



---

# SEMINAR FÜR FRAUEN ZUM BERUFLICHEN WIEDEREINSTIEG

Veröffentlicht am 30.10.2019 um 13:28 von Redaktion Stodo.NEWS

**Am 07. November 2019 von 9:30 bis 12 Uhr können**

**Frauen, die wieder ins Berufsleben einsteigen, ihr persönliches Zeitmanagement optimieren.**

Ziel dieses Kurzseminars im Stockelsdorfer Rathaus ist, die beruflichen Anforderungen besser mit dem Privatleben in Einklang zu bringen und die eigenen Ressourcen zielgerichteter einzusetzen.

Sabine Axt von der Beratungsstelle FRAU & BERUF arbeitet mit den Teilnehmerinnen zunächst die Zeitfresser und weitere Stressfaktoren des täglichen Alltags heraus. Persönliche Gewohnheiten werden reflektiert und Instrumente für nachhaltiges Zeit- und Selbstmanagement werden vorgestellt. Die Teilnehmerinnen entwickeln eine persönliche Strategie für mehr Effizienz im Handeln, wodurch sie auch gelassener werden.

Darüberhinaus bietet Sabine Axt, die auch Coach und Therapeutin ist, Einzelberatung an. Hier wird im vertraulichen Rahmen eine persönliche Standortbestimmung erarbeitet, anhand derer die künftige berufliche Ausrichtung entwickelt wird.

**Verbindliche Anmeldungen zu den kostenfreien Angeboten nimmt FRAU & BERUF unter [sabine.doretz-axt@faw.de](mailto:sabine.doretz-axt@faw.de) entgegen. Weitere Informationen gibt die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Stockelsdorf unter 0451/4901-117 oder [g.dietrich@stockelsdorf.de](mailto:g.dietrich@stockelsdorf.de)**

Veranstalterinnen sind die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Stockelsdorf und die Beratungsstelle FRAU & BERUF, ein Projekt der Fortbildungsakademie der Wirtschaft gGmbH.

Aussender: Gemeinde Stockelsdorf