

**Sa, 15. Okt. 2011**

WHL Wissenschaftliche Hochschule Lahr  
Hohbergweg 15-17, Lahr

**9.30 – 16.30 Uhr | Wenn's mal so richtig knallt:  
Produktiv mit Konflikten umgehen**

Konflikte kennen wir alle. Besonders gut kennen wir die Seite von Konflikten, die Unsicherheit und Angst erzeugen und manchmal sogar krank machen. Instinktiv gewählte Vermeidungsstrategien sind eine Methode, sie zu umgehen. Aber lässt sich ein schwelender Brand löschen, indem man die Tür schließt? Jenseits von Hitze und Rauch enthält fast jeder Konflikt Chancen zur Entwicklung und zur produktiven Lösung. Und je mehr Frau darüber weiß, desto besser kann sie diese Chancen nutzen.

Der Kompakt-Workshop zeigt Wege und Wissen zum produktiven Umgang mit Streit und Konflikten. Davon profitieren können Unternehmerinnen und Chefinnen ebenso wie Teamleiterinnen und Familienfrauen oder ehrenamtlich Engagierte in Vereinen, Gruppen oder Initiativen.

Leitung: Beate Rau, Coach, Mediatorin, Personaltrainerin  
www.beate-rau.com

**9.30 – 16.30 Uhr | Ja, ich arbeite gerne! Strategien  
für eine erfolgreiche Stressbewältigung**

Zwischen dem „guten“ Stress – der uns oft ein erwünschter Antrieb ist – und dem Aus durch Burn-out liegt ein weiter Weg. Im Workshop lernen Sie Stressarten und Symptome und deren Auswirkungen kennen. Eigene Bewältigungswege werden reflektiert und erprobte Strategien erlernt, um lange und gesund „Ja“ zu Ihrem Arbeitsalltag zu sagen.

Leitung: Ursel Armbruster, Kommunikationstrainerin

**9.30 – 12.30 Uhr | Facebook – Twitter – Xing:  
Unbekannte Welten?**

Social Network ist eine Kommunikationsform im Internet, die heute nicht mehr unbeachtet bleiben kann, auch wenn die Hemmschwellen und Ängste, sich damit zu befassen, groß sind. Der Workshop geht den Fragen nach, wie Social Networking, insbesondere Facebook, funktioniert, welche Möglichkeiten, Chancen und Risiken sich mit der privaten oder beruflichen Nutzung verbinden und welche Sicherheitsaspekte beachtet werden müssen.

Leitung: Nicole Diebold, Hochschule Offenburg

**Anmeldung erforderlich**

Tagungsgebühr: 10 Euro (inkl. kleiner Imbiss)  
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Lahr, Ingrid Roll  
Tel. 07821/9 10-02 90, E-Mail: ingrid.roll@lahr.de

**Di, 25. Okt. 2011, 19 – 21 Uhr**

VHS Offenburg, Amand-Goegg-Straße 2, 4  
Kosten: 10 Euro

**Brauchen wir die Quote  
oder sind Frauen feige?**

Workshop/Diskussionsrunde mit Ulrike Reißfelder

Wie Frauen sich in der Arbeitswelt positionieren, hat großen Einfluss auf die ganze Gesellschaft. Daher die heftige Polemik in der Quoten-Debatte. Und die Notwendigkeit, selbst Stellung zu beziehen. Denn hier stehen

**Frauen in der Arbeitswelt**

neue Lebensmodelle in Frage, moderne Rollen- und Arbeitskonzepte, die für alle Beteiligten förderlich sind.

**Anmeldung und Information:**

VHS Offenburg, Tel. 0781/93 94-200  
E-Mail: anmeldung@vhs-offenburg.de

**Di, 15. Nov. 2011, 17.30 Uhr**

IHK-Bildungszentrum Südlicher Oberrhein GmbH  
Gebäude A, Am Unteren Mühlbach 34, Offenburg

**Frauen von hier – Unternehmerinnen  
aus der Ortenau im Portrait**

Finissage/Podiumsdiskussion

Nachhaltig wirtschaften, nachhaltig hinschauen – 2005 zeigten wir elf Portraits von Unternehmerinnen aus der Ortenau. Sechs Jahre später fragen wir:  
Wie haben sich ihre Unternehmen entwickelt?  
Wo stehen sie heute und was sind ihre Pläne?  
Was können sie anderen Unternehmerinnen mit auf den Weg geben?

**Anmeldung und Information:**

Monika Setzler, Bereichsleitung Produktmanagement,  
Tel. 0781/92 03-105, E-Mail: m-setzler@ihk-bz.de

**Ausstellung: 13. Okt. – 15. Nov., Mo – Fr 8 – 20 Uhr  
im Foyer des IHK-Bildungszentrums in Offenburg**

© 2011 Arbeitskreis FrauenWirtschaftsTage Ortenau – in Kooperation mit der Volkshochschule Offenburg und WHL Wissenschaftliche Hochschule Lahr

 **Bundesagentur für Arbeit**  
Agentur für Arbeit Offenburg

 **F R A U E N**  
[www.wissen-fuer-frauen.de](http://www.wissen-fuer-frauen.de)

**Frauen** WirtschaftsTage

im Ortenaukreis



**Wege – Ziele – Strategien**

**Frauen in der Arbeitswelt**

**Aktionsprogramm**

**13. Okt. – 15. Nov. 2011**

mit Veranstaltungen in Lahr und Offenburg

Besuchen Sie uns auch bei Facebook:  
FrauenWirtschaftsTage Ortenau



**Baden-Württemberg**  
MINISTERIUM FÜR  
FINANZEN UND WIRTSCHAFT

## Frauen ohne Maske Über Frauen und ihre Berufe

Ausstellung: 13. Oktober bis 13. November 2011

### Wege

#### Do, 13. Okt. 2011, 19 Uhr

VHS Offenburg, Amand-Goegg-Straße 2, 4  
Raum 102 (Saal)

