



Anmeldung



Verbindliche Anmeldung unter:
https://eveeno.com/fwt_heilbronn2023

Aufgrund der begrenzten Plätze kann sich jede Teilnehmerin nur für einen Workshop anmelden. Ein späterer Wechsel zwischen den Workshops ist nicht möglich.

Kinderbetreuung ist für Kinder bis 12 Jahre möglich. Eine Anmeldung ist notwendig.

Die Gebühren betragen 15,00 Euro, Kinder 7,50 Euro, inkl. Imbiss und Getränke.
Anmeldeschluss bis zum 17.10.2023

Anfahrt zum Bildungscampus

Duale Hochschule Baden-Württemberg Heilbronn
Parkmöglichkeiten im Parkhaus vorhanden
Navigationsadresse: Dammstraße 1
Tagungsort: Bildungscampus Ost, Gebäude C

Foto- und Filmhinweis:

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



WEITERE INFORMATIONEN:
FRAUENWIRTSCHAFTSTAGE.DE

Partner*innen



Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit Heilbronn

Agentur für Arbeit Heilbronn
Elena Reinecker
Rosenbergstraße 50 | 74074 Heilbronn
Heilbronn.BCA@arbeitsagentur.de
www.arbeitsagentur.de



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



HIN Heilbronn

Frauenbeauftragte der Stadt Heilbronn
Silvia Payer
Marktplatz 7 | 74072 Heilbronn
frauenbeauftragte@heilbronn.de
www.heilbronn.de

Partner*innen



auf den anfang kommt es an!

Haus der Familie gGmbH
Dr. in Kerstin Fink
Edisonstraße 25 | 74076 Heilbronn
info@hdf-hn.de
www.hdf-hn.de



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



HOCHSCHULE HEILBRONN

Hochschule Heilbronn
Anke Speer
Max-Planck-Straße 39 | 74081 Heilbronn
anke.speer@hs-heilbronn.de
www.hs-heilbronn.de



Kontaktstelle
Heilbronn-Franken

Kontaktstelle Frau und Beruf Heilbronn-Franken
Simone Rieß
Koeppfstr. 17 | 74076 Heilbronn
s.riess@heilbronn-franken.com
www.frauundberuf-hnf.com

FRAUEN WIRTSCHAFTS TAGE BW 2023



Einfach mal machen

Samstag, 21. Oktober 2023
9.00 bis 14.30 Uhr

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



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR WIRTSCHAFT, ARBEIT UND TOURISMUS

Programm

9.00 Uhr	Ankommen
9.30 Uhr	Begrüßung Prof. ⁱⁿ Dr. ⁱⁿ Yvonne Zajontz Gleichstellungsbeauftragte, DHBW Heilbronn
9.45 Uhr	KeyNote Versagen. Scheitern. Dranbleiben. Weitermachen. Romy Hausmann Bestsellerautorin, Fensehjournalistin, Medienberaterin
10.15 Uhr	Kaffeepause
10.30 Uhr	Workshopbeginn

Workshop 1

Erfolgsstrategien für Frauen im Job: Aus der Überlastung in die eigene Kraft kommen!

Workshop 2

Nimm deine Träume in den Fokus!

Workshop 3

Leicht gesagt. Tipps und Tricks für natürliches und selbstsicheres Auftreten

Workshop 4

New Work braucht Achtsamkeit

Workshop 5

Erfolg lacht. Humor als Erfolgsstrategie

Workshop 6

Die Kraft deiner Stimme – Ausdruck deiner Persönlichkeit

12.00 Uhr **Mittagspause mit Imbiss**

13.00 Uhr **Fortsetzung der Workshops**

14.30 Uhr **Ende der Veranstaltung**

Workshop 1: Erfolgsstrategien für Frauen im Job: Aus der Überlastung in die eigene Kraft kommen!

Frauen stehen im Beruf besonderen Herausforderungen gegenüber. In diesem Workshop stellt Andrea Diewald passende Strategien vor und geht auf diese Punkte ein:

- Innerer Kritiker und Perfektionismusfalle
- Karriere mit Kindern und vollem Familienalltag – geht das?
- Priorisierung von Zielen: Was bringt wirklich Punkte am Ende des Tages?

Dieser Workshop gibt frische Perspektiven, neuen Schwung und bietet ein wertvolles Netzwerk für alle, die Antworten auf diese Fragen suchen.

