



# FRAUEN[sache]

Programm 2017 / 18

**KoKon**  
beratung  bildung für frauen

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



MINISTERIUM  
FÜR EIN  
LEBENSWERTES  
ÖSTERREICH

LE 14-20  
Entwicklung für den Ländlichen Raum



LAND  
SALZBURG



Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums.  
Hier investieren. Entdecken in  
die ländlichen Gebiete.



## FRAUENSACHE

Präventive Maßnahmen zur Stärkung der Frauen in der ländlichen Region. Frauen sind das Rückgrat der Gesellschaft in ländlichen Gebieten. Nicht nur in Entwicklungs- und Schwellenländern müssen Frauen in ländlichen Gebieten Nachteile hinnehmen, auch hierzulande haben Frauen auf dem Land einige Nachteile gegenüber Frauen in der Stadt.

Das Projekt „Frauensache“ soll sich unterschiedlichen frauenspezifischen Themen widmen, um Defizite transparent zu machen und zu überwinden. Den Teilnehmerinnen soll bei unterschiedlichen Seminaren und Expertinnen-vorträgen Wissen zugänglich gemacht werden.

Durch neue Kontakte zu anderen Frauen und Expertinnen soll gewährleistet werden, dass Hürden leichter überwunden, Selbstbewusstsein gestärkt und neue Netzwerke entstehen können.

*Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union (LEADER)*

## INHALTSVERZEICHNIS SEMINARE / VORTRÄGE

Stress - Ängste - Burn Out. . . . .	Seite 5
Frauenbilder durch die Linse von Erika Hubatschek . . . . .	Seite 6
Nutzen Sie die Macht Ihrer Stimme. . . . .	Seite 7
Lebe Dein ganzes Potential. . . . .	Seite 9
Informationen zur Numerologie. . . . .	Seite 10
Finden Sie das richtige Wort zur richtigen Zeit . . . . .	Seite 11
Mutmachen zum Mitmachen . . . . .	Seite 14
Abschlussveranstaltung. . . . .	Seite 15



## STRESS - ÄNGSTE - BURN OUT

Die Negativ-Spirale stoppen! Schwarze Tunnel erleuchten! Bei diesem Workshop lernen Sie, die Anzeichen frühzeitig zu erkennen. Rechtzeitig reagieren hilft enorm! Wann reicht Selbstmanagement, wann professionelle Hilfe?

Viele Anregungen, erst gar nicht so weit aus der Mitte zu kommen.

---

**Dauer:** 3 Stunden von 18:30 - 21:30 Uhr

**Tirol:** 18.01.2017

**Salzburg:** 19.01.2017

**Vortragende:** Kristina Sommerauer MSc

## FRAUENBILDER DURCH DIE LINSE VON ERIKA HUBATSCHEK

Als Pionierin in der Schwarz-Weiss-Fotografie gelang es Erika Hubatschek schon im letzten Jahrhundert, Frauen in einer besonderen Art und Weise abzubilden. Die alpine Kulurlandschaft bildete dabei den perfekten Hintergrund. Anlässlich des internationalen Frauentags wird diese Ausstellung im Atelier „Kunstraum Hopfgarten“ (Brixentalerstr. 8) ab 8. März 2017 und ab 20. Oktober 2017 im Nationalparkzentrum in Mittersill im Rahmen des Projektes Frauensache stattfinden.

---

<b>Dauer:</b>	3 Stunden von 19.00 Uhr bis 22.00 Uhr
<b>Tirol:</b>	08.03.2017
<b>Salzburg:</b>	20.10.2017
<b>Vortragende Tirol:</b>	Irmtraud Hubatschek & Mag. Elisabeth Stögerer-Schwarz
<b>Vortragende Salzburg:</b>	Irmtraud Hubatschek & LP Dr. Brigitta Pallauf

## NUTZEN SIE DIE MACHT IHRER STIMME – SO SPRECHEN SIE ÜBERZEUGEND!

Nahezu alle Verkaufstrainings beschäftigen sich nur mit dem Inhalt. Das ist gut, aber zu wenig. Denn Sie werden dann zwar inhaltlich besser, vielleicht sogar exzellent, aber nur in Ihren Worten. Und das nützt Ihnen nicht viel, wenn Sie mit Ihrer Stimme und Betonung etwas anderes sagen. Die Sprache ist ein komplexes System. Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile. Die hohe Kunst ist es, Stimme, Sprechtechnik und Inhalt zu einem erfolgreichen System zusammenzustellen.

