

Programm

Politisches Bildungsforum Baden-Württemberg
Landesbüro Stuttgart

Seite 1/3



„Alles unter einen Hut“

Politik, Ehrenamt, Familie, Beruf

Ein Seminar des Frauenkollegs Baden-Württemberg

25. März bis 26. März 2022

Hotel Krone, Wildberg

VA-Nr.: PBF-220325-F70

Eigene Freiräume schaffen, das wünschen sich viele Frauen, die Familie, Ehrenamt und Beruf unter einen Hut bringen. Das Seminar zeigt Wege auf, Anforderungen der Arbeitswelt mit ehrenamtlichen Aktivitäten und persönlichen Bedürfnissen in Einklang zu bringen.

Inhalte:

Welche Hüte habe ich auf und wie nehme ich meine aktuelle Situation wahr?

Was treibt mich an?

Immer erreichbar – und wo bleibe ich?

Balance zwischen steigenden Anforderungen und persönlicher Achtsamkeit

Was stresst mich wirklich und wie habe ich es bisher geschafft, Herausforderungen zu überwinden?
Der richtige Umgang mit Zwickmühlen, denn ich muss es nicht immer allen recht machen.

Zielgruppe: Frauen in Beruf und Ehrenamt

Programm

Politisches Bildungsforum Baden-Württemberg
Landesbüro Stuttgart

Freitag, 25. März 2022

Seite 2/3

Bis 15.45 Uhr	Anreise
16.00 Uhr	Begrüßung Tagungsleitung KAS
16.15 – 18.30 Uhr	Welche Hüte habe ich auf und wie nehme ich meine aktuelle Situation wahr? Resilienz - ein Zauberwort? Dorothea Maisch
18.30 Uhr – 20.00 Uhr	Abendessen
20.00 – 21.30 Uhr	Immer erreichbar – und wo bleibe ich? Dorothea Maisch

Samstag, 26. März 2022

Bis 09.00 Uhr	Frühstück
09.00 – 10.30 Uhr	Zwischen allen Stühlen: Raus aus den Zwickmühlen und mit Achtsamkeit die eigene Persönlichkeit stärken Dorothea Maisch
10.30 – 10.45 Uhr	Kaffeepause
10.45 – 12.15 Uhr	Eigene Potentiale entfalten: Was stresst mich wirklich und wie habe ich es bisher geschafft, Herausforderungen zu überwinden? Dorothea Maisch
12.15 – 13.15 Uhr	Mittagessen
13.15 – 14.45 Uhr	Wie kann ich überzeugen: Kraft der Gedanken – Energie der Ziele – Stärken der Werte Dorothea Maisch
14.45 – 15.00 Uhr	Kaffeepause
15.00 – 16.00 Uhr	Die Wirkung von Netzwerken: „Man“ braucht ein starkes Netzwerk – Frauen können es auch! Dorothea Maisch
16.00 Uhr	Verabschiedung und Ende des Seminars Tagungsleitung KAS

Programm

**Politisches Bildungsforum Baden-Württemberg
Landesbüro Stuttgart**

Seite 3/3

Programmänderungen vorbehalten

Konzeption:	Nina Zimmer, Simone Iliou
Referentin:	Dorothea Maisch
Anmeldelink:	https://aoweb.kas.de/KAS_VaAnmeldung/Teilnehmerdaten.aspx?id_v=71935&a_A=1
Tagungsleitung:	Andrea Mügend
Tagungsbeitrag:	70 € (inkl. Unterkunft und Verpflegung), 50 Euro ermäßigt
Organisation:	Janina Schauerhammer Konrad-Adenauer-Stiftung e. V. Sekretariat/Sachbearbeitung Lange Straße 51, 70174 Stuttgart T +49 711 / 870 309-50 F +49 711/870 309-55 janina.schauerhammer@kas.de
Veranstaltungsstätte:	Gasthof-Hotel Krone Wildberg Talstraße 68 72218 Wildberg
Feedback:	kas-bw@kas.de



Ihre persönlichen Daten werden gemäß Art. 4 DSGVO im Einklang mit den Bestimmungen der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und dem Bundesdatenschutzgesetz (BDSG-neu) von der Konrad-Adenauer-Stiftung e.V. verarbeitet und zur Durchführung der Veranstaltung verwendet. Informationen über Ihre Rechte finden Sie hier: <https://www.kas.de/DSGVO-Veranstaltung>.

Die Veranstaltung wird multimedial begleitet. Mit der Anmeldung erklären Sie Ihr Einverständnis, dass die Konrad-Adenauer-Stiftung e.V. das vor, während oder nach der Veranstaltung entstandene Foto- und Filmmaterial zeitlich unbegrenzt sowohl im Online- als auch Printformat für Zwecke der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit verwenden darf. Sollten Sie mit der Aufnahme und der Veröffentlichung von Bildern Ihrer Person nicht einverstanden sein, bitten wir um unmittelbare Mitteilung beim Gästeservice zu Beginn der Veranstaltung. Ihnen werden dann gesonderte Plätze zugewiesen.