Referentin: Andrea Diewald | Director Innovation, Investor & Startup Relations

Workshop 2: Nimm deine Träume in den Fokus!

Wir erstellen unser Vision Board!

Im Workshop erarbeiten wir eine Zielcollage, mit der wir unseren Träumen und Bedürfnissen auf die Spur kommen. Wir machen unsere (auch unbewussten) Wünsche sichtbar und lernen, wie wir durch die Auseinandersetzung mit dem Vision Board für uns stimmige Ziele ableiten. Mit dieser Visualisierung können wir auch im Alltag unsere Ziele immer im Fokus behalten, und daher motiviert an deren Umsetzung dranbleiben.

Referentin: Lisa Kosmalla | Coach, Autorin und Online-Unternehmerin

Workshop 3: Leicht gesagt. Tipps und Tricks für natürliches und selbstsicheres Auftreten

Gesellschaftliche Erwartungen beeinflussen meistens unbewusst, wie wir uns anderen gegenüber verhalten. Oft fühlen wir uns dadurch unsicher und nicht mehr wohl in der eigenen Haut.

In diesem Workshop erlernen Sie Strategien, mit Freude sicher, authentisch und eindrucksvoll aufzutreten. Das Ziel ist, den eigenen Stil zu entdecken und stolz darauf zu sein. Sie lernen, strukturiert und überzeugend zu kommunizieren. Sie gehen nach Hause mit einem Tool-Set, welches Sie privat und beruflich anwenden können.

Referentin: Bettina Brockmann | Communication Coach, Dozentin, Autorin

Workshop 4: New Work braucht Achtsamkeit

Das Bemühen, immer mehr immer schneller und möglichst noch gleichzeitig zu bewältigen, ist allgegenwärtig. Aber: Dauerhaftes Multitasking, Mental Load und Stress führen dazu, dass Menschen weit hinter ihren Potenzialen zurückbleiben. Achtsamkeit wird zur wesentlichen Kompetenz für eine effektive (Selbst-)Führung: Innerlich bewusst zur Ruhe kommen, Wesentliches von Unwesentlichem unterscheiden, ganz präsent sein, sowie Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Kreativität.

Dieser Workshop vermittelt praxisnahe Modelle und leicht umsetzbare Übungen für den Arbeitsalltag.

Referentin: Mandy Schlegel | Wirtschaftspsychologin & Achtsamkeitstrainerin MINDreSET, Achtsamkeitstraining für Selbstführung, Mitarbeiterführung & Organisationsentwicklung

Workshop 5: Erfolg lacht. Humor als Erfolgsstrategie

„Lachen ist die beste Medizin – Lachen macht glücklich.“ Hinter diesen Volksweisheiten steckt viel Wahrheit. Wissenschaftliche Studien belegen: Humor und Lachen unterstützen in den Bereichen Kommunikation, Konfliktmanagement, Teamentwicklung, Kreativität, Stressmanagement, Resilienz und Gesundheitsmanagement. Durch das Lachen finden wir leichteren Zugang zu unbewussten Potenzialen und Gelassenheit. Erleben Sie einfache Methoden, mit denen Sie Ihren Humor wiederentdecken oder Ihren Humor noch gezielter, auch in beruflichen Situationen, einsetzen können.

Referentin: Beate Stricker, Trainerin, Coach, Moderatorin, Lachtrainerin
Beate Stricker begleitet Menschen dabei, Belastungen abzubauen und Stärken zu stärken.



Workshop 6: Die Kraft deiner Stimme – Ausdruck deiner Persönlichkeit

Im Alltag entscheidet oft schon der erste Eindruck der Stimme über Qualität und Erfolg des Gesprächs. Es hängt zu über einem Drittel von Klang und Präsenz unserer Stimme ab, welchen Eindruck wir hinterlassen. Unsere Stimme und ihr Tonfall übermitteln eigene Botschaften. Sie verrät unsere wahre Stimmung und Persönlichkeit. Ein bewusster Umgang mit der Stimme führt zu mehr Ausdruckskraft und Klarheit in der Kommunikation – und zu einem bewussteren Umgang mit sich selbst!
In diesem Workshop werden wir uns unserer Stimme als Ausdruckskraft unserer Persönlichkeit bewusst.

Referentin: Ursula Greven-Lindemann, lyrische Sopranistin, Musicaldarstellerin, staatl. geprüfte Gesangspädagogin