---

**Dauer:** 1 Tag von 9:00 bis 17:00 Uhr

**Tirol:** 31.03.2017

**Salzburg:** 01.04.2017

**Vortragende:** Mag. Barbara Blagusz





## LEBE DEIN GANZES POTENZIAL

Lebe Deine Träume, verträume nicht Dein Leben!

Gedanken sind unser größtes Potenzial, wenn sie positiv, zielgerichtet und vor allem liebe- und freudvoll sind!

Bei diesem Workshop entdecken Sie, wo genau Sie die „Handbremse“ gezogen haben. Vor allem aber, wie Sie sie ganz schnell wieder lösen!

---

**Dauer:** 3 Stunden von 18:30 - 21:30 Uhr

**Tirol:** 03.05.2017

**Salzburg:** 04.05.2017

**Vortragende:** Angelika Bots-Hözl

## ERFAHREN SIE MEHR ÜBER SICH – EINE NUMEROLOGISCHE GEBURTSDATENANALYSE HilFT DABEI!

Mit Ihrer Geburtsdatenanalyse erhalten Sie Möglichkeiten, Potentialschwerpunkte und berufliche Chancen zu erkennen. Andrea Erlsbacher ist Expertin der Numerologie und zeigt in diesem Seminar auf, wie man das Wissen praktisch umsetzen kann.

---

**Dauer:** 3 Stunden von 18:30 - 21:30 Uhr

**Tirol:** 20.09.2017

**Salzburg:** 21.09.2017

**Vortragende:** Andrea Erlsbacher

## FINDEN SIE DAS RICHTIGE WORT ZUR RICHTIGEN ZEIT

Gute Gespräche führen - Finden Sie das richtige Wort zur richtigen Zeit. Der Alltag ist gespickt mit Situationen, in denen es uns ein Herzensanliegen ist, ein Gespräch gut zu führen, einen Konflikt gut zu lösen, etwas Unangenehmes ansprechen zu können. Beruflich wie privat wachsen Beziehungen mit Gesprächen, die gegenseitiges Verstehen ermöglichen und gemeinsame Wege sichtbar und spürbar machen. In diesem Seminar setzen sich die Teilnehmerinnen mit positivem Gesprächsverhalten auseinander, so dass sich dann in ihrer Familie, zwischen Generationen, am Arbeitsplatz, im Verein oder in der Freundinnenrunde vieles leichter ansprechen lässt.

---

**Dauer:** 3 Stunden von 18:30 - 21:30 Uhr

**Tirol:** 11.10.2017

**Salzburg:** 12.10.2017

**Vortragende:** Kristina Sommerauer MSc





## MUTMACHEN ZUM MITMACHEN

Dieses Seminar richtet sich an alle Interessierten, die eine aktive Rolle in Vereinen, Organisationen oder Betrieben bekleiden.

Sicheres Auftreten, die Grundregeln der Rhetorik und Körpersprache und wie bereite ich mich auf den Auftritt vor.

Sie erhalten wertvolle kreative und persönliche Praxistipps.

---

**Dauer:** 3 Stunden von 19:00 - 22:00 Uhr

**Tirol:** 22.11.2017

**Salzburg:** 23.11.2017

**Vortragende:** Angelika Bots-Hölzl

## ABSCHLUSSVERANSTALTUNG

Wir lassen die Highlights unserer Seminarreihe kurz revuepassieren. Die Vortragenden der Seminare geben uns via Videoleinwand ein kurzes Interview zu ihren Eindrücken. Wir sammeln Verbesserungswünsche bei den Teilnehmerinnen ein. Gemeinsam feiern wir unseren Erfolg für das abgeschlossene Projekt "Frauensache" und diskutieren über eine eventuelle Fortsetzung.

---

**Dauer:** 3 Stunden von 18.30 – 21.30 Uhr

**Tirol & Salzburg:** 05.04.2018

**Eintritt frei**

# FRAUEN[sache]

**KoKon**  
Beratung  Bildung für Frauen

[www.frauen-sache.at](http://www.frauen-sache.at)



[Koordinatorin]

**Annemarie Laiminger**

E-Mail: [tirol@frauen-sache.at](mailto:tirol@frauen-sache.at)

Telefon: +43 664 6520 943

[Koordinatorin]

**Angelika Bots-Hözl**

E-Mail: [salzburg@frauen-sache.at](mailto:salzburg@frauen-sache.at)

Telefon: +43 664 3271 400

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



MINISTERIUM  
FÜR EIN  
LEBENSWERTES  
ÖSTERREICH



tirol  
Unser Land



LAND  
SALZBURG



Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums.  
Hier Investieren. Europa in  
die ländlichen Gebiete.



Gefördertes LEADER Projekt der beiden Regionen Kitzbüheler Alpen und Nationalpark Hohe Tauern.