

6. Ladies' Day – Alles unter einem Hut

für wen	alle Frauen, die Familie, Beruf, Freizeit unter einen Hut bringen möchten
wann	Samstag, 14. April 2018 ab 9 Uhr
wo	Bürgerhaus Schwabach, Königsplatz 33a
wer	veranstaltet von der vhs in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Schwabach
wie viel	20 Euro pauschal (Nachlass mit Schwabach Pass), begrenzte Teilnehmerinnenzahl



Foto: Fotolia.com

Beim 6. Ladies' Day der vhs Schwabach geht es darum, Familie, Beruf und eigene Interessen unter einen Hut zu bringen. Oder auch die Frage: wie groß muss so ein Hut eigentlich sein? In einzelnen Workshops und Vorträgen gibt es Tipps und Tricks das Leben einfach und interessanter zu gestalten, und dabei den passenden Weg für sich zu finden.

Besuchen Sie beim 6. Ladies Day unsere vielfältigen Workshops – wir sorgen für Essen, Getränke sowie interessante Begegnungen und Kontakte mit Dozenten und Dozentinnen. Liebevoller Kinderbetreuung durch die Mitarbeiterinnen des Känguruh Familienzentrums gegen vorherige Anmeldung ist möglich. Der Veranstaltungsraum ist barrierefrei zugänglich, eine Toilette für Menschen mit Behinderung ist vorhanden.

09:00 bis 09:15 **Begrüßung** durch die Veranstalterinnen

09:15 bis 10:15 **Die Macht der Sprache als ein Erfolgsfaktor für Frauen – Jedes Wort wirkt!** mit Birgit Minor

10:30 bis 11:30 **Schnelle und gesunde Küche** mit Sabine Ederer

11:45 bis 12:15 **Fort- und Weiterbildung abends am Wohnzimmertisch** mit Karin Jakob

12:15 bis 13:00 **Ihr erfolgreicher beruflicher Wiedereinstieg** mit Ingrid Kugler, Arbeitsagentur Nürnberg

13:00 bis 14:00 **Mittagspause** mit Imbiss im Foyer

14:00 bis 15:00 **Workout für Zwischendurch –Durchbewegen und Atem holen** mit Heike Sebald

15:15 bis 16:15 **Familienfreundliche Arbeitswelt - Best Practice** mit Marina Strauch

16:30 bis 17:15 **Und zum Schluss entspannen** mit Kerstin Zirn

Weitere Informationen und Anmeldung bei der vhs Schwabach

Telefon 09122 860-204

E-Mail vhs@schwabach.de

Internet www.vhs.schwabach.de