#### Eröffnung: Oberbürgermeisterin Edith Schreiner

Berufe haben kein Geschlecht. Aber ein Image. Und genau dieses Image ändert sich, je nachdem wie hoch der Anteil an Frauen bzw. Männern in einem Beruf ist. Die Ausstellung zeigt Bilder unterschiedlichster Frauen in oft überraschenden Berufen, die den Wandel unserer Zeit dokumentieren. Der Fotograf Josef Riegger präsentiert die Portraits und die Politologin Dr. Regula Stämpfli kommentiert sie pointiert. Im anschließenden moderierten Dialog ergänzen Ortenauer Frauen aus verschiedenen Berufsfeldern die Runde.

Die berufliche Situation von Frauen hinkt dem gesetzlich verankerten und gesellschaftlich anerkannten Gleichheitspostulat hinterher, in zukunftssträchtigen Sparten ebenso wie in der oberen Führungsebene generell. Um dieses Ungleichgewicht zu überwinden, finden in Baden-Württemberg jedes Jahr im Herbst die FrauenWirtschaftsTage statt, unterstützt vom Ministerium für Finanzen und Wirtschaft. Im Ortenaukreis werden die Tage veranstaltet vom Arbeitskreis FrauenWirtschaftsTage Ortenau.

#### Anmeldung und Information:

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Offenburg  
Regina Geppert, Tel. 0781/82 25 38  
E-Mail: regina.geppert@offenburg.de

#### Fr, 14. Okt. 2011, 9 – 12 Uhr

Stadtteil- & Familienzentrum Innenstadt  
Bürgerpark Offenburg, Stegermattstraße 26

#### Alleinerziehende auf ihrem Weg zum Erfolg

Info-Markt rund ums Thema Arbeit und Kind

Jeder Tag ein Balanceakt: Rund 1,6 Millionen Alleinerziehende in Deutschland müssen täglich aufs Neue die Herausforderung Beruf und Kind(er) meistern. Ohne eine verlässliche Kinderbetreuung ist keine

### Ziele

Arbeit möglich. Hier stellen sich viele Fragen, die beim Info-Markt kompetente und lebensnahe Antworten finden. Das Kinderbetreuungsangebot in der Ortenau, Möglichkeiten der finanziellen Unterstützung, wenn der Verdienst nicht reicht, sind dabei ebenso Thema wie Strategien der Jobfindung für Alleinerziehende sowie mögliche Wege der inneren Stärkung in der Doppelbelastung.

Für Sie vor Ort: Team Job und Kind/ Kommunale Arbeitsförderung, i-Punkt Stadt Offenburg, Ortenauer Tageselternvereine, alleinerziehende Frauen mit ihren Erfahrungen. Keine Anmeldung erforderlich.

#### Fr, 14. Okt. 2011, 14 – 18 Uhr

Agentur für Arbeit Offenburg  
Weingartenstraße 3, Sitzungssaal (4.OG)

#### Beruf und Familie ohne Stress managen!

In Belastungsphasen auch an sich selber denken

Beruf und Familie unter einen Hut zu bringen und der Wunsch, allem gerecht zu werden, führt bei Frauen oft dazu, dass sie selbst an letzter Stelle kommen. Das Ausblenden eigener Bedürfnisse ist auf Dauer jedoch kein Weg, der permanenten Mehrfachbelastung zu begegnen. Irgendwann sind die Kräfte auf-

gebraucht, droht der Verlust von Lebensfreude oder gar Krankheit. Im Workshop erfahren Sie Grundlegendes zum Thema Stress, erhalten alltagstaugliche Tipps und können in praktischen Übungen verschiedene Entspannungstechniken ausprobieren und die für Sie richtige rauspicken.

Zudem wird besprochen (und gekostet), was bei der Ernährung in Stressphasen hilfreich sein kann und welche Möglichkeiten der gesunden Ernährung es am Arbeitsplatz gibt. Mit Petra Zieboll (ärztlich

### Strategien

geprüfte ganzheitliche Gesundheitsberaterin) und Ursula Asimus (Entspannungstrainerin).

#### Anmeldung und Information:

AA, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt, Ingrid Strehlow, Tel. 0781/93 93-215  
E-Mail: offenburg.BCA@arbeitsagentur.de

#### Fr, 14. Okt. 2011, 14 – 19 Uhr

Gewerbe Akademie Offenburg (HWK Freiburg)  
Wasserstraße 19, Offenburg

#### Frauen gründen anders

Workshop für Existenzgründung/Selbstständigkeit  
Neben Aenne Burda oder Brunhilde Rauscher-Doll gibt es in der Ortenau viele Beispiele erfolgreicher Unternehmerinnen – früher ebenso wie heute. Frauen aus der Region, die ihre Kompetenzen auf den Weg gebracht haben, stellen ihre Unternehmensstrategien vor und berichten, wie sie ihre Ziele erreichen – in der Balance zwischen Beruf und Privatleben.

Verschiedene Fachkreise stehen zur individuellen Beratung bereit, um Frauen zu unterstützen, die ebenfalls den Schritt in die Selbstständigkeit wagen wollen. Keine Anmeldung erforderlich.