

## Kostenfreier Impulsvortrag

### „Wechseljahre – Jahreswechsel: Was Frauen in der Lebensmitte wichtig ist“

in Berlin am Mittwoch, 15. Februar 2017

Dieser Vortrag richtet sich an Frauen, die sich mit diesem Thema aus unterschiedlichen Motivationen befassen.

Wir sind ständig Wandlungen und Veränderungen ausgesetzt. So findet auch bei uns im mittleren Lebensalter ein enormer Change-Prozess statt, der von jeder Frau unterschiedlich erlebt wird. In meinen zahlreichen Beratungsstunden im Fürstenberg Institut begegnen mir Berufstätige, deren individueller Umgang mit den Wechseljahren mich beeindruckt. Vor diesem Hintergrund lade ich Sie ein, mit mir und anderen Frauen über positive Erfahrungen zu reden, die mehr Beachtung und Würdigung erfahren sollen.

Es geht u. a. um die Fragen:

- Was sind eigentlich Wechseljahre?
- Welche positiven Auswirkungen kann diese Veränderung bringen?
- Wie erleben wir als berufstätige Frauen die Lebensmitte?
- Welche Möglichkeiten gibt es, um die eigene gewohnte Leistungsfähigkeit im privaten und beruflichen Kontext zu erhalten und bei Herausforderungen individuell zu verändern?

Nebenbei entwickeln Sie - wenn Sie Lust haben - erste praktische Ideen oder auch eine eigene Strategie. Anhand von Modellen blicken Sie auf Ihren individuellen Change-Prozess und reflektieren, wie Sie Ihre gesteckten Ziele erreichen können. Sie sind eingeladen, Ihre Erfahrungen mit einzubringen und in den lebendigen Austausch zu gehen.

**Referentin:** Christiane Koch | Beraterin im Fürstenberg Institut

**Zielgruppe:** Mitarbeiterinnen, weibliche Führungskräfte

**Termin:** Mittwoch, 15. Februar 2017, 18:00 bis ca. 20:00 Uhr

**Ort:** Fürstenberg Institut, Dorotheenstraße 37, 10117 Berlin-Mitte

**Anmeldung:** Der Vortrag ist kostenfrei. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitten wir Sie um eine verbindliche Anmeldung per E-Mail an [vortrag@fuerstenberg-institut.de](mailto:vortrag@fuerstenberg-institut.de).