

## 5 Geld & Arbeit Grundlagen

Das Arbeitsrecht ist ungemein vielfältig, überaus komplex und das wichtigste Regelwerk für alle Arbeitnehmer:innen. Wer sich gut auskennt, ist im Vorteil. Die essenziellen Basics erfahren Sie in diesem Webinar. Etwa, wie ein Arbeitsvertrag aussehen sollte, ob es einen Mindestlohn gibt, wie Pausen geregelt sind oder die Arbeitszeit bzw. Überstunden geplant werden dürfen. Darüber hinaus sind z. B. Urlaubsansprüche und Kündigung des Arbeitsverhältnisses Thema.

Mittwoch, 24. Juni 2026, 16–19 Uhr  
Mag<sup>a</sup> Isabella Turner

## 6 Gut auskommen mit dem Einkommen Alleinerziehende

Machen Sie das Beste aus Ihrem Familienbudget: Nicht nur Geld, sondern auch gegenseitige Hilfe gibt Ihnen mehr Sicherheit. Mit Phantasie und Offenheit lassen sich Wege finden, um ein tragfähiges Fundament zu bauen. In diesem Webinar erhalten Sie Informationen über Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten. Schöpfen Sie in der Gruppe aus dem Erfahrungsschatz der Teilnehmerinnen und tauschen Sie Wissen darüber aus, was sich bewährt hat.

Mittwoch, 16. September 2026, 16–19 Uhr  
Stefanie Neulinger

## 7 Digi Money Apps & Tools

Die Digitalisierung bringt auch praktische Neuerungen für Haushaltsbuch, Bankwege, Budget und Sparen: Onlinebanking, Sofortüberweisung und PayPal sind die bekanntesten. Doch es gibt auch Apps, die eine Verwaltung der Einnahmen und Ausgaben bieten. Statistiken und Grafiken bereiten die Eingaben visuell auf und selbst Kassenzettel oder Rechnungen können digital erfasst, Fixkosten eingetragen und alle Geldbewegungen gespeichert werden. Wir stellen eine Auswahl vor.

Dienstag, 3. November 2026, 16–19 Uhr  
Miriam Osterberger, BEd MA

## 8 Geld & Beziehung Finanzen gemeinsam managen

Geld ist in vielen Beziehungen ein heikles Thema und von Werten und Emotionen geprägt. Die unterschiedlichen Einstellungen zu Geld können Ursache von Konflikten sein, wodurch sachliche Gespräche kaum möglich sind. In diesem Webinar geht es um die Frage, wie es gelingt, das Thema ohne Konflikte anzugehen. Gemeinsam beleuchten wir die emotionalen, praktischen und psychologischen Aspekte von Geld in Beziehungen. Gemeinsam sehen wir uns an, wie Geld das Zusammenleben und die Dynamik in Beziehungen beeinflusst.

Donnerstag, 26. November 2026, 16–19 Uhr  
NN

## 9 Online-Vorträge Termine & Themen

### Meine Pension

Dienstag, 21. April 2026, 18.30–20.30 Uhr  
Mag<sup>a</sup> Petra Stumptner-Diethör

### Gehalt verhandeln

Dienstag, 9. Juni 2026, 18.30–20.30 Uhr  
Martina Ernst

### ETFs, Aktien & Fonds Basic

Dienstag, 22. September 2026, 18.30–20.30 Uhr  
Regina Schickinger

### ETFs, Aktien & Fonds Advanced

Dienstag, 6. Oktober 2026, 18.30–20.30 Uhr  
Regina Schickinger

### Geldleben clever planen

Dienstag, 29. September 2026, 18.30–20.30 Uhr  
Lena Gugenberger, Three Coins

### Geld & Recht

Mittwoch, 18. November 2026, 17.00–19.00 Uhr  
Mag<sup>a</sup> Isabella Turner

### ANMELDUNG & INFORMATION

#### WORKSHOPS

Brigitte Karl  
b.karl@frau-und-arbeit.at  
T +43 662 88 07 23-22

#### VORTRÄGE

Bettina Rieser  
buero@kokon-frauen.com  
T +43 650 604 09 40

[www.kokon-frauen.com](http://www.kokon-frauen.com)

[www.frau-und-arbeit.at](http://www.frau-und-arbeit.at)

Impressum Für den Inhalt verantwortlich:  
Frau & Arbeit gGmbH, Sterneckstraße 31,  
5020 Salzburg, T +43 (0)662 880723,  
info@frau-und-arbeit.at. Stand: 02.2026  
Foto: © Manuel Horn, Land Salzburg; istockphoto.com



Teilnahme  
kostenlos

# Frau & Geld 2026

## Finanzbildung für Frauen.



### Für mehr Unabhängigkeit.

Damit eine Frau ein selbstbestimmtes und sicheres Leben führen kann, ist es unerlässlich, sich mit dem Thema Finanzen auseinanderzusetzen. Nur dann ist es möglich, wirklich unabhängig zu sein.

