalten, von Ihnen nicht lesbar. Mit mehr Durchblick wächst Ihre kreative Handlungsmöglichkeit.

**Themen**

- Grundlagen, gesetzliche Bestimmungen und steuerrechtliche Vorschriften
- „Kritische“ Betriebsausgaben, beispielsweise das Kfz im Betrieb und die Verbuchung der Privatfahrten, das Buchen von Abschreibungen für Anschaffungen, geschäftliche Nutzung des privaten Telefons, Fahrt- und Reisekosten und anderes mehr
- Notwendige Angaben auf Rechnungen und Quittungen
- Die Papier- und Zettelflut zähmen: Belege sortieren und ablegen
- Informationen zur Umsatzsteuer und Gewerbesteuer
- Jahresabschluss und dessen Eintragung in das Einkommensteuerformular

**Beim Seminar erhält jede Teilnehmerin eine Arbeitsmappe.**

**Zielgruppe**
Kleinunternehmerinnen und Freiberuflerinnen oder Frauen, die die Buchhaltung für den Betrieb des Partners oder der Partnerin erledigen

**Termine**
Freitag, 15. September 2017, 17:00–20:00 Uhr
Samstag, 16. September 2017, 10:00–18:00 Uhr
Sonntag 17. September 2017, 10:00–15:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Brigitte Siegel, Unternehmensberatung
GELD & ROSEN, Euskirchen

**Teilnahmegebühr**
125,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Freitag, 1. September 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© flexmedia – fotolia.com

# Power-Talk

**Klar und souverän kommunizieren –
gerade dann, wenn's schwierig wird**

Meinen Standpunkt vertreten – egal, ob ich allein mit ihm bin oder Zustimmung erwarte.

Mich in einer Bewerbung selbstbewusst vorstellen – und mich dabei großartig fühlen.

„Nein." sagen und dabei eins mit mir sein – auch, wenn mein Gegenüber enttäuscht sein könnte.

Sagen, was mir „wirklich" wichtig ist – auch, wenn sich andere bedeckt halten.

Weniger, doch Starkes sagen – und damit nachhaltige Wirkung erzielen.

Mich in einer Runde äußern, in der ich mich noch unterschätzt oder übersehen fühle.

Mal in die erste Reihe gehen: eine Ansage machen, eine Schulung halten, das erste Mal in einer Führungsrolle sprechen – auch, wenn ich das bisher nicht gewohnt war.

In diesem Seminar widmen wir uns diesen „klassischen" schwierigen Situationen – und genau Ihren!

**Seminar-Inhalte**

- Die Methode des Power-Talk: so reden, dass es wirkt
- Selbstcoaching: so unterstütze ich mich selbst, wenn´s schwierig wird
- Checkliste: Das stärkt, das vergiftet mein Selbstbewusstsein
- Mein persönliches Konfliktmanagement: Wege zur Lösung und Klärung

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung
Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Termin**
Dienstag, 7. November 2017, 9:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Susanne Lucia Parthen, Beraterin für Kommunikation und Rhetorik, Körpersprache & Ausstrahlung; Mediatorin, Marburg

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 63,00 Euro

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Dienstag, 24. Oktober 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)

© Viktor Cap 2013 – fotolia.com

## Sprache wirkt – immer! Führungsstark sprechen

Sprache verrät anderen viel über unsere Haltung. Die Art des Sprechens, die Festigkeit der Stimme, die Wortwahl. Aber auch die Satzbildung, der Umgang mit den grammatischen Strukturen und der entsprechenden Betonung sind Faktoren, die unsere Sprache beeinflussen und Informationen über uns selbst geben.

Zudem erzeugt klare Sprache auch ein klare innere Einstellung und ein klares Verhalten.

Aber wie Stimm- und Sprachfertigkeit erlernen, nutzen und einsetzen? Wie Wirklichkeiten durch Sprache schaffen?

Diese Fortbildung zeigt, warum der bewusste Umgang mit Sprache so wichtig ist. Sie erhalten Hinweise und Handwerkszeug wie Sie sprechstark, souverän und überzeugend wirken und wertschätzend kommunizieren können und erproben dies praktisch.

**Seminarinhalte:**

- Beobachtung versus Bewertung
- Aktives und empathisches Zuhören
- Souveräne Stimmführung, trotz eventuell vorhandener Unsicherheit
- Indikativ versus Konjunktiv
- Ein „Hoch“ auf Personalpronomen
- Wann Präsens, wann Futur
- Müssen muss ich gar nichts

**Zielgruppe**
Mitarbeiterinnen der Kreisverwaltung
Marburg-Biedenkopf und interessierte Frauen

**Kooperation**
Dieses Seminar wird in Kooperation mit dem Hessischen Koordinationsbüro für Frauen mit Behinderung
im Paritätischen Wohlfahrtsverband,
Landesverband Hessen e. V.
und dem Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit e. V. in Wiesbaden angeboten.

