

# Mit BeFF steigen Frauen ein und auf

**BeFF bietet Frauen ein vielfältiges  
Programm zur beruflichen Weiter-  
entwicklung an.**

## **BeFF**

Berufliche Förderung von Frauen e.V.

Lange Straße 51  
70174 Stuttgart

Tel.: 0711/ 26 34 57-0

Fax: 0711/ 26 34 57-29

E-mail: [info@beff-frauundberuf.de](mailto:info@beff-frauundberuf.de)

[www.beff-frauundberuf.de](http://www.beff-frauundberuf.de)

## **Unsere Telefonzeiten**

Mo, Di, Fr 9.00 - 12.00 Uhr und

Mi, Do 13.00 - 16.00 Uhr

**Sie erreichen uns** mit S-Bahn, U-Bahn und Bus:  
Haltestelle Stadtmitte, Ausgang Fritz-Elsas-Straße



## MIT COACHING ZUM ERFOLG

Ein Angebot für Frauen im  
Beruf, die sich weiterentwickeln  
oder aufsteigen wollen.

Titel: © photocase.com/simonthon.com

Berufliche Förderung  
von Frauen e.V.

# BeFF

frau und beruf

Kontaktstelle  
Stuttgart - Region Stuttgart



**Für Frauen, die im Berufsleben stehen, sich weiterentwickeln und aufsteigen wollen, bietet die Kontaktstelle Frau und Beruf Stuttgart jeweils im Frühjahr und Herbst das Programm „Mit Coaching zum Erfolg“ an.**

### **Inhalte und Themen**

- Entwicklung Ihres beruflichen Potenzials
- Wege und Strategien zur beruflichen Weiterentwicklung
- Erprobung der Umsetzung im Rahmen von Trainingsprozessen

### **Ziel des Projektes**

Wir unterstützen Sie darin, sich in Ihrem Berufsfeld zu festigen, Ihre Stärken auszubauen und Ihr Entwicklungspotenzial für die Karriereplanung freizusetzen.

Eine professionelle Coach begleitet max. 12 Teilnehmerinnen während eines Zeitraums von 6 Monaten.

### **Teilnahme**

Teilnehmerinnen können aus allen Wirtschaftsbereichen, der Verwaltung und Non-Profit-Organisationen kommen. Sie sollten mehrjährige Berufserfahrung und einen anerkannten Berufs-/Studienabschluss mitbringen.

### **Teilnehmerinnenbeitrag**

Selbstzahlerinnen: 800 Euro  
Für Firmenkunden: 1000 Euro

**Das Coaching-Programm** umfasst:

### **Tagesseminare zu den Themen**

- Ressourcenmanagement  
Kompetenzbilanzierung
- Optimierung von Verhandlungs- und Kommunikationstechniken
- Verantwortung und Führung im beruflichen Kontext
- Selbstpräsentation und -marketing im Beruf

Diese finden samstags von 9.00 – 17.00 Uhr statt.

Sie erhalten theoretische Grundlagen und trainieren das praktische Knowhow für Ihren beruflichen Erfolg.

### **Gruppencoaching**

Sie profitieren im Gruppencoaching von den Erfahrungen der anderen Teilnehmerinnen und unterstützen sich gegenseitig in Fragen der beruflichen Weiterentwicklung mit Begleitung durch Ihre Coach. Dauer: 3,5 Stunden Dienstag- oder Mittwochabend

### **Einzelcoaching**

Sie erarbeiten mit Ihrer Coach Ihre beruflichen Ziele und werden bei der Umsetzung begleitet. Die Termine erfolgen nach individuellen Absprachen und dauern 1,5 Stunden pro Termin.

**➔ Interessentinnen wenden sich bitte an**

Inge Zimmermann, 0711/263457-14,  
i.zimmermann@beff-frauundberuf.de

# ZEITPLAN

Mai - September 2019

## „Mit Coaching zum Erfolg“

Ein Angebot für Frauen im Beruf, die sich weiterentwickeln oder aufsteigen wollen.



### Informationsveranstaltung

04. April 2019 um 18.30 Uhr

### Anmeldung und nähere Informationen

Inge Zimmermann, Tel 0711/263457-14  
i.zimmermann@beff-frauundberuf.de

**BeFF** – Berufliche Förderung von Frauen e.V.  
Lange Straße 51, 70174 Stuttgart

Tel.: 0711/ 26 34 57-0

Fax: 0711/ 26 34 57-29

E-mail: [info@beff-frauundberuf.de](mailto:info@beff-frauundberuf.de)

[www.beff-frauundberuf.de](http://www.beff-frauundberuf.de)

### Unsere Telefonzeiten

Mo, Di, Fr 9.00 - 12.00 Uhr und

Mi, Do 13.00 - 16.00 Uhr

**Sie erreichen uns** mit S-Bahn, U-Bahn und Bus:  
Haltestelle Stadtmitte, Ausgang Fritz-Elsas-Straße

Berufliche Förderung  
von Frauen e.V.

# BeFF

frau und beruf

Kontaktstelle  
Stuttgart - Region Stuttgart



# ZEITPLAN

## Mai - September 2019

### **A) Seminare** (immer 9.00 – 17.00 Uhr)

---

1. Ressourcenmanagement  
Kompetenzbilanzierung  
Sa., 11. Mai 2019
2. Optimierung von Verhandlungs-  
und Kommunikationstechniken  
Sa., 08. Juni 2019
2. Verantwortung und Führung  
im beruflichen Kontext  
Sa., 27. Juli 2019
4. Selbstpräsentation und -marketing  
(Standing) im Beruf  
Sa., 21. September 2019

### **B) Coachinggruppen**

---

Di., 29. Mai 2019, 18.00 – 21.30 Uhr:  
Gesamtgruppe: Werte/Ziele/Visionen

Mi., 9. Juli 2019, 18.00 – 21.30 Uhr:  
Gesamtgruppe: Einführung ins kollegiale  
Coaching

Fallbesprechungen in 2 Kleingruppen,  
jeweils 2 Termine: immer 18.00 – 21.30 Uhr  
Di., 16. Juli 2019 | Mi., 17. Juli 2019  
Di., 10. September 2019 | Mi., 11. Sept. 2019

### **C) Einzelcoaching**

---

2 Termine nach individueller Vereinbarung