



Anmeldung und Kosten

Die Anmeldung nimmt die IG Metall Geschäftsstelle Nordhessen entgegen. Die Seminarkosten in Höhe von 1998,00 € werden bei IG Metall-Mitgliedern von der IG Metall übernommen.

Termin und Ort

Das Seminar beginnt am 23. Juni 2025 um 10 Uhr und endet am 27. Juni 2025 um 16 Uhr. Das Bildungszentrum Beverungen wird uns für diese fünf Tage ganz alleine gehören.



Freistellung

Die Freistellung erfolgt nach dem Bildungsurlaubsgesetz für das Land Hessen.

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an weibliche Mitglieder der IG Metall sowie Interessierte.

Seminarnummer

Q21925150001



IG Metall Nordhessen

Telefon 0561 70005-0
anja.neumann@igmetall.de

IG Metall Bildungszentrum Beverungen

Elisenhöhe 1, 37688 Beverungen
Telefon 05273 3614-0
beverungen@igmetall.de

www.igmetall-nordhessen.de
www.igmetall-beverungen.de



23. bis 27.
Juni 2025
Beverungen

**FRAU SEIN
IN DER
ARBEITSWELT**
Frauenbildungswoche 2025

IG METALL
Nordhessen
Bildungszentrum Beverungen



FRAU SEIN IN DER ARBEITSWELT

Frauenbildungswoche 2025

Frauen sind in der Arbeitswelt angekommen. Kaum eine Frau muss sich heute noch anhören, dass Bildung und Beruf nicht so wichtig sei. Mädchen und junge Frauen kommen gut durch Schule, Ausbildung und Studium, alle Berufsoptionen stehen ihnen offen, Frauen bilden sich weiter, machen ihren Weg und werden Kanzlerin...

Also ist alles in Ordnung? Leider nein! Frauen verdienen meist weniger als Männer. Sie arbeiten häufiger in Teilzeit, leisten aber viel mehr Arbeitsstunden, weil Sorge- und Hausarbeit überwiegend Frauensache sind. Zum »Dank« werden Frauen häufig weniger ernst genommen und sind Anzüglichkeiten und sexueller Belästigung ausgesetzt.

Das wollen wir ändern: Unabhängigkeit und Equal Pay, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, partnerschaftliches Arbeiten und Leben, das sind unsere Ziele. Eine Woche lang wollen wir uns die unterschiedlichsten Themen anschauen: gesellschaftlich, betriebspolitisch und persönlich.

Wir laden neugierige Kolleginnen zum Mitmachen ein. Gemeinsam wollen wir Zusammenhänge analysieren, Möglichkeiten erkunden, persönlich ausprobieren und mit anderen Frauen eine gute Zeit verbringen.

Inhalte der Workshops

Stress abbauen, gesund bleiben!

Stress und psychischen Belastungen im Alltag gekonnt begegnen. Chronischen Stress abbauen und in Stresssituationen konzentriert, handlungsfähig und gesund bleiben.

Gesund durch den Arbeitsalltag

AG haben Pflichten was den Arbeits- und Gesundheitsschutz angeht. Was muss ich dazu wissen und was kann ich selbst für mich tun?

Alles was Recht ist

Arbeits- und Sozialrecht aus weiblicher Perspektive betrachtet. Welche Rechtslage hilft uns und wo muss die Politik noch nachlegen?

Ohne Bauchgrummeln agieren - Kommunikation im betrieblichen Alltag

Abwertende Kommunikation raubt uns Energie und Wirkung. Wir schauen auf Bedürfnisse, Rollen, Muster und Macht, damit wir angemessen und kraftvoll agieren können.

Digitalisierung geschlechtergerecht

Digitalisierung ist mehr als Datenbrillen oder Roboter. Im Büro ist sie wenig greifbar, oft unsichtbar, verändert aber die Arbeitsplätze von Frauen grundlegend.

Der Körper spricht: Interaktion und Körpersprache

»Man kann nicht nicht kommunizieren.« (Paul Watzlawick). Unser Körper spricht immer. Der Einsatz von Mimik, Gestik und Haltung transportiert Informationen über uns als Person. Gerade im Berufsleben kann die bewusste Wahrnehmung und korrekte Deutung von Signalen helfen, Situationen besser einzuschätzen und sich selbst besser zu positionieren.