**Information für Frauen mit Behinderung:**
Die Unterrichtsmaterialien werden auf Wunsch in Braille, Großdruck oder digital zur Verfügung gestellt. Falls Sie eines der genannten Formate benötigen, bitten wir bei der Anmeldung um Information. Sollten aufgrund Ihrer Behinderung weitere Bedingungen für Ihre Teilnahme erforderlich sein, wenden Sie sich vor Ihrer Anmeldung an uns, damit wir klären können, wie wir Sie unterstützen können.

**Termin**
Dienstag, 14. November 2017, 10:00–17:00 Uhr

**Ort**
Raum U 057 (ebenerdiges Untergeschoss)
Kreisverwaltung Marburg-Biedenkopf
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Referentin**
Daniela Grimm-Roth, Stimm- und Sprechtrainerin, Kommunikationsberaterin, Wiesbaden

**Teilnahmegebühr**
für interessierte Frauen 39,00 Euro (Ermäßigung für nicht erwerbstätige Frauen mit Behinderung möglich. Anfragen bitte an das Hessische Koordinationsbüro für Frauen mit Behinderung)

**Information**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg
Tel.: 06421 405-1311 oder -1310
E-Mail: frauenbuero@marburg-biedenkopf.de

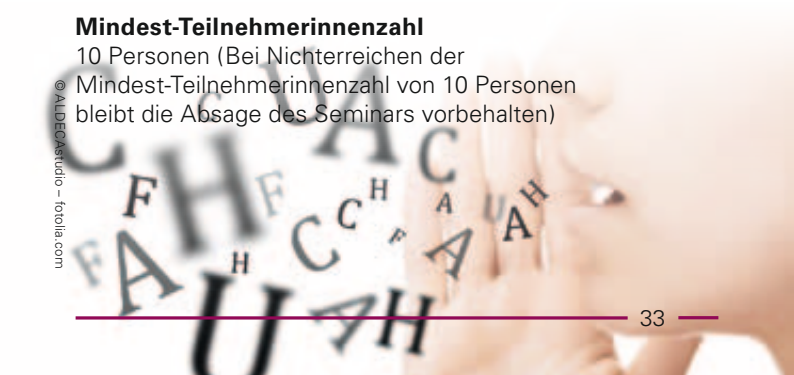
Hessisches Koordinationsbüro für Frauen mit Behinderung im Paritätischen Wohlfahrtsverband, Landesverband e. V.
Tel. 069 955 262-36
E-Mail: hkfb@paritaet-hessen.org

**Anmeldung**
Per Formular (siehe Seite 37)
Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34

**Oder an das Frauenbüro faxen**
06421 405-1449

**Anmeldeschluss**
Mittwoch, 1. November 2017

**Mindest-Teilnehmerinnenzahl**
10 Personen (Bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerinnenzahl von 10 Personen bleibt die Absage des Seminars vorbehalten)



© ALDECAstudio – fotolia.com

# Teilnahmebedingungen und allgemeine Hinweise

## Anmeldung

Zum Besuch der Veranstaltungen ist eine vorherige schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldung erfolgt durch das Anmeldeformular, das Sie dem Programm entnehmen können. Sie können die Anmeldung per Post oder Fax an das Frauenbüros senden. Eine Anmeldung per E-Mail ist **nicht** möglich.

Wir empfehlen: Melden Sie sich bitte aus organisatorischen Gründen und aufgrund der teilweise begrenzten Teilnehmerinnenzahl möglichst frühzeitig an. Die Plätze werden in der Reihenfolge des Eingangs der **verbindlichen schriftlichen** Anmeldung vergeben.

Einige Tage vor Veranstaltungsbeginn erhalten Sie vom Frauenbüro eine schriftliche Einladung zur Veranstaltung, der Sie dann alle notwendigen Angaben entnehmen können.

Wir beobachten eine zunehmende Tendenz der Teilnehmerinnen, sich erst sehr kurzfristig nach dem Anmeldeschluss für ein Seminar anzumelden. Wenn wir aufgrund unserer Erfahrung die Einschätzung haben, dass die Veranstaltung trotzdem noch voll werden könnte, verschieben wir in einzelnen Fällen den Anmeldeschluss nach hinten. Ihr Vorteil: Auf diese Weise finden viele Seminare noch statt. Ihr Nachteil: Dies geht zu Lasten der frühzeitigen Planungssicherheit der schon angemeldeten Teilnehmerinnen. **Wir bitten um Ihr Verständnis und möchten daher an Sie alle appellieren, sich so frühzeitig wie möglich anzumelden!**

## Teilnahmegebühr

**Die schriftliche Anmeldung ist verbindlich.** Die Teilnahmegebühr wird bei Zustandekommen des Seminars in jedem Fall fällig. **Ausnahme:** Bei einer Absage kann eine Ersatzperson gestellt werden. Diese kann sowohl durch das Frauenbüro als auch durch die verhinderte Teilnehmerin benannt werden.