Leider verdienen viele Frauen immer noch weit weniger als Männer. Sei es die Übernahme von unbezahlter Care-Arbeit, einer Berufstätigkeit in sogenannten „Frauenberufen“ oder Teilzeitarbeit aufgrund von Kinderbetreuung: Frauen stehen in vielen Fällen schlechter da.

Der Equal Pay Day zeigt uns jedes Jahr, wie weit wir noch gehen müssen, um in einer Gesellschaft zu leben, in der das Geschlecht keinen Einfluss auf die Bezahlung hat. Je mehr Frauen in diesem Bereich wissen und je früher sie sich darum kümmern, desto besser sind die Erfolgschancen.

Ich ermutige Sie, die in diesem Folder enthaltenen Angebote anzunehmen und für mehr finanzielle Sicherheit in Ihrem Leben zu sorgen.

Mag<sup>a</sup> Daniela Gutsch  
Landesrätin

## Bewusst mit Geld umgehen.

Die Ursachen für die ungleiche Verteilung von Einkommen und Vermögen sind überwiegend strukturell bedingt. Frauen arbeiten überwiegend in „typischen Frauenberufen“, in denen das Lohnniveau niedrig ist. Oder entscheiden sich aus unterschiedlichen Gründen für Teilzeit und haben dadurch ein geringeres Einkommen. Damit Frauen finanziell ein möglichst gutes Leben führen können, braucht es entsprechendes Wissen. Und genau dieses Wissen wird in den Online-Workshops vermittelt.

Mit dieser Webinarreihe möchten wir Sie ermutigen, dass Sie sich mit Ihrer eigenen wirtschaftlichen Situation auseinandersetzen, gut mit Geld umgehen und ein selbstbestimmtes Leben führen.

### Themen der einzelnen Module

- Wertvorstellungen und Handlungsmuster
- eigener Umgang mit Geld
- Wirtschaftliche und finanzielle Zusammenhänge
- Einnahmen und Ausgaben, Konsumverhalten etc.
- Ziele definieren, eigene Strategien entwickeln
- persönliche Fragestellungen bearbeiten

### Methoden

Theorie-Inputs, praktische Übungen, Arbeit in Kleingruppen. Die Module finden online statt.

Eine kostenlose Beratung ist bei Frau & Arbeit oder Kokon Beratung + Bildung für Frauen nach Terminvereinbarung jederzeit möglich.

*Die Teilnahme ist kostenlos, bitte melden Sie sich an.*

## 1 Darum verdienen Frauen weniger

Frauen arbeiten mehr Stunden als Männer und werden deutlich schlechter bezahlt. Das liegt auch daran, dass sie nach ihrer bezahlten Erwerbsarbeit in die zweite – unbezahlte – Schicht gehen. Das Ansehen einer Branche sinkt, wenn Frauen in diese drängen – und das Gehalt gleich mit. Das ist himmelschreiend ungerecht, auch weil Frauen heute besser ausgebildet sind als Männer. Gemeinsam finden wir heraus, welche Antworten die feministische Ökonomie auf diese Fragen hat.

Mittwoch, 6. Mai 2026, 18–21 Uhr  
Barbara Schuster, PhD, Momentum Institut

## 2 Money Mindset Vom eigenen Umgang mit Geld

Das Mindset steht im Zentrum dieses Webinars, also die Denkweise und die individuellen Glaubenssätze in Verbindung mit Geld. Was bedeutet Geld für mich? Die Art, wie wir mit Geld umgehen und welchen Blick wir darauf haben, wird von unseren Erfahrungen (positiv oder negativ) geprägt. Wir finden heraus, welche Glaubenssätze hinderlich und welche förderlich sein können und entwickeln eine positive innere Haltung – ein positives Money Mindset.

Montag, 18. Mai 2026, 15–20 Uhr  
Mag<sup>a</sup> Andrea Kirchtag

## 3 Mein Geld Der Haushaltsplan

Fachwissen ist gut, doch die eigenen Geldangelegenheiten im Detail zu betrachten, ist besser. Denn erst wenn klar ist, woher das Geld kommt und wohin es geht, können wir uns finanzielle Ziele setzen. Wir gehen folgenden Fragen nach: Wie viel Geld habe ich monatlich zur Verfügung? Wo kann ich einsparen? Worauf kann ich verzichten? Praktische Tipps und die Erstellung eines Haushaltsplans sind ebenfalls Themen dieses Webinars.

Donnerstag, 22. Oktober 2026, 9.00–13.30 Uhr  
Mag<sup>a</sup> Isabella Turner

## 4 Geld & Schutz Versicherungen

Sicher gut versichert? Darüber nachdenken lohnt sich und auch, Versicherungsverträge genau anzusehen. Denn manchmal hält eine Versicherung nicht, was sie verspricht. Wie behalten Sie auf diesem relativ unübersichtlichen Markt den Überblick? Welche Versicherung ist wichtig? Wie viel darf eine Versicherung kosten und was sollte mir dafür geboten werden? Welche Altersvorsorge ist empfehlenswert? Antworten auf diese und weitere Fragen gibt die Expertin.

Mittwoch, 1. Juli 2026, 17–19 Uhr  
Susanne Bauer, Versicherungskauffrau