



POSSIBLE

BERUFLICH ERFOLGREICH NACH DER ELTERNZEIT **WORKSHOP** FÜR MÜTTER UND VÄTER

Vereinbarkeit von Beruf und Familie, das ist die Herausforderung, vor der immer mehr Frauen und Männer stehen. Dahinter verbirgt sich das Jonglieren mit vielfältigen Ansprüchen und Anforderungen im Job und zu Hause, an sich selbst und andere.

Der Wiedereinstieg in den Beruf nach der Elternzeit gelingt leichter und besser, wenn die Vorbereitung stimmt. Wer sich dem Abenteuer „Kind & Karriere“ widmet, braucht einen guten Plan, strukturiertes Vorgehen, Kommunikationsfähigkeit, Krisenkompetenz und die Fähigkeit zur Selbstreflexion. Darum soll es in unserem Workshop gehen.

Der Workshop richtet sich an Frauen und Männer in der Elternzeit im Übergang zur Berufstätigkeit und an Eltern, die bereits wieder eingestiegen sind. Wir werden den persönlichen Plan aller Teilnehmer_innen besprechen, mit Rollenspielen Kommunikationssituationen nachstellen, Probleme aus dem Alltag der Anwesenden aufgreifen und die Kompetenzen mit Techniken und Übungen stärken.

Trainerin: Alexandra Kramm, www.schulter-blick.de

MISSION POSSIBLE

Mein
Arbeitszeitmodell

Klare **Kommunikation**
und **effektives Arbeiten**
ohne schlechtes Gewissen

Loslassen, um zu
GEWINNEN

Mein
NOTFALLNEÖWERK –
gerüstet für jede Krise

Und wo
bleibe **ICH?**

Von **Samstag, 14.09.2013**
bis **Sonntag, 15.09.2013**
jeweils von **10.00 bis 16.00 Uhr**

ANMELDUNG UNTER: forumpug@fes.de
ANMELDESCHLUSS: 19. August 2013
ORT: Institut für Demokratieentwicklung
Barfusstraße 13 // 13349 Berlin
(Berlin Wedding, Nähe U-Bhf Rehberge)

ORGANISATION: Stephanie Tröder
Telefon: 030 26 935 7318
VERANÄORTLICH: Christina Schildmann
REFERATSLEITUNG: Bettina Luise Rürup

Der **TEILNAHMEBEITRAG** in Höhe von
25 Euro ist bis 19.8.2013 auf das
Konto 1 010 606 200 // BLZ 380 101 11
SEB Bank zu überweisen.
Empfänger_innen von Leistungen nach SGB II
und SGB XII können gegen Nachweis von der
Teilnahmegebühr befreit werden.
Im Preis enthalten sind Seminar- und Verpfle-
gungskosten sowie Seminarmaterial.
Stilmöglichkeiten sind vorhanden.

**FRIEDRICH
EBERT
STIFTUNG**
Forum Politik
und Gesellschaft