Die Teilnahmegebühr wird Ihnen nach dem Seminar in Rechnung gestellt. Abweichende Regelungen sind gegebenenfalls im jeweiligen Seminartext vermerkt.

**Versicherungsschutz**

Für Schäden an Leben, Gesundheit und Eigentum der Teilnehmerinnen kann keine Haftung übernommen werden.

**Seminarbeurteilung**

Nach jedem Seminar erhalten Sie einen Bewertungsbogen, den Sie bitte ausgefüllt bei der Seminarleitung abgeben. All Ihre Rückmeldungen und Anregungen sind uns wichtig. Nutzen Sie die Möglichkeit, bei der Gestaltung des nächsten Programms aktiv mitzuwirken.

**Teilnahmebescheinigung**

Alle Teilnehmerinnen erhalten nach Abschluss der Veranstaltung eine Teilnahmebescheinigung.

**Anmeldeschluss**

Sollten noch Plätze frei sein, besteht nach dem angegebenen Anmeldeschluss manchmal noch die Möglichkeit sich anzumelden.

**Wenn Sie kurzfristig an einem Seminar teilnehmen wollen, erkundigen Sie sich bitte beim Frauenbüro nach Restplätzen.**

# Termine 2017

**Das könnte Sie interessieren …**

**Februar**

14. Februar **One Billion Rising**
(Jede 3. Frau weltweit war bereits Opfer von Gewalt, wurde geschlagen, zu sexuellem Kontakt gezwungen, vergewaltigt oder in anderer Form misshandelt. Addiert man die Anzahl dieser Frauen ergibt das eine Milliarde Frauen (one billion). Der One Billion Rising Day lädt ein, sich zu erheben und zu tanzen, um das Ende dieser Gewalt zu fordern.)

**März**

8. März **Internationaler Frauentag**

18. März **Equal Pay Day**
(Der Equal Pay Day markiert symbolisch den geschlechtsspezifischen Entgeltunterschied, der laut Statistischem Bundesamt aktuell 21 Prozent in Deutschland beträgt. Umgerechnet ergeben sich daraus 77 Tage ab Jahresanfang und das Datum des nächsten Equal Pay Day am 18. März 2017.)

**April**

27. April **Girls'Day**

**Oktober**

11. Oktober **Internationaler Mädchentag**

**November**

25. November **Internationaler Tag**
„Nein zu Gewalt an Frauen"

# Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich verbindlich an zu dem **Seminar**:

_____

am/vom _____ bis_____

Teilnahmegebühr: _____

Ich bestätige, dass bei Nichterreichen der jeweiligen Mindest-Teilnehmerinnenzahl die Absage des Seminars vorbehalten bleibt. Es gelten die Teilnahmebedingungen ab Seite 34.

**Die schriftliche Anmeldung ist verbindlich.**
**Die Teilnahmegebühr wird bei Zustandekommen des Seminars in jedem Fall fällig.** Es sei denn, es kann eine Ersatzperson gefunden werden. Nach der Veranstaltung wird mir die Teilnahmegebühr in Rechnung gestellt.

## Meine Kontaktdaten

Name _____

Vorname _____

Straße _____

PLZ/Ort _____

Tel./Fax _____

E-Mail _____

Datum _____

Unterschrift _____

Fax-Nr. 06421 405-1449

Kreisausschuss des
Landkreises Marburg-Biedenkopf
Frauenbüro
Im Lichtenholz 60
35043 Marburg

Girls'Day
Mädchen-Zukunftstag

**am 27. April 2017**

**Für Ihre Töchter**

## Was ist das?

Am Girls'Day hast du die Möglichkeit, Berufe zu erleben, die bisher noch nicht häufig von Mädchen gewählt werden. Stell dir einen spannenden Tag vor, den du in einem interessanten Berufsfeld verbringen kannst, von dem du vorher noch nie gehört hast oder das du schon immer einmal kennenlernen wolltest.

An diesem Tag öffnen Unternehmen und Organisationen ihre Türen für Mädchen der Jahrgangsstufen 5 bis 10. Sie informieren über interessante Ausbildungsberufe und Studiengänge in den Bereichen Handwerk, Technik, Informationstechnologie und Naturwissenschaften und stellen Frauen in Führungspositionen vor.

