

**FRAUEN-
WIRTSCHAFT**

**Online-
Lesung**

**6. Oktober
18-20 Uhr**

Katrin Bringmann

WORKING MOM!

20 Power-Tools für den Wiedereinstieg in den Job*

**Dein Karrierecoach
im Handtaschenformat
Interaktive Onlinelesung
mit Katrin Bringmann**



WORKING MOM!

20 Power-Tools für den Wiedereinstieg in den Job*

*nicht nur für Mütter



Zeit: Dienstag, 6. Oktober 2020, 18:00-20:00 Uhr

Ort: Zoom

Anmeldung bis 2. Oktober: 05121 3096003 oder kontakt@ko-stelle.lkhi.de

Aufgepasst: Wir verlosen unter den Teilnehmerinnen 5 Exemplare von Working Mom!

Diese Reihe: Frauenwirtschaft ist eine gemeinsame Veranstaltung der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft Hildesheim, des Gleichstellungsbüros der Stadt Hildesheim und des Gleichstellungsbüros des Landkreises Hildesheim.

Weitere Infos unter www.frauenwirtschaft-hi.de

In „WORKING MOM!“, im April 2018 im Joy Edition Buchverlag erschienen, werden 20 Power-Tools für den Wiedereinstieg in den Job vorgestellt, die auch, aber nicht nur Müttern weiter helfen.

Durch die handliche Größe ist es „Dein Karrierecoach im Handtaschenformat“.

Working Mom! ist weit mehr als ein exzellent illustrierter Ratgeber. Katrin Bringmann, Expertin für Selbstmanagement und Karrierecoaching, stellt ihren Leserinnen einen ganzen Werkzeugkasten **motivierender Power-Tools** zur Verfügung. Mit Hilfe effektiver Coachingstrategien und kraftvoller Übungen kannst du ungeahnte verborgene Talente freilegen und auf Hochglanz polieren. Für einen selbstbewussten und erfolgreichen Neustart in der Karrierewelt. Mit jeder ehrlich beantworteten Frage und jeder ausgeführten Übung wird Working Mom! zu einem vollkommen individuellen Leitfaden. Eine Selbstanalyse, die deine ganz speziellen Stärken dahin stellt, wo sie hingehören: ins Zentrum der Aufmerksamkeit. Eine Energiespritze für Mütter auf dem Weg zurück ins Berufsleben!

„DEIN GPS FÜR DEN WIEDEREINSTIEG IST INSTALLIERT,
UPGEDATET UND BEREIT, DICH ZU FÜHREN — DORTHIN,
WO DU NEU DURGHSTARTEN KANNST.“ *Katrin Bringmann*





Katrin Bringmann
Trainerin, Karrierecoach, Speakerin, Autorin
Sophie-Charlotte-Straße 22A · 14169 Berlin
www.kb-neustart.de · 01749051185

Zur Autorin

Berufliche Praxis: Geisteswissenschaftlerin (Studium Romanistik, Anglistik, Germanistik) | I. und II. Staats-examen Lehramt Gymnasien | Zehnjährige Erfahrung als Beraterin der Schwäbisch Hall Training GmbH | Zehn-jährige Erfahrung als Mitarbeiterin der Hochschule für Wissenschaft und Kunst Hildesheim | Seit 1999 Trai-nerin, Beraterin und Coach für Unternehmen wie SAP, Bosch, Volkswagen, Mercedes-Benz, DZ Bank, Gothaer Versicherung, BS Energy, Veolia Berlin, Hamburg Airport Gruppe und viele andere mehr.

Dozentin an der Freien Universität Berlin (Career Service), Universität Hildesheim, Universität Hamburg, Univer-sität Kiel, HAWK Hildesheim/Holzminden/Göttingen und der Hochschule für Technik und Wirtschaft Karlsruhe.

...was mir wichtig ist: Menschen dabei zu unterstützen, Herausforderungen erfolgreich zu meistern, mit Veränderungen positiv umzugehen, ihr Wissen zu erweitern und zu vertiefen. Menschen dabei zu helfen, sich im Beruf zu verwirklichen und ihre Potenziale so zu entwickeln, dass sie kraftvoll und beschwingt leben und im Einklang mit den Bedürfnissen der Familie arbeiten können.

