

Wir danken für
die freundliche
Unterstützung:



Anmeldung bei

Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Lübbecke
Angelika Lüters

Kreishausstraße 2 – 4
32312 Lübbecke
Telefon (057 41) 276 251
Fax (057 41) 905 61
E-Mail: a.lueters@luebbecke.de

Anmeldung

**Hiermit melde ich mich
verbindlich für die umseitig
angekreuzten Veranstaltungen an:**

Coupon per Post oder Fax an die Gleichstellungsbeauftragte.

Name
Adresse
Telefon
E-Mail

Freitag, 8. März, 20.00 Uhr

Trude träumt von Afrika

„Eleganz ab 40 – Comedy und Percussion“

Wenn „Trude“ träumt, schläft niemand ein, sie träumt laut und lässt alle mitträumen. „Trude“ träumt hinreißend mitreißend! Die Damen haben ihre Kochtöpfe gegen Trommeln und ihre Blockflöten gegen Kalebassen eingetauscht und schwelgen jetzt bis zum Siedepunkt in afrikanischen Rhythmen. Dabei verwandeln sich selbst alte Schlager in tosende Stammesrituale.

Meisterhafte Trommelrhythmen, mehrstimmige Gesänge, temperamentvoll-trutschige Tänze und unwiderstehlich drollige Slapstickeinlagen vermitteln pralle Lebensfreude – gewürzt mit kleinen Boshaftigkeiten. Seit 20 (!) Jahren rührt TRUDE TRÄUMT VON AFRIKA die Trommel zwischen Innsbruck und Sylt. Jetzt bei uns in Lübbecke.

Mit „Trude“ erleben Sie einen fulminanten Showabend, erfrischend anders, bunt, schräg, dabei trommlerisch, gesanglich, choreographisch und handwerklich auf höchstem Niveau.

Ort Stadthalle Lübbecke, Bohlenstraße 29

Abendkasse 16 € / 14 €

Vorverkauf 14 € / 12 €

Kartenvorverkauf Bücherstube Lübbecke und
Servicebüro der Stadt Lübbecke

**INTERNATIONALER
FRAUENTAG 8. März 2013**

Donnerstag, 14. März, 9.30 – 16.30 Uhr

Erfolgreich bewerben – mit Strategie

**Das Angebot richtet sich an Frauen, die sich gezielt
auf das Thema Bewerben vorbereiten möchten.**

Vielleicht bewerben Sie sich zum ersten Mal „richtig“ oder Sie sind auf der Suche nach einem Ausbildungsplatz? Vielleicht möchten Sie sich auf eine andere Position bewerben oder Sie möchten sich nach längerer Berufstätigkeit neu orientieren? Vielleicht haben Sie bestimmte Fragen zum Thema Bewerben?

Dann sind Sie in diesem Seminar genau richtig! Voraussetzungen für den beruflichen Erfolg sind vor allem eine ausführliche Vorbereitung, sehr gute Selbstkenntnis und Verständnis für psychologische Leitlinien. Hier erfahren Sie, mit welchen „Augen“ potentielle Arbeitgeber z.B. Ihre schriftliche Bewerbung lesen, Ihre Bewerbungsbemühungen werten und Ihre „Präsentation“ im Vorstellungsgespräch interpretieren.

Referentin Tanja Hundacker-Schulte,
Organisations- und Personalentwicklung

Ort Treffpunkt PARITÄT Lübbecke, Bahnhofstr. 27-29

Kosten 60 €

In Kooperation mit Treffpunkt PARITÄT Lübbecke

Veranstaltungen zum Thema **FRAU UND BERUF**

TRUDE TRÄUMT VON AFRIKA | 8.3.2013 | 20 Uhr

Musik-Comedy-Show



INTERNATIONALER FRAUENTAG

8. März 2013

*Frauenrechte sind
Menschenrechte!*



Veranstaltungsreihe der
Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Lübbecke

Dienstag, 26. Februar, 18.30 Uhr

Women after Work

Die Gleichstellungsbeauftragte Angelika Lüters lädt zu WOMEN AFTER WORK ein. Das Angebot richtet sich an berufstätige Frauen, die Interesse an Erfahrungsaustausch, neuen Kontakten und Vernetzung haben. Der Austausch zu Themen wie Karriereplanung, Vereinbarkeit von Familie und Beruf oder zu Konfliktsituationen im Berufsalltag findet in lockerer Atmosphäre statt.

