

Frauen- und Gleichstellungspolitik:



Mehr bewegen.

Frauenseminare

2012



Vereinte
Dienstleistungs-
gewerkschaft

Liebe Kolleginnen,

hier präsentieren wir euch das Frauen-Seminar-Programm für das Jahr 2012. Wir hoffen, das Angebot ist wieder einmal interessant für euch.

Fragen zu den Berliner Seminaren könnt ihr per Mail an

bst.berlin@verdi.de richten und es besteht die Möglichkeit, sich auf der Homepage: **www.bbz.verdi.de** online anzumelden. Allgemeine Anregungen sowie Fragen zu Frauenpolitik oder Gleichstellung können an **inken.mueller@verdi.de** gesendet werden.

Euer Bereich Frauen- und Gleichstellungspolitik

Hier findet ihr weitere Informationen zur Frauen- und Gleichstellungspolitik
www.frauen.verdi.de

Impressum:

ver.di – Vereinte Dienstleistungsgewerkschaft,
Bundesverwaltung · Paula-Thiede-Ufer 10,
10179 Berlin

Bereich Frauen- und Gleichstellungspolitik
Verantwortlich: Hannelore Buls, Bearbeitung:
Alexa Wolfstädter, Ute Brutzki

Satzherstellung: VH-7 Medienküche GmbH,
Stuttgart · Druck: apm AG, Darmstadt
W-2999-03-1011



Wie komme ich beruflich am besten weiter? Karriereplanung, Networking und Eigen-Marketing für Frauen

Berlin-Wannsee:
BE 03 12022403
24.02.–26.02.2012

Mehr Verantwortung, eine bessere Position, mehr Geld – den nächsten Schritt auf dem Berufsweg zu machen ist für Frauen oft nicht einfach. Das heißt aber nicht, dass es für sie kein Weiterkommen gibt! Vielmehr geht es darum, berufliche Entwicklungsmöglichkeiten als ernsthaftes Projekt in eigener Sache zu verstehen: Wo möchte ich eigentlich hin? Oft stehen Frauen vor der Herausforderung, in viele Richtungen kommunizieren zu müssen, was sie können und was sie möchten – das fällt ihnen häufig schwer.

Das Seminar liefert Anregungen, wie Frauen ihre Fähigkeiten nutzen können, um sich ins rechte Licht zu rücken, ihre Kontakte systematisch zu nutzen und dadurch konkrete Ziele Schritt für Schritt zu erreichen. Mit Übungen und Tipps hilft das Seminar Frauen zu lernen, selbstbewusst und zielorientiert zu handeln ohne sich dabei zu verbiegen.

„Hetzt Du noch oder entspannst Du schon?“ – Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Berlin-Wannsee:
BE 03 120511 03
11.05.–13.05.2012

Frauen wollen beides – Familie und Beruf. Aber noch ähnelt die Realität im Alltag einem Balanceakt auf dem Hochseildraht, wenn es darum geht, die beiden Interessenfelder miteinander ausgewogen und harmonisch zu verbinden.

In dem Seminar wollen wir die Ursachen und Gründe erläutern, die Frauen diese Harmonie so schwer erreichen lassen, sowohl auf der persönlichen als auch der gesellschaftlichen Ebene. Unser Ziel ist es, individuelle und kollektive Lösungsformen zu finden und Vereinbarungen zur Umsetzung zu treffen.



Die Seminare des Angebotsbereichs Frauenpolitik werden von ver.di GPB veranstaltet.
Kinder sind herzlich willkommen.

Wissensmanagement – oder: Wem gehört mein Wissen?

Berlin-Wannsee:
BE 03 120608 01
08.06.–10.06.2012

Beim Wissensmanagement geht es um neue Konzepte, das Wissen in den Köpfen der Mitarbeiterinnen optimal für Arbeitsprozesse zu nutzen. Hier ist vor allem das unausgesprochene, nicht dokumentierte und manchmal gar nicht so bewusste Erfahrungswissen der Arbeitnehmerinnen gemeint. Um zu verhindern, dass diese neuen Konzepte zu einer verschärften Ausbeutung von Wissensarbeiter/-innen führen, ist ein offensiver und aktiv gestaltender Umgang damit dringend nötig.

