



Bitte senden Sie diese Anmeldung ausgefüllt per Post an die Stabsstelle Interne Fortbildung und Beratung oder per Fax an 0234/32-14565. Wenn Sie sich per E-Mail anmelden, vergessen Sie nicht anzugeben, an welchem Lunchgespräch Sie teilnehmen möchten.

**Anmeldeschluss: 31. Januar 2013**

Ihre E-Mail senden Sie bitte an:  
**ifb@uv.rub.de**

Informationen telefonisch unter:  
**Silvia Markard 0234/32-27948**

**RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM**  
**STABSSTELLE INTERNE FORTBILDUNG UND BERATUNG**  
Gebäude SH 1/143  
Universitätsstraße 150  
44801 Bochum

[www.uv.rub.de/ifb](http://www.uv.rub.de/ifb)



**RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM**

## **AUF DEM WEG NACH VORN FRAUEN AN DER RUB**

Die RUB lädt - bereits zum zweiten Mal - alle weiblichen Beschäftigten aus Technik und Verwaltung zu der Veranstaltung „Auf dem Weg nach vorn – Frauen an der RUB“ herzlich ein.

In einem Vortrag über Strategien für mehr Durchsetzungsvermögen im Berufsleben verrät Ihnen Lutz Herkenrath, wie Sie sich behaupten können, ohne sich zu verbiegen. In den anschließenden Lunchgesprächen können Sie sich über zahlreiche Themen rund um Ihren Arbeitsplatz und Ihre Rolle informieren.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

**Ort:** Audimax  
**Zeit:** 20. März 2013, 11.00 h bis 15.00 h

Auf dem Weg nach vorn – Frauen an der RUB ist eine Kooperationsveranstaltung der IFB, des Gleichstellungsbüros und des Arbeitskreises Sekretariatsmanagement.

**equal  
opportunities  
at RUB**



## PROGRAMM

11.00 h Ankommen und Stehkafee

11.30 h Begrüßung und Eröffnung durch die Hochschulleitung

11.40 h Einführung in die Veranstaltung

11.45 h Vortrag zum Thema „Forsche Frauen kommen voran“  
Strategien für mehr Durchsetzungsvermögen (*Lutz Herkenrath*)

12.15 h Offene Gespräche bei Kaffee und Imbiss

13.15 h Parallele Lunchgespräche

### Mit Stil zum Erfolg

Auftreten, Aussehen, Reden (*Marianne Montag*)

### Das bisschen Haushalt macht sich von allein

Allgemeine Tipps rund um Finanzen und Abrechnung  
(*Carsten Kasprík*)

### Nur kein Stress!

Entschleunigung durch Achtsamkeit (*Eva Knoche*)

### Leute gibt's!

Zu ungewöhnlichen Menschen die richtige Haltung finden  
(*Dagmar Feiler*)

### Guter Rat muss nicht teuer sein

Kollegiale Beratung (*Dr. Martina Schmohr, Eva Fischer*)

### Mit Kind und Kegel flexibel am Arbeitsplatz

Tipps und Information (*Theresa Schramke, Monika Weise*)

### Der rote Faden

Optimierung von Arbeitsorganisation und Zeitmanagement  
(*Christa Beckers*)

### Mit der Stimme angekommen

Gehört, verstanden akzeptiert (*Kriszti Kiss*)

### Königinnen-Charisma

Signale der Macht: Status und Rolle (*Edith Börner*)

### Bevor der Kragen platzt!

Entspannter Umgang mit Konflikten (*Lena Laps*)

14.15 h Informeller Ausklang



## ANMELDUNG

Ich nehme an der Veranstaltung teil.

Name, Vorname

E-Mail, Telefon

Adresse, Institution

Ich melde mich für den Vortrag an:

Forsche Frauen kommen voran

Ich melde mich für das Lunchgespräch an:

Mit Stil zum Erfolg

Das bisschen Haushalt macht sich von allein

Nur kein Stress!

Leute gibt's!

Guter Rat muss nicht teuer sein

Mit Kind und Kegel flexibel am Arbeitsplatz

Der rote Faden

Mit der Stimme ankommen

Königinnen-Charisma

Bevor der Kragen platzt!

Haben Sie Unterstützungsbedarf auf Grund einer körperlichen Beeinträchtigung?

Nein  Ja, ich benötige: \_\_\_\_\_

