

Frauen in den besten Jahren – medizinische und psychologische Aspekte der Wendejahre

Zielgruppe:	Mitarbeiterinnen mit Personalverantwortung, Betriebsärztinnen, Mitarbeiterinnen für Arbeitssicherheit, Frauenbeauftragte
Kursnummer:	42/10
Kursbeschreibung:	<p>Auf der Höhe des eigenen Lebens zu sein – im Beruf, in der Familie, als Frau – so empfinden viele Frauen ihre besten Jahre. Diese Jahre sind aber auch von ambivalenten Gefühlen und körperlichen Veränderungen begleitet. Sind es doch Jahre, die allmählich eine Wende einleiten. Das eigene Älterwerden wird deutlicher, familiäre Aufgaben ändern sich, die verbleibende Zeit im Berufsleben wird kürzer.</p> <p>Was habe ich bisher erreicht? Was will ich noch? Wie werde ich den Übergang in die kommende Lebensphase bewältigen? Was ist mein Wert?</p> <p>Solche Fragen beschäftigen Frauen, die in die Wendejahre kommen. Im Seminar werden wir uns unter Frauen über unsere Erfahrungen in dieser Lebensspanne austauschen.</p> <p>Wir beleuchten Ihre Kompetenzen und Ressourcen, die Sie sich bisher als Frau im Beruf und Privatleben erworben haben. Und Sie haben Gelegenheit, mehr Klarheit über Ihre Ziele für die kommenden Jahre zu gewinnen.</p> <p>Sie erhalten Anregungen, wie Sie Ihr eigenes Können und Ihre aktuellen Bedürfnisse klar und entschieden kommunizieren können. Als reife Frau und berufserfahrene Mitarbeiterin selbstbewusst ihren Platz einnehmen und Standpunkt beziehen zu können, das ist ein hilfreiches Rüstzeug für die Wendejahre.</p> <p>Themen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Das Lebensflussmodell: biografische Prägungen und Lebensschatzkiste• Entwicklungsaufgaben der mittleren Lebensjahre• konstruktiver Umgang mit Krisen in den Wendejahren• Im Beruf seine Frau stehen: Erfahrungen nutzen, Freiheiten entdecken, selbstbewusst kommunizieren• Wendejahre und Wechseljahre – neueste medizinische Erkenntnisse, frauenärztliche Aspekte und Anregungen (Vortrag von und Gesprächsrunde mit Fr. Dr. Annette Deetjen, Frauenärztin, am Freitag)
Referentinnen:	Claudia Reinhardt Dr. Annette Deetjen
Termin:	Beginn: 28. Januar 2010 09:30 Uhr Ende: 29. Januar 2010 16:00 Uhr
Ort:	Barmherzige Brüder Kostenz
Anmeldung:	Für Mitarbeiter/innen der Barmherzigen Brüder erfolgt die Anmeldung über die Fortbildungsbeauftragten der jeweiligen Einrichtung, Adresse Seite 62. Personen, die nicht bei den Barmherzigen Brüdern arbeiten, melden sich direkt in Kostenz an, Adresse Seite 62.
Anmeldeschluss:	30. November 2009
Kosten für Kurs:	300,- €
Kosten für Tagesverpflegung:	43,- € Buchung weiterer Verpflegungsleistungen/Übernachtung siehe Anmeldeformular Seite 64.
Kursbegleiterin:	Kerstin Laumer
Teilnehmerzahl:	16

Doppelbelastung als Frau in Familie und Beruf

Zielgruppe:	Mitarbeiterinnen aus allen sozialen, medizinischen und pflegerischen Berufen, die Angehörige betreuen/pflegen und den Alltag in Doppelschicht meistern
Kursnummer:	43/10
Kursbeschreibung:	<p>Frauen wagen beides – Beruf und Familie. Während ihre Fähigkeiten und Talente im Beruf oft geschätzt werden, gestaltet sich die häusliche Karriere eher in Kurven. Das Bild der Hausfrau hat sich enorm gewandelt, die Arbeit ist geblieben und das Engagement der Familie muss täglich neu aufgebaut werden. Auch die berufliche Profession erfordert die Aufmerksamkeit der ganzen Frau.</p> <p>Das Seminar gibt uns die Möglichkeit unser Handeln in einem wertschätzenden Licht zu betrachten, uns auszutauschen über gelungene Lösungen und Haltungen, die innere Kraftquellen erschließen und uns stärken können.</p> <p>Themen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Anerkennung von Hausarbeit• Delegieren und Prioritäten setzen• Umgang mit Ambivalenzen und heraus aus der Zwickmühle• Freiräume schaffen• entlastende Ziele entwickeln• Auf der Spur von Handlungsimpulsen: Das Gewünschte in den Alltag bringen
Referentin:	Brigitte Schwarz-Wille
Termin:	Beginn: 08. März 2010 09:30 Uhr Ende: 09. März 2010 16:00 Uhr
Ort:	Barmherzige Brüder Kostenz
Anmeldung:	Für Mitarbeiter/innen der Barmherzigen Brüder erfolgt die Anmeldung über die Fortbildungsbeauftragten der jeweiligen Einrichtung, Adresse Seite 62. Personen, die nicht bei den Barmherzigen Brüdern arbeiten, melden sich direkt in Kostenz an, Adresse Seite 62.
Anmeldeschluss:	08. Januar 2010
Kosten für Kurs:	196,- €
Kosten für Tagesverpflegung:	43,- € Buchung weiterer Verpflegungsleistungen/Übernachtung siehe Anmeldeformular Seite 64.
Kursbegleiterin:	Kerstin Laumer
Teilnehmerzahl:	18