Dieses Seminar bringt dir theoretische Bausteine des Wissensmanagements näher und vermittelt besonders Frauen, wo ihre Stärken und Chancen bei Ansätzen des Wissensmanagements liegen!

- Was ist Wissensmanagement?
- Wissensmanagement in der Praxis
- Wissensmanagement für Frauen

Verbindliche Seminaranmeldung

Titel des Seminars: _____

vom _____ bis _____ in

Name: _____

Vorname: _____ Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____ Bundesland: _____

ver.di-Mitglied: ja nein Mitgliedsnummer: _____

Kinderbetreuung erwünscht: ja nein

Telefon privat: _____ dienstlich: _____

E-Mail-Adresse: _____

Die Anmerkungen zu Kosten habe ich zur Kenntnis genommen.

Ort, Datum

Unterschrift

Anmerkung zu den Kosten:

Für ver.di-Mitglieder sind Seminar-
teilnahme, Übernachtung und Voll-
verpflegung kostenfrei. Fahrtkosten
werden nach der geltenden ver.di-
Regelung erstattet.

Nichtmitglieder müssen die Kosten
für Übernachtung, Vollverpflegung
und die Fahrt selbst tragen.

Bei einer späteren Absage als
10 Tage vor Seminarbeginn müssen
wir leider die Ausfallgebühren der
Bildungsstätte in Rechnung stellen.

Time-out statt Burn-out – Burn-out erkennen, Wege aus dem Burn-out entdecken und präventiv handeln

Berlin-Wannsee:
BE 03 120727 01
27.07.–29.07.2012

Wenn sich Spaß an der Arbeit in Überdruß verwandelt, sich ein Gefühl der Lähmung und des Ausgelaugtseins einstellt, der Arbeitsalltag schwer fällt und einfach keine neuen Gedanken mehr kommen, dann sind dies Anzeichen von Burn-out. Das Gefühl des Ausgebranntseins ist kein Einzelschicksal: Die zunehmenden Anforderungen und der damit einhergehende Konkurrenzdruck tragen zu steigender Anspannung bis hin zu völliger Überforderung bei.

Hält dieser Zustand länger an, kann es zum Burn-out kommen.

Während dieses Wochenendseminars stellen wir dir konkrete Möglichkeiten der Prävention, des Umgehens mit dem Burn-out und der Entwicklung von Schritten aus der Krise vor.



Die Seminare des Angebotsbereichs Frauenpolitik werden von ver.di GPB veranstaltet.
Kinder sind herzlich willkommen.

Frauen finden ihre persönlichen Erfolgsstrategien – ein Seminar zur Erforschung der inneren Kraftquellen

Berlin-Wannsee:
BE 03 12081003
10.08.–12.08.2012

„Erfolgreich sein“ ist eins der Schlagworte unserer Zeit. Doch was bedeutet es eigentlich, erfolgreich zu sein? Ist es ein Erfolg, zwei Kinder, Beruf und Haushalt gut zu managen? Ist es ein Erfolg, eine erfüllende berufliche Karriere zu machen? Ist es ein Erfolg, eine gute Beziehung zu führen? Ein Schlüssel zu einem erfolgreichen Leben kann sein, sich selbst ein Stück auf die Spur zu kommen, Lebensprioritäten zu erkennen und sich als aktive, kraftvolle und verantwortliche Gestalterin des eigenen Lebens und der eigenen Erfolge zu begreifen.

Im Seminar bieten wir dir die Möglichkeit, die eigenen inneren Kraftquellen (wieder) zu entdecken und mehr Klarheit darüber zu gewinnen, sie zu nutzen, wenn es um den eigenen Erfolg geht.



Die Seminare des Angebotsbereichs Frauenpolitik werden von ver.di GPB veranstaltet. Kinder sind herzlich willkommen.

Frauen sind anders krank Auch Gesundheit hat ein Geschlecht – sie ist männlich oder eben weiblich!

