



**Absender**

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Bitte  
ausreichend  
frankieren

Antwort

Dr. Manja Seelen  
Katholischer Deutscher Frauenbund  
Mauenheimer Str. 75  
50733 Köln

### Kontakt

Informationen zum **Workshop** und zur **Anmeldung** gibt es hier:

Dr. Manja Seelen  
Katholischer Deutscher Frauenbund  
Mauenheimer Str. 75  
50733 Köln  
E-Mail: [projekt@frauenbund-koeln.de](mailto:projekt@frauenbund-koeln.de)



### Veranstalter

Katholischer Deutscher Frauenbund e.V.  
Bundesverband in Kooperation mit den  
KDFB-Diözesanverbänden  
Augsburg, Rottenburg-Stuttgart und Köln.  
Weitere Informationen zum Gesamtprogramm erteilt gerne:



Dr. Heike Berger  
KDFB-Bundesgeschäftsstelle  
Kaesensstraße 18  
50677 Köln  
Tel.: 0221 - 860 92 31  
E-Mail: [heike.berger@frauenbund.de](mailto:heike.berger@frauenbund.de)  
[www.frauenbund.de](http://www.frauenbund.de)

gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

# Einstieg, Umstieg, Aufstieg!



Ein Workshop für Frauen  
nach Erwerbspausen  
Köln | 17. – 19.09.2010



kompetent solidarisch engagiert

# Alles nur eine Sache der Vereinbarung? – Familie und Beruf

Viele Frauen, die für die Erziehung von Kindern oder die Pflege von Angehörigen „pausiert“ haben, möchten wieder beruflich tätig werden. So unterschiedlich die Frauenleben, so unterschiedlich sind dabei auch die Motive und der Zeitpunkt der Entscheidung. Ähnlich sind aber oft die Unsicherheiten, die mit dem Wunsch zur Veränderung einhergehen. Vieles ist zu bedenken, neu abzusprechen, anders zu gestalten. Der Katholische Deutsche Frauenbund e. V. (KDFB) möchte Frauen in dieser Phase professionell beraten und sie bei der Realisierung ihrer Pläne gezielt unterstützen.

Der KDFB ist Teil der internationalen Frauenbewegung und setzt sich seit seiner Gründung für die Rechte und Interessen von Frauen in Gesellschaft, Politik und Kirche ein. In den letzten Jahrzehnten ist von politischer Seite viel für die Verbesserung der Gleichstellung von Frauen und Männern getan worden. Doch besonders auf dem Arbeitsmarkt kann von Chancengleichheit noch lange keine Rede sein. So verdienen Frauen zum Beispiel noch immer durchschnittlich ein Viertel weniger als Männer. Dies liegt zu einem wesentlichen Teil auch an familienbedingten Erwerbsunterbrechungen, die weibliche Berufsbiographien häufiger und deutlich länger kennzeichnen als männliche Lebensläufe.

Gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend bietet der KDFB mit diesem Workshop und einem sich anschließenden Mentoring-Programm ein maßgeschneidertes Programm für alle Frauen an, die nach Familienpausen wieder berufstätig sein möchten: Im Workshop entwickeln Sie Perspektiven für Ihre berufliche Zukunft, tauschen sich mit anderen Frauen aus und stärken Ihre Kompetenzen. Die Ergebnisse der Veranstaltung, Ihre Wünsche und Vorstellungen, können Sie in der Folgezeit mit einer eigens für Sie ausgewählten Mentorin konkretisieren.



## Zielgruppe

Das Angebot richtet sich an Frauen aller Altersgruppen und aus allen Arbeitsbereichen, die nach langen oder kurzen Unterbrechungen wieder beruflich tätig werden möchten. Eine Mitgliedschaft im KDFB oder eine konfessionelle Bindung ist keine Voraussetzung. Die Teilnehmerinnenanzahl ist auf zehn Frauen begrenzt.

## Programm

Innerhalb des Workshops wird Zeit sein für folgende Schwerpunkte:

- **Unterstützung bei individueller Standortbestimmung und Zielformulierung**
- **Austausch über den Stellenwert von Arbeit und Verdienst**
- **Information über Entgeltgleichheit im Geschlechterverhältnis**
- **Kompetenztraining für (Gehalts-)verhandlungen**
- **Start des Mentoring-Programms**
- **Aufbau eines Frauennetzwerkes**

## Leistungen

- Begleitung durch professionelle Trainerin
- kostenlose Teilnahme am Workshop (inkl. Verpflegung und Übernachtung)
- kostenlose Teilnahme am Mentoringprogramm

## Anmeldung\* zum Programm Einstieg, Umstieg, Aufstieg!

Ich bin an einer Teilnahme am Workshop und am Mentoringprogramm interessiert, bitte senden Sie mir die Bewerbungsunterlagen zu.

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
E-Mail

\_\_\_\_\_  
Datum, Unterschrift

 \* Bitte Anmeldung an der gestrichelten Linie abtrennen, ausfüllen und frankieren und bis spätestens **21.08.2010** zurücksenden.