

REGIONALES MENTORING SEMINARANGEBOT 2012

WWW.WOMEN-NETWORK.AT
WWW.REGIONALESMENTORING.AT

→ SIE WOLLEN ...
... UNTERSTÜTZUNG AUF IHREM KARRIEREWEG
... SICH SELBSTSTÄNDIG MACHEN ODER
... SICH BERUFLICH NEU ORIENTIEREN.

MENTORING KANN IHNEN DABEI HELFEN



MITREDEN - MITGESTALTEN

Als zuständige Landesrätin ist es mir besonders wichtig, Niederösterreichs Frauen auf ihrem individuellen Weg zu unterstützen. So will ich Frauen, die im Berufsleben stehen, Mut machen sich weiterzuentwickeln und neue Herausforderungen anzunehmen. Das Regionale Mentoring-Programm des Frauenreferats des Landes Niederösterreich hat zum Ziel, Frauen fit zu machen, auch für Führungsaufgaben - durch die Vermittlung von Mentorschaften oder durch ein umfangreiches Fort- und Weiterbildungsangebot.

Ich darf alle Frauen in Niederösterreich dazu einladen, dieses Programm zu nützen. Es hilft Ihnen, sich bestens für die vielfältigen Aufgaben in der Arbeitswelt vorzubereiten und vor allem wichtige Kontakte und Netzwerke aufzubauen.

Für Ihren Karriereweg wünsche ich Ihnen Alles Gute und weiterhin viel Erfolg!

Mag.^a Barbara Schwarz
Landesrätin für Frauenangelegenheiten

REFERENTIN:

SEMINARBEITRAG:

ANMELDESCHLUSS:

TEILNEHMERINNEN:

9. Mai 2012, Mittwoch 9.00 - 17.00

Konflikte - Belastung oder Chance

Spannung, Streit, Konflikt - das kostet wertvolle Energie, beeinträchtigt Arbeitsabläufe und macht im schlimmsten Fall krank. Konflikte sind aber mehr!

Sie können Chance sein und zeigen, was nicht stimmt und wo Veränderung notwendig ist. Beim richtigen Umgang gehen wir gestärkt aus einem Konflikt und haben uns weiterentwickelt.

Eine Einführung in die spannende "Welt der Konflikte", wie diese entstehen, warum wir unterschiedlich damit umgehen und wie wir reagieren, einschließlich kreativer Konfliktlösungsstrategien - ein Muss für jede Frau.

REFERENTIN: **Doris C. Munk, PMM**

Eingetragene Mediatorin und Trainerin im Bereich Kommunikation u. Konfliktmanagement
www.munkmediation.at

SEMINARBEITRAG: € 80,-

ANMELDESCHLUSS: 18. April 2012

TEILNEHMERINNEN: max. 12



19. März 2012, Montag 9.00 - 17.00

Image - Auftreten - Ausstrahlung

Wissen Sie, wie Sie auf andere wirken? Sieht man Ihnen Ihre Kompetenz an? Schon nach wenigen Sekunden verschafft sich Ihr Gegenüber den berühmten „ersten Eindruck“ - den Sie nicht dem Zufall überlassen sollten!

Setzen Sie sich bewusst mit Ihrer Außenwirkung und Ihrem gewünschten Image auseinander, es ist die Basis für erfolgreiches authentisches Auftreten! Zeigen Sie schon „außen“, was in Ihnen steckt!

- Ausstrahlung beginnt Innen!
- Beim ersten Eindruck punkten
- Kleider machen Leute - Outfit für den Erfolg
- Sicher und kompetent? - Ihre Körpersprache spricht Bände!
- Image & Stil - Ihre persönliche Note, Ihre stimmiges Auftreten

Susanna Fink

Trainerin & Coach für Kommunikation & Persönlichkeit
www.susanna-fink.at

€ 80,-

27. Feber 2012

max. 12



11. April 2012, Mittwoch 9.00 - 17.00

Die Macht der Stimme II

Mit der Stimme des Erfolges
Vertiefung und Erweiterung der Inhalte des Grundkurses

- mit Stimme ZuhörerInnen aktivieren und motivieren
- effektiv Pausen setzen
- betonen und akzentuieren
- deutliche Aussprache und präzises Artikulieren
- sprechen auf dem individuellen Atemrhythmus
- Übungen zum Stimm-Volumen und zur Raum-Präsenz
- Emotionen in der Stimme steuern

Ingrid Amon

Institut für Sprechtechnik
Mitglied des Austrian Voice Institute
www.iamon.at

€ 80,-

21. März 2012

max. 15



11. Juni 2012, Montag 9.00 - 17.00

Souverän vor Mikrofon und Kamera

Ein kurzes Statement im Radio und Fernsehen kann Sympathie und Kompetenz einer Person/Organisation steigern oder mindern.

Wer weiß, worauf es bei einem Interview ankommt, kann seine Aussage immens aufwerten. Sie lernen in diesem Seminar, wie Sie Medien auf sich aufmerksam machen und bei einem Interview einen optimalen Eindruck hinterlassen.

Inge Winder

Trainerin und Moderatorin
DRF Journalistin
www.inge-winder.at

€ 80,-

21. Mai 2012

max. 8



30. Okt. 2012, Dienstag 9.00 - 17.00

Präsentation und Auftritt

Mehr Präsenz und Ausstrahlung für Ihren Weg nach oben.

- deutliche, authentische und bewusste Körpersprache
- optimale Körperhaltung
- mehr Sicherheit und Ausstrahlung bei Ihren Auftritten
- mehr Selbstbewusstsein („sich seiner selbst bewusst sein“)
- mehr Bühnenpräsenz
- das Herausfinden Ihres eigenen Redetyps
- das Erstellen und Üben einer Rede/Präsentation
- Persönlichkeitstraining
- Umgang mit Lampenfieber und Nervosität

Daniela Zeller

Training für Stimme,
Sprechen und Präsentation
www.danielazeller.com

€ 80,-

9. Oktober 2012

max. 25



ALLGEMEINE INFORMATION: Alle Seminare finden im Landhaus St. Pölten statt. Details über Veranstaltungsort und Seminarablauf erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung.

ANMELDUNG: NÖ Frauenreferat
Amt der NÖ Landesregierung
Landhausplatz 1
3109 St. Pölten

FÜR SEMINARE: Andrea Zeilinger
TELEFON: 02742/9005-13286
E-MAIL: post.f3frauenreferat@noel.gv.at

FÜR MENTORSCHAFTSVERMITTLUNG: Andrea Zeilinger
TELEFON: 02742/9005-13286
E-MAIL: post.f3frauenreferat@noel.gv.at
LINK: www.regionalesmentoring.at

DIE ANMELDUNG GILT ERST MIT DER EINZAHLUNG! SPÄTESTER TERMIN FÜR DIE EINZAHLUNG IST ZWEI WOCHEN VOR SEMINARBEGINN!

DIE SEMINARBEITRÄGE WERDEN NICHT REFUNDIERT.

VORAUSSETZUNG FÜR DIE TEILNAHME: Sie sind Mentorin oder Mentee im Regionalen Mentoring Programm des NÖ Frauenreferats oder in der Vernetzung der Wirtschaftskammer NÖ women-network.



Regionales Mentoring

woman work
Selbständig, Frau, Gut so.

Das Regionale Mentoring Programm für Frauen in Niederösterreich wird vom NÖ Frauenreferat des Amtes der NÖ Landesregierung in Zusammenarbeit mit der Wirtschaftskammer NÖ „Frau in der Wirtschaft“ durchgeführt.