

Das Seminar wird veranstaltet von der Kontaktstelle Frau und Beruf in Zusammenarbeit mit

Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt (KDA) Baden/Freiburg

Habsburgerstraße 2
79104 Freiburg
Tel. 07 61 / 70863-43
Fax 07 61 / 70863-49



Volkshochschule Freiburg e.V.



Wir bitten um **Anmeldung** mit dem beigelegten
Anmeldevordruck.

Kontaktstelle Frau und Beruf Freiburg – Südlicher Oberrhein

Büro Freiburg

Rathausplatz 2-4, 79098 Freiburg i. Br.
Tel. 0761/201-1731
frau_und_beruf@stadt.freiburg.de
www.frauundberuf.freiburg.de



Büro Offenburg

Am Unteren Mühlbach 34, 77652 Offenburg
Tel. 0781/9203 585
frau_und_beruf@stadt.freiburg.de
www.frauundberuf-ortenau.de

Anfragen und Beratungen

Beratungstermine in der Region Freiburg, in
den Landkreisen Emmendingen und Breisgau-
Hochschwarzwald und im Ortenaukreis
erhalten Sie während unserer Sprechzeiten
unter 0761/201-1731. Unsere Beratung ist
vertraulich und kostenlos.

Unsere Sprechzeiten

Mo 08:30 - 12:00 und 13:30 - 16:00 Uhr
Di 08:30 - 12:00 Uhr
Mi 08:30 - 12:00 und 13:30 - 16:00 Uhr
Do 13:30 - 16:00 Uhr
Fr 08:30 - 12:00 Uhr

Trägerin:



Mit Unterstützung:



Die Kontaktstelle Frau und Beruf Freiburg – Südlicher
Oberrhein wird im Rahmen des Landesprogramms
Kontaktstellen Frau und Beruf vom Ministerium für
Wirtschaft, Arbeit und Wohnungsbau Baden-Württem-
berg finanziell gefördert.



Meine Ziele – mein Profil

Seminar
Individuellen Standort
und berufliche Ziele
bestimmen

16. bis 18. Juli 2021
und 01. Oktober 2021

ÜBER
25
JAHRE

frau und beruf



Kontaktstelle
Freiburg - Südlicher Oberrhein

Seminar für Frauen: Meine Ziele – mein Profil

„Eigentlich
bin ich ganz
anders,
nur komme
ich so selten
dazu.“ *

Kennen Sie solche Gedanken?

Dann ist es vielleicht an der Zeit, in Ruhe über die eigenen Vorstellungen und Ziele nachzudenken: Darüber, wie Sie anders sein und was Sie anders machen wollen im Leben – auf der Grundlage Ihrer bisherigen beruflichen Entwicklung und des aktuell Erreichten.

Dieses Wochenende unterstützt Sie dabei, sich einmal aus der Alltagsroutine auszuklinken und sich Zeit zu nehmen für sich selbst.

Das Seminar wendet sich an Frauen, die ihre berufliche Situation überdenken und aktiv gestalten wollen.

Seminarleitung



Claudia Schweigler
Diplompädagogin,
Transaktionsanalytikerin



Maggy Hanser
Sozialpädagogin,
KDA Baden/Freiburg

Seminarinhalte

- **Standortbestimmung vornehmen**
 - Wo stehe ich?
 - Was habe ich bisher erreicht?
- **Persönliche Entscheidungsmuster erkennen**
- **Visionen entwickeln und Ziele benennen**
- **Veränderungsmöglichkeiten prüfen**
- **Ressourcen erschließen**
 - Was steckt noch in mir?
 - Welche Fähigkeiten kann ich nutzen?
 - Welche Stärken habe ich?

Antworten auf solche Fragen bieten eine solide Basis für das aktive Angehen Ihrer weiteren beruflichen Entwicklung.

Auf kreative Art können Sie **Ziele definieren und erste Schritte planen** für die Wochen zwischen den beiden Seminarteilen. Erfahrungen, Stolper- und Meilensteine werden am Folgetermin ebenso zum Thema gemacht, wie weitere Ideen, damit Sie „öfter dazu kommen“.

Wir arbeiten entlang Ihrer Themen und Fragestellungen. Theorie-Impulse, Gruppen-, Einzelarbeit und Austausch bestimmen die methodische Arbeitsweise.

Seminarzeiten

Freitag, 16. Juli 2021

16:00 - 18:00 Uhr und 20:00 - 21:30 Uhr

Samstag, 17. Juli 2021

9:00 - 12:30 Uhr und 15:00 - 18:30 Uhr

Sonntag, 18. Juli 2021

9:00 - 13:30 Uhr (inkl. Mittagessen)

Freitag, 01. Oktober 2021

18:00 - 21:00 Uhr

Seminarorte

Das Wochenende findet im Studienhaus Wiesneck in Buchenbach statt (www.wiesneck.de). Es liegt ruhig und in einer wunderschönen Umgebung. Der Folgetag im Oktober findet in den Räumlichkeiten des KDA in Freiburg-Herdern statt.

Anmeldung

schriftlich bis **31. Mai 2021** bei der Kontaktstelle Frau und Beruf mit beiliegendem Anmeldevordruck. Bei erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung sowie weitere Informationen zu Seminarort und Rechnung.

Kosten

Die Teilnahmegebühr von 220 € für das Seminar beinhaltet auch die Unterkunft im Einzelzimmer und die Verpflegung. Ermäßigung für Erwerbslose um 10 % möglich, bei entsprechendem Nachweis.

Bitte überweisen Sie den Betrag bis spätestens 4 Wochen vor Kursbeginn.

Absagen

Bei Absagen innerhalb von 4 Wochen vor Seminarbeginn müssen wir 50 % der Kosten als Ausfallgebühr berechnen, bei Absagen innerhalb von 2 Wochen werden 100 % des Gesamtbetrags fällig, wenn der Platz nicht anderweitig belegt werden kann.

*Zitat: Ödön von Horváth