

Female empowerment. Frauenpower leben

- Anlass** ◆ Frauen stellen ihre Bedürfnisse öfter in den Hintergrund als Männer. Dies führt zu Frust und Unzufriedenheit, was schlussendlich weder der Frau noch dem Mann zugute kommt. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit dem ganz persönlichen Bereich in welchem wir mehr Power haben möchten. Individuell und im Plenum. Wir kreieren in dieser Auszeit im Schloss Ipsach konkrete Visionen und Vorgehen für jede einzelne Frau. Wir sind offen, neugierig und lassen uns inspirieren. Vor allem aber kehren wir unaufhaltsam in den Alltag zurück und leben unsere Kraft nachhaltig.
- Inhalt** ◆
- Mentale Kraft anwenden für die eigenen Ziele
 - Der gewinnbringende Umgang mit den eigenen Stärken und Schwächen
 - Wirkungsvoll argumentieren und auftreten
 - Der förderliche Umgang mit Kolleg/innen und Vorgesetzten
 - Professionell Netzwerken
 - Eigene und fremde Fehler nutzen um aus Steinen, die im Weg sind, ein Gebäude zu errichten
 - Persönliche Ziele haben und dafür konkrete Pläne entwerfen
- Ziele** ◆ Die Teilnehmerinnen lernen mentales Training kennen, können mit den eigenen Stärken und Schwächen besser umgehen und setzen ihre Power erfolgreich für ihre persönlichen und beruflichen Ziele um
- Referentin** ◆ Rita Mancini, Dipl. Kauffrau des Detailhandels, Dipl. Erwachsenenbildnerin HF, Dipl. Mentaltrainerin ILP, www.rita-mancini.com
- Adressatenkreis** ◆ Frauen, welche Impulse wollen um gestärkt in der Berufs- und Privatwelt ihre Interessen managen zu können.
- Teilnehmerzahl** ◆ Maximal 12 Frauen
- Datum, Zeit** ◆ Freitag + Samstag, 11.+12. November 2022, 09.15 – 17.00 Uhr
- Ort** ◆ Schlössli Ipsach, Ipsachstrasse 13, 2563 Ipsach BE, 032 332 26 26
- Anmeldung** ◆ Bis spätestens **Freitag, 14. Oktober 2022** ans Bildungsinstitut ARC, Tel. 031 370 21 11 oder über die Homepage www.formation-arc.ch
- Kurskosten** ◆ Für **Mitglieder** werden die Kosten wie folgt übernommen:
- Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
 - transfair / transfair Post: 2 Kurse / Jahr
 - SwissPersona: max. 1'000 CHF / Jahr
- Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.
- Nichtmitglieder:** CHF 1'150.—
(inkl. Kursunterlagen, Übernachtung und Mahlzeiten)
- Mitnehmen** ◆ Schreibzeug