Ort Restaurant „Am Kamin“
Niedernstraße 25, Lübbecke

netzwerk
ERFOLGREICH IN LÜBBECKE

PROGRAMM
1. HALBJAHR **2013**

- Donnerstag, 7. Februar 2013 | 19 Uhr
Lebensrettende Sofortmaßnahmen
Fachklinik Holsing Vital GmbH, Bad Holzhausen
- Donnerstag, 11. April 2013 | 19 Uhr
business Speed-Dating
Autohaus Becker-Tiemann, Lübbecke
- Donnerstag, 6. Juni 2013 | 19 Uhr
netzwerken „Die Fotokarte“
Ingrid Richter, Ferdinand-Sauerbruch-Str.3, Lübbecke
- Sonntag, 23. Juni 2013 | 10.30 – 14 Uhr
workshop „Lebenshüte“
LichtBlick09, Rahdener Straße 256, 32479 Hille
Referentin: Sylvia Bollmeier, Mental Coach

Anmeldung erforderlich
www.erfolgreich-in-luebbecke.de

Freitag, 1. März, 16.00 – 19.00 Uhr
Samstag, 2. März, 9.30 – 16.30 Uhr

Selbstmanagement und Stressbalance

In der heutigen Gesellschaft haben Frauen außer Berufstätigkeit, Erziehung von Kindern oder Pflege eines Familienmitgliedes viele Rollen zu bewältigen. Um diese Anforderungen mit der Erwerbstätigenrolle unter einen Hut zu bringen, braucht es ein effektives Selbstmanagement.

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, Ihren Umgang mit Leistung, Zeit und persönlichen Ressourcen zu überprüfen. Sie bekommen Informationen zum Thema Selbstfürsorge, Umgang mit Stress und Umgang mit Zeit.

Das Ziel ist, die eigene Leistungsfähigkeit und Gesundheit zu erhalten und Strategien zu entwickeln für eine effektive Arbeitsorganisation im Beruf und im Privatleben. In diesem Praxisseminar besteht die Möglichkeit, das eigene Verhalten zu überdenken und damit in der Zukunft neue Wege zu gehen.

Referentin Susanne Steuber,
Supervisorin, Mindener Institut für
Persönlichkeitsentwicklung

Ort Treffpunkt PARITÄT
Bahnhofstraße
27–29, Lübbecke

Kosten 90 €

In Kooperation mit
Treffpunkt PARITÄT Lübbecke

Montag, 4. März, 9.00 – 15.00 Uhr

Den beruflichen Wiedereinstieg erfolgreich gestalten

Individuelle Einzelberatung Sie planen Ihren Wiedereinstieg nach der Familienzeit und suchen nach dem passenden Arbeitsplatz **oder** Sie möchten Tipps und Hilfestellung bei der Jobsuche und für eine gute Bewerbungsmappe **oder** Sie wollen sich beruflich weiterentwickeln und brauchen Beratung über geeignete Fort- und Weiterbildungsangebote **oder** Sie möchten sich beruflich neu orientieren und benötigen Informationen über Perspektiven und Chancen am örtlichen Arbeitsmarkt?

Sie wollen sich eine selbstständige Existenz aufbauen und haben Fragen zur Umsetzung und zur Kinderbetreuung?

Gesprächspartnerinnen sind Ivonne Ackermann, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Arbeitsagentur Herford und Angelika Lüters, Gleichstellungsbeauftragte Stadt Lübbecke.

Das Beratungsangebot ist kostenfrei!

Eine vorherige Terminvereinbarung ist unbedingt erforderlich, bitte nehmen Sie Kontakt auf mit der Gleichstellungsbeauftragten Angelika Lüters, Tel. 05741 276 251, auf.

Ort Stadtverwaltung Lübbecke
Kreishausstraße 2–4, Lübbecke
Lübbecke Raum 902 im Altbau, 3. OG

Montag, 4. März, 19.00 Uhr

Unternehmen Leben

Prof. Dr. Annelie Keil

Vortrag Wenn der Zündstoff ausgeht, die Energie abnimmt und die Lebenslust erlischt! Leben will gelernt sein, vom ersten bis zum letzten Atemzug. Nichts läuft von selbst und das Feuer des Lebens zu hüten und dabei nicht auszubrennen ist die Kunst, an der sich jeder Mensch als eine Art Lebenskünstler beteiligen muss. Im Vortrag geht es um die Frage, wie wir das Feuer unseres Lebens hüten können, worin es biografisch eigentlich besteht und wie wir uns selbst vor einem Burnout schützen können.

Ort Altes Amtsgericht, Gerichtsstraße 5, Lübbecke

Kosten 6 €

In Kooperation mit netzwerk L.

Anmeldung

- ☐ Di, 26.2. / 18.30 Uhr
Women after Work
- ☐ Fr, 1.3. / 16–19 Uhr und Sa., 2.3. / 9.30–16.30 Uhr
Selbstmanagement und Stressbalance
- ☐ Mo., 4.3. / 9 – 15 Uhr
Den beruflichen Wiedereinstieg erfolgreich gestalten
- ☐ Mo., 4.3. / 19 Uhr
Unternehmen Leben
- ☐ Fr., 8.3. / 20 Uhr
Trude träumt von Afrika
- ☐ Do., 14.3. / 9.30 – 16.30 Uhr
Erfolgreich bewerben – mit Strategie

