

# REGIONALES MENTORING SEMINARANGEBOT 2017

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 Generationenreferates 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. Barbara Schwarz  
Landesrätin für Frauenangelegenheiten

### ALLGEMEINE INFORMATION:

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

### VORAUSSETZUNG FÜR DIE TEILNAHME:

Sie sind Mentorin oder Mentee im Regionales Mentoring Programm des Referates Generationen des Landes NÖ oder in der Vernetzung der Wirtschaftskammer NÖ women-network.

### ANMELDUNG:

Amt der NÖ Landesregierung  
Abteilung Allgemeine Förderung  
und Stiftungsverwaltung F3  
Referat Generationen  
Landhausplatz 1  
3109 St. Pölten

### FÜR SEMINARE UND

### FÜR MENTORSCHAFTSVERMITTLUNG:

TELEFON: 02742/9005-12989

E-MAIL: frauen@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.

22. März 2017, Mittwoch 9.00 - 17.00

## Kommunikation - empathisch.besser.punktgenau



**Susanna Fink**

Seminare/Coachings/Moderationen

SEMINARBEITRAG: € 80,-

ANMELDESCHLUSS: 8. März 2017

TEILNEHMERINNEN: max. 12

www.susanna-fink.at

Erfolgreich sind diejenigen, die klar, fair und klug kommunizieren! Stärken Sie die Schlüsselfaktoren wie Körpersprache, Authentizität, Gesprächsführung, Wortwahl, Empathie, Durchsetzungsstärke und Fragefertigkeit!

Sie bringen somit Ihre Gespräche auf den Punkt, verschaffen sich Einblicke in die Denkweise Ihres Gesprächspartners oder Gesprächspartnerin und meistern auch anspruchsvolle Kommunikationssituationen!

- Erfolgsfaktoren gelungener Kommunikation
- Körpersprache - offenes Buch oder oft fehlinterpretiert?
- Gesprächskiller „Vorurteile“
- Männersprache - Frauensprache - was Sie wissen sollten!
- Die Kunst des klugen Fragens
- Empathie - wissen, was beim anderen wirkt
- Souverän bei Killerphrasen, Kritik, Feedback & Co
- Nie mehr sprachlos - Strategien gegen Sprachlosigkeit

17. Mai 2017, Mittwoch 9.00 - 17.00

## Vorträge halten, öffentlich sprechen: der weibliche Weg



**Barbara Pacht-Eberhart**

Akademische Atempädagogin,  
Dialogprozessbegleiterin, Autorin

SEMINARBEITRAG: € 80,-

ANMELDESCHLUSS: 3. Mai 2017

TEILNEHMERINNEN: max. 14

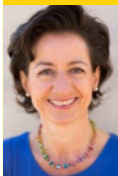
www.barbara-pacht-eberhart.at

Einen Vortrag zu halten, das muss nichts sein, was Sie oder Ihre Stimme zum Zittern bringt. Ein Vortrag kann sich anfühlen wie eine herzliche Begegnung mit anderen Menschen - und mit einem Thema, das Sie berührt und bewegt. Treten Sie im Seminar in Kontakt mit Ihren Herzensanliegen und üben Sie, diese in Klarheit, voll Wärme, von Mensch zu Mensch zu kommunizieren.

- Vor anderen sprechen und dabei bei sich bleiben
- Freundschaft schließen mit dem Mikrofon
- Themen, die Ihnen am Herzen liegen aufspüren, erkunden und strukturieren, um sie gut zu kommunizieren
- Ziel: Vorträge im Kurz- und Langformat (15 bis 45 min) als Chance zur authentischen Begegnung erleben und als Raum nutzen, in dem Wesentliches stattfinden kann.

27. September 2017, Mittwoch 9.00 - 17.00

## „So wirken Siegerinnen“ Ein Tag für Frauen und ihre Stimme



**Ingrid Amon**

Expertin für Stimm- & Sprechtraining

SEMINARBEITRAG: € 80,-

ANMELDESCHLUSS: 13. September 2017

TEILNEHMERINNEN: max. 15

www.iamon.at

Frauen müssen heute auf vielen Ebenen beruflich und privat sprechen, argumentieren, motivieren, überzeugen, Grenzen setzen, Einfluss nehmen, begeistern und Vieles mehr. Zur fachlichen Kompetenz gehört heute eine zeitgemäße persönliche Stimm- und Sprechtechnik. Der Ton macht die Musik und Stimme macht Stimmung. Viele Frauen erleben ihre eigene Stimme oft zu wenig wirkungsvoll.

Das Wissen um die eigenen stimmlichen Möglichkeiten der Stimme ist von großer Bedeutung, da sie Kompetenz und Glaubwürdigkeit signalisiert: mehr Anklang und ein hörbar besseres Echo finden!

- Im Mittelpunkt: die individuelle Stimm-Analyse / Wie wirkt Stimme auf die ZuhörerIn
- Überzeugend sprechen: Mehr Sprechdynamik und mehr Elan durch den bewussten Einsatz der Sprechtechniken
- Präsenz hören lassen: Aktivierung des individuellen Stimm-Potentials
- Gestik und Körpereinsatz im Hinblick auf den Stimm-Klang und die Präsenz
- Einsatz der Übungs-CD zur Sicherung des Transfers und persönliche Trainings-Tipps
- SPECIAL-Woman: Männer reden anders, Frauen auch. Nie wieder überhört werden!

18. Oktober 2017, Mittwoch 9.00 - 17.00

## „Das wäre doch gelacht...“ Mit Humortechniken zu mehr Arbeitszufriedenheit und Erfolg



**Mag. Marie Osterbauer-Hofer**

systemische Unternehmensberaterin, Organisationsentwicklerin, Führungskräfteberaterin und Coach, dipl. Humorberaterin

SEMINARBEITRAG: € 80,-

ANMELDESCHLUSS: 4. Oktober 2017

TEILNEHMERINNEN: max. 14

www.oho-consulting.at

Humor ist kein Schönwetterprogramm, wenn beruflich und privat alles gut läuft, sondern eine immer wirksame Haltung und ernstzunehmende Kompetenz - gerade wenn „Schluss mit lustig“- ist: Wenn's also zu eng wird, alles zuviel wird, der Druck zu groß wird, Konflikte aufbrechen und Emotionen hochgehen ...

In diesem Training können Sie Humor als Ressource für Ihren Arbeitsalltag (wieder)entdecken, die

- Sie selbst und Ihre KollegInnen mental wieder in Schwung bringt
- Sie rasch raus aus der Frustrations-Zynismus-Ecke führt
- die Schwere aus schwierigen Situationen nimmt und einen leichteren, konstruktiveren Umgang mit Fehlern, Konflikten und Aggressionen ermöglicht und Ihnen mehr Spaß und Erfolg in der täglichen Arbeit bringt.

Erweitern und ergänzen Sie Ihre sozialen Kompetenzen, erkennen Sie Ihren ganz persönlichen Humorstil und lassen Sie sich auf einen lustvollen Lernprozess ein!