## Wie kannst du am Girls'Day teilnehmen?

Alle Unternehmen und Organisationen, die am Girls'Day teilnehmen, tragen sich im Internet auf der Website www.girls-day.de ein. Du kannst dann zu Hause oder in deiner Schule ins Internet gehen, dir einen interessanten Beruf aussuchen und dich direkt über das Internet anmelden. Du hast auch die Möglichkeit, mit deinen Eltern oder anderen Erwachsenen aus dem Bekannten- oder Verwandtenkreis mit an deren Arbeitsstelle zu gehen oder dir einen eigenen Praktikumsplatz zu suchen.

**Viele interessante Plätze bietet auch die Kreisverwaltung des Landkreises Marburg-Biedenkopf an**.

Ganz einfach also, oder?
Wenn du Hilfe bei der Anmeldung brauchst, oder wenn du irgendwelche Fragen zum Girls'Day hast, kannst du dich beim Frauenbüro des Landkreises melden. Wir unterstützen dich gerne!

Frauenbüro Tel.: 06421 405-1311
E-Mail: lochmannf@marburg-biedenkopf.de

# Angebote des Fachbereichs Familie, Jugend und Soziales des Landkreises Marburg-Biedenkopf (Auswahl)

**„Das ICH im WIR?“ – Neukonstruktion weiblicher Identität – das Schöpfen aus der Vielfalt?**
Vertreterinnen der Mädchenarbeit sollen die Möglichkeit erhalten, die Sichtweise der Mädchen und jungen Frauen einnehmen zu können, um besser zu verstehen was es heute heißt ein Mädchen zu sein.

Zielgruppe: Frauen, die mit Mädchen und jungen Frauen arbeiten und an alle interessierten Frauen
Termin: 5. Mai 2017

**Mädchen mit Power**
Mädchen haben mehr Kraft in sich, als sie denken. In diesem Seminar können sie das ausprobieren und zeigen, dass mehr in ihnen steckt, als ihnen zugetraut wird und sie sich selbst zutrauen.

Zielgruppe: Mädchen von 10 bis 12 Jahren
Termin: 29. April–1. Mai 2017

**Internationaler Mädchentag**
„Wir machen uns die Welt wie sie uns gefällt“
Die Mädchen und Mädchengruppen aus dem Landkreis und der Stadt Marburg kommen zusammen, um den Internationalen Mädchentag zu feiern.

Zielgruppe: Mädchen ab 8 Jahren
Termin: 29. Oktober 2017

**Wenn Mama nicht will, was ich will …**
Mütter und ihre Töchter haben ein Wochenende nur für sich. Sie können sich die Zeit nehmen, um sich auszusprechen und einander zuzuhören.

Zielgruppe: Mädchen von 12 bis 14 Jahren
Termin: 11.–12. November 2017

**Nähere Informationen und Anmeldungen**
Kreisausschuss des Landkreises Marburg-Biedenkopf,
Fachbereich Familie, Jugend und Soziales,
Fachdienst Jugendförderung, Kathrin Bednarz,
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg, 06421 405-1683,
jugendfoerderung@marburg-biedenkopf.de,
www.jugendportal.marburg-biedenkopf.de

## Ihre Ansprechpartnerinnen

**Claudia Schäfer**
Leiterin des Frauenbüros,
Externe Frauenbeauftragte

**Ulrike Hasse**
Interne Frauenbeauftragte

**Friederike Lochmann**
Mitarbeiterin des Frauenbüros,
Koordination und Organisation der
Fortbildungen

## Impressum


| | |
|---|---|
| Herausgeber | Kreisausschuss des Landkreises<br>Marburg-Biedenkopf<br>Frauenbüro<br>Im Lichtenholz 60<br>35043 Marburg-Cappel |
| Redaktion | Claudia Schäfer, Ulrike Hasse,<br>Friederike Lochmann |
| Fotos Umschlag | o.R.v.l.: gradt – fotolia.com,<br>2010 Markus W. Lambrecht – fotolia.com,<br>Patrizia Tilly – fotolia.com<br><br>u.R.v.l.: Edler von Rabenstein – fotolia.com,<br>Gunnar Nienhaus – fotolia.com,<br>koszivu – fotolia.com |
| Fotos Inhalt | Fotolia, Georg Kronenberg,<br>Laackman Fotostudios Marburg, privat |
| Layout und Druck | msi – media serve international gmbh |
| Stand | Januar 2017 |

Wir setzen uns für Sie ein!

# Ihr Frauenbüro

- Information und Beratung
- Fortbildungen
- Veranstaltungen und Projekte

Einige Themenschwerpunkte:

- Chancengleichheit im Erwerbsleben
- Familie und Kinder
- Frauengesundheit
- Gewaltprävention und -schutz
- Girls‘Day
- Gleichberechtigung
- Netzwerke

**Sprechen Sie uns an!**