...Ehrenamt: In meiner Freizeit engagiere ich mich im Rahmen der **Bürgerstiftung Berlin** für die sprachliche Integration von Kindern mit Migrationshintergrund an der **Nord-Grundschule Zehlendorf**. Als **Mentorin im BPW Berlin** unterstütze ich zudem Frauen, die sich ein berufliches Coaching wünschen.

...was ich sonst noch so tue: Ich bin immer in Bewegung, am liebsten in den Bergen oder am Meer, beim Kickboxen, Schwimmen oder Krafttraining und suche meine Entspannung im Yoga und in der Meditation.

...worauf ich stolz bin: Meine beiden Bücher, die ich herausgebracht habe: Working Mom! (2018) und Die Midlife Chance (2019)

...woran ich gerade arbeite: Mein neuer **Podcast „Elternbusiness“** ist gerade herausgekommen – gemein-sam mit **Anita Neumann** (www.Elternbusiness.de) gibt's von nun an Speedcoaching für's Ohr – für alle El-tern, die Beruf und Familie erfolgreich vereinbaren - und dabei vielleicht sogar Karriere machen wollen. Hör einfach mal ,rein bei Spotify oder Podcasts unter **„Elternbusiness“** – es lohnt sich auf alle Fälle!!

Zur Lesung

1. Ankommen in ZOOM, Vorstellung, Kurzes Interview
2. Interaktive Lesung aus „WORKING MOM!“: Katrin Bringmann liest 3–4 Passagen ihres Buches vor und lädt an verschiedenen Stellen die Zuhörerinnen zur Diskussion, zur aktiven Arbeit an sich selbst und zum Fragenstellen ein. Die entsprechenden Unterlagen werden nach Anmeldung durch die Koordinierungsstelle per E-Mail zugesandt.
3. Geselliges virtuelles Beisammensein, Austausch und Networking, ganz nach dem Motto:
Lieber die letzte am PC als die erste im Büro.

Lasst euch durch **interessantes Hintergrundwissen** und **praktische Übungen** dazu ermutigen, mehr auf eure eigenen Bedürfnisse zu achten, innezuhalten und aufzutanken – trotz oder gerade dann, wenn eigentlich gerade die Zeit für eine Pause fehlt.

Herzlich willkommen & viel Spaß!

Reihe: Frauenwirtschaft

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft Hildesheim

Postanschrift: Bischof-Janssen-Str. 31

Diensträume: Kaiserstr. 15

31134 Hildesheim

Telefon: 05121 309-6003

E-Mail: kontakt@ko-stelle.lkhi.de

Web: www.frauenwirtschaft-hi.de

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft Hildesheim

Wir unterstützen Frauen in Stadt und Landkreis Hildesheim beim beruflichen Wiedereinstieg in verschiedenen Lebensphasen. Wir beraten Sie kostenfrei, vertraulich und unverbindlich.

Eine gemeinsame Veranstaltung mit:

Gleichstellungsstelle des Landkreises Hildesheim

Bischof-Janssen-Str. 31

31134 Hildesheim

Telefon: 05121 309-3941

E-Mail: gleichstellung@landkreishildesheim.de

Gleichstellungsstelle der Stadt Hildesheim

Stadt Hildesheim

Markt 1

31134 Hildesheim

Telefon: 05121 301-1901

E-Mail: gleichstellungsbeauftragte@stadt-hildesheim.de

Die Koordinierungsstelle arbeitet in Trägerschaft der Volkshochschule Hildesheim gGmbH und wird gefördert aus Mitteln des europäischen Sozialfonds, des Landes Niedersachsen, der Stadt und des Landkreises Hildesheim



Niedersachsen

Bildungs- und Beratungszentrum
Volkshochschule
Hildesheim
Bildung öffnet Türen



Landkreis
Hildesheim



Stadt Hildesheim