

---

Female Business

# Academy

---

Programm 2024



FEMALE  
BUSINESS  
SEMINARS

BUSINESS EXCELLENCE FOR WOMEN & COMPANIES



# Inspirierende Trainings für Businessfrauen

Frauen zu stärken ist unser grösstes Anliegen. Female Business Seminars bietet jedes Jahr eine Reihe spannender Workshops an, die beruflich engagierte Frauen in ihrer Karriere unterstützen. Darüber hinaus steht das Trainingsprogramm allen Organisationen und Unternehmen offen, die ihre weiblichen Talente weiterentwickeln möchten. Als Teilnehmerin profitieren Sie von erfahrenen Trainer:innen und einer angenehmen Lernatmosphäre. Es wird in kleinen Gruppen gearbeitet.

Weitere Informationen  
zu den Mitgliedschaften  
und Trainings finden  
Sie auf unserer Webseite.

## Unsere Formate

### Tages-Workshops

• 8 Stunden, 09.00–17.00 Uhr

### Halbtages-Workshops

• 4 Stunden, 14.00–18.00 Uhr

### Leadership-Programme

- SHE.Basic: 3 Module
- SHE.Mastermind: 5 Module

## PROGRAMM 2024

## Female Business Seminars



### Die Kunst der Regeneration

Eine gute Balance zwischen Alltagshektik und Erholungsmomenten finden, persönliche Energieräuber erkennen und eigene Kraftreserven nutzen

Andrea Szekeres-Haldimann

21. März

Tages-  
Workshop



### Self-Empowerment in 6 Schritten

Mit einem positiven Mindset Selbstzweifel beseitigen und ein gesundes Selbstwertgefühl entwickeln

Tatjana Gaspar

4. April

Halbtages-  
Workshop



### Souveräne, selbstbewusste Kommunikation, die wirkt

Dank Klarheit und Empathie an Souveränität und Durchsetzungskraft gewinnen und eigene Standpunkte selbstbewusst vertreten

Christine Meyer

12. April

Tages-  
Workshop



### Trust yourself: Selbstbewusst die eigene Karriere steuern

Die eigenen Stärken erkennen, hinderliche Überzeugungen hinterfragen und eine zielführende Haltung entwickeln

Claudia Buzzelli

24. April

Tages-  
Workshop



### Die Power eines gelungenen Auftritts

Mit Selbstvertrauen und Freude vor Publikum sprechen, verbale und nonverbale Kniffs kennen, sicher auftreten und gekonnt überzeugen

Kiki Maeder

15. Mai

Tages-  
Workshop



### SHE.Basic – Future Leaders Programm

Leadership-Training für den weiblichen Führungsnachwuchs von morgen, von zwei Top-Trainer geleitet, drei Module in 5 Wochen

Start  
17. Mai

3 Module



## Mit holistischer Selbstführung zu mehr Leichtigkeit im Alltag

Dank der transformativen Kraft eines ganzheitlichen Ansatzes belastende Situationen besser bewältigen und das Gefühl von Stress reduzieren

**Heidi Hauer**

**22. Mai**

Halbtages-  
Workshop



## Verhaltenstreiber kennen und seine Potenziale entfalten

Wie unsere Persönlichkeit unser Verhalten sowie die Kommunikation und Interaktion mit unseren Mitmenschen beeinflusst

**Dr. Karin Jeker Weber**

**6. Juni**

Halbtages-  
Workshop



## Sichtbar zu mehr Erfolg dank Personal Branding

Über eine geschärfte Selbstwahrnehmung die eigene Sichtbarkeit und Positionierung im Unternehmen verbessern

**Dr. Karin Jeker Weber**

**19. Juni**

Tages-  
Workshop



## Belastbar dank der 7 Säulen der Resilienz

Handlungsfähig bleiben in agilen Lebenswelten, erfolgreicher Umgang mit Komplexität und reduzierter Planbarkeit

**Petra Pätzold-Grünwald**

**28. Juni**

Tages-  
Workshop



## Mit Rhetorik, Stimme & Storytelling überzeugen

Die wichtigsten Instrumente der Rhetorik kennen und dank gezieltem Einsatz der Stimme Gesprächspartner gekonnt überzeugen

**Stephan Lendi**

**30. Aug.**

Tages-  
Workshop



## Beyond Leadership – Führen in einer agilen Welt

Aktive Auseinandersetzung mit agiler und menschenorientierter Führung, Rolle der psychologischen Sicherheit in der Zusammenarbeit verstehen

**Matthias Mölloney**

**6. Sept.**

Tages-  
Workshop



## SHE.Mastermind – Advanced Leadership Programm

Leadership-Training für Frauen mit Führungserfahrung, die inspiriert und authentisch die nächsten beruflichen Schritte planen, von fünf Top-Trainer geleitet, fünf Module in 4 Monaten

**Start  
13./14. Sept.**

5 Module



## Erfolgsstrategien im Konfliktmanagement

Spielregeln einer guten Kommunikationskultur beherrschen und so Konflikte vorbeugen, erkennen und konstruktiv klären

**Dr. Esther Oberle**

**26. Sept.**

Tages-  
Workshop



## Werte, Stärken & eigene Rolle in Einklang bringen

Ein mentales Muskeltraining, um die eigene Resilienz zu stärken und souverän mit Herausforderungen umzugehen

**Anja Peter**

**8. Nov.**

Tages-  
Workshop



## Schwierige Gespräche professionell vorbereiten und führen

Seine Argumentationsfähigkeit verbessern, die Absichten des Gegenübers verstehen und eigene Interessen gekonnt durchsetzen

**Gabriele Kaspar**

**21. Nov.**

Tages-  
Workshop



# *Make your choice!*

## Unser Angebot

Unsere Trainings lassen sich einzeln oder modular buchen. Ausgenommen hiervon sind unsere Leadership-Programme, die nur als Ganzes gebucht werden können. Buchen Sie zwei oder mehrere Trainings gleichzeitig, profitieren Sie von 10% Rabatt. Firmenmitglieder und Mitglieder unseres Businessclubs können all unsere Trainings mit 15% Ermässigung buchen.

### Kontakt

FBS Group AG  
Sinslerstrasse 65 | 6330 Cham  
Telefon +41 44 740 12 12  
office@fbs-group.ch  
femalebusinessseminars.ch