Berlin-Wannsee:
BE 03 120831 01
31.08.–02.09.2012

Frauen sind anders krank als Männer. Obwohl sich Unterschiede zwischen Frauen und Männern oft schon bei den Symptomen bemerkbar machen, gehen Forschung und Behandlung im Gesundheitswesen weiterhin von einem geschlechtsneutralen Konzept aus: Sie orientieren sich einseitig an der Körperlichkeit und der psychosozialen Befindlichkeit des Mannes. Neue geschlechterspezifische medizinische Forschungsergebnisse bestätigen heute, dass unterschiedliche Vorgehensweisen bei Männern und Frauen in Therapie und Behandlung notwendig sind, insbesondere bei Herz- und Kreislauferkrankungen, aber auch bei psychischen und psychosozial bedingten Krankheiten.

Frauen und Männer definieren „Gesundheit“ sogar unterschiedlich: Frauen verbinden Gesundheit eher mit Wohlbefinden und Körpererleben, Männer mit Leistungsfähigkeit und Abwesenheit von Krankheit. Eine geschlechtersensible Gesundheitsversorgung nimmt daher Frauen als Patientinnen und als Gesundheitsexpertinnen in eigener Sache ernst.

In diesem Seminar sollst du dich wohlfühlen und dich mit uns über Fakten, Erfahrungen und Gespräche dem Thema nähern.



Die Seminare des Angebotsbereichs Frauenpolitik werden von ver.di GPB veranstaltet.
Kinder sind herzlich willkommen.

„Sand im Getriebe“ vermeiden – Konflikte verstehen, ansprechen, regeln

Berlin-Wannsee:
BE 03 121116 03
16.11.–18.11.2012

Tagtäglich erleben wir Situationen, in denen es darum geht, etwas zu verhandeln und mit den unterschiedlichen Meinungen, Interessen oder Bedürfnissen anderer umzugehen. Probleme müssen gelöst werden, ob mit Kolleginnen und Kollegen, Vorgesetzten oder in privaten Zusammenhängen. Anderenfalls kostet uns der schleifende „Sand im Getriebe“ viel wertvolle Energie.

Gibt es auch eine geschlechtsspezifische Umgangsweise mit Konflikten? Es kursiert zumindest die Meinung: „Frauen sind schnell beleidigt, ziehen sich zurück oder setzen raffiniert ihre Weiblichkeit ein“. Wie ist es denn nun wirklich? In diesem Seminar stellen wir dir verschiedene Möglichkeiten vor, wie Frauen Situationen so mitgestalten können, dass sie ernst genommen werden. Zusätzlich wird es darum gehen, wie gemeinsame, konstruktive Entscheidungen entwickelt werden können.



Das ver.di-Projekt zur

„Arbeitsqualität für Frauen durch branchenorientierte Chancengleichheitspolitik“

im Rahmen der „Bundesinitiative zur Gleichstellung von Frauen in der Wirtschaft“ bietet an:

1. Zielgruppenspezifische Beratung auch für GBR-Gleichstellungsausschüsse

Auf Anfrage können zielgruppenspezifische Branchendialoge und **Seminare** angeboten werden. In den Seminaren werden inhaltlich die Erweiterung der Wissens- und Informationsbasis zur **betrieblichen Gleichstellungspolitik und die innovative betriebliche Umsetzung behandelt.**

2. Gezielte Frauenförderung

Für Frauen in Funktionen mit Führungsverantwortung werden auf Anfrage **Workshops** angeboten. Die Teilnehmerinnen haben die Gelegenheit, Herausforderungen und Führungsaufgaben zu reflektieren und weiter zu entwickeln und ihr gleichstellungspolitisches Fachwissen zu vertiefen.



Mehr unter <http://bundesinitiative.gleichstellen.verdi.de>

Oder per Mail an Ute.Brutzki@verdi.de



Abschnitt bitte abtrennen und einsenden an:

Frauen- und Gleichstellungspolitik:



Mehr bewegen.

**Seminaranmeldung
2012**



**Vereinte
Dienstleistungs-
gewerkschaft**

**ver.di Bildungs- und Begegnungszentrum
„Clara Sahlberg“**

Koblanckstraße 10
14109 Berlin

