

## Neue Wege suchen, neue Wege gehen

Ein Seminar für Frauen zur Standortbestimmung & Neuorientierung

Sie bewegen sich in einem facettenreichen Leben, sind erfahren und stresserprobt, haben bereits jede Menge geleistet und stehen an einem Punkt, der durch Lebensereignisse oder einhergehende (gesundheitliche) Umbrüche zu einem Neuanfang lockt oder zwingt.

Im Grunde Ihres Herzens wissen Sie, was Sie wirklich wollen und was gut für Sie ist. Oft ist diese Wissen jedoch blockiert.

### Der Weg:

Mit kreativen, langjährig erprobten Methoden im Kreis von anderen Frauen fällt es leichter Ihre eigenen Wünschen und Perspektiven (wieder) zu entdecken, Ihre persönlichen Kompetenzen und Potentiale besser zu erkennen und wirkungsvoll einzusetzen.

### Das Ziel:

- Sie kommen zur Ruhe und entspannen
- Sie finden Klarheit
- Sie entwickeln ein kraftvolles Ziel
- Sie planen mutig die nächsten Schritte
- Sie reflektieren deren Umsetzung
- Sie planen ermutigt weitere Schritte

**Kosten\*:** 490 Euro. Ein Skript und Materialkosten sind im Preis enthalten.

**Plätze:** 8 –12 Teilnehmerinnen

### Ihre Termine:

#### Seminar 1: „Neue Wege“

Am 22./23./24. Mai findet das Seminar von 10:00-18:00 Uhr statt. Am 25. Mai von 10:00-14:00 Uhr Transferabend ist Montag der 16. Juni von 18:00-21:30 Uhr.

**Anmeldeschluss:** Donnerstag 7. Mai 2008

### \*Ermäßigung für Sie:

Wenn Sie sich bis zu 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn zu einem der vier Seminare anmelden, zahlen Sie den um 40 Euro ermäßigten Preis.

Pro Seminar steht für Personen mit geringem Einkommen ein ermäßigter Platz zur Verfügung.

## Berufung & Beruf

Ein Seminar zur Standortbestimmung & Laufbahnplanung

Sie sind unzufrieden mit Ihrem (Berufs-)Leben und möchten die Weichen neu stellen? Ihr Arbeitsplatz ist in Gefahr und Sie müssen sich neu orientieren? Sie wollen Veränderungen in Ihrem beruflichen Leben aktiv gestalten? Sie wollen (selbstständig) etwas Anderes machen oder das Gleiche anders machen?

### Der Weg:

Sie entwickeln kreativ einen spielerisch, leichten Zugang zu Ihren Zielen und werden angeleitet, die erarbeiteten Erkenntnisse über sich selbst mit Aspekten aus der Bildungs-, Berufs- und Arbeitswelt zu verknüpfen Sie erfahren Ermutigung, Ihre Laufbahnplanung mit Freude in die eigene Hand zu nehmen.

### Das Ziel:

- Sie erkennen, was Ihnen wirklich wichtig ist und was Sie am Erreichen Ihrer beruflichen Wünsche hindert
- Sie erkennen Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen
- Sie leiten daraus ein kraftvolles Ziel ab
- Sie erhalten Anregung für die nächsten Schritte
- Sie planen mutig deren Umsetzung
- Sie reflektieren deren Umsetzung
- Sie planen ermutigt weitere Schritte

**Kosten\*:** 490 Euro pro Seminar. Ein Skript und Materialkosten sind im Preis enthalten.

**Plätze:** 8 –12 Teilnehmer/innen pro Seminar

### Ihre Termine:

#### Seminar 2: „Berufung und Beruf“

An zwei Wochenenden 11./12./13. April und 19./20. April findet das Seminar freitags von 18:00 bis 21:30 Uhr, samstags von 10:00 bis 18:00 Uhr, sonntags von 10:00 bis 14:00 Uhr statt. Transferabend ist Montag der 5. Mai von 18:00-21:30 Uhr.

**Anmeldeschluss:** Donnerstag 27. März 2008

#### Seminar 3: „Berufung und Beruf“ Sommerferienkurs

Am 14./15./16./ August findet das Seminar von 10:00-18:00 Uhr statt und am 17.8. von 10:00-14:00 Uhr. Transferabend ist Montag der 15. September von 18:00-21:30 Uhr.

**Anmeldeschluss:** Mittwoch 30. Juli 2008

## “Wohlan denn, Herz nimm Abschied und gesunde...”

In jedem Leben gibt es immer wieder Momente des Abschieds. Abschied von Menschen, Ideen, Visionen, Gesundheit, Wünschen, Abschied von Arbeit oder der Idee wieder (eine ähnliche) Arbeit zu finden usw. Um diese Lebensübergänge wird es in diesem Seminar gehen, denn nur wer sich von Vergangenen gut verabschieden kann, wird sich auch Neuem zuwenden können.

### Der Weg:

Mit systemischen und kreativen Methoden sind Sie eingeladen sich diesem (Lebens-) wichtigen Thema zu stellen, nach stärkenden Kräften zu suchen und dabei neue Perspektiven zu entwickeln, denn...

“...des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...Wohlan denn, Herz nimm Abschied und gesunde...”

(Stufengedicht von H.Hesse)

### Das Ziel:

- Sie verabschieden sich vom Verlorenem bewusst, lassen los und werden dabei professionell begleitet
- Sie erfahren Stärkung, dass auch die schönen Dinge im Leben Platz haben dürfen
- Sie schärfen den Blick für ihre Stärken, um das heil gebliebene, trag-, & ausbaufähige wahrzunehmen
- Sie wechseln die Perspektive um zu sehen, was außer dem Verlust an Gutem und Tragenden da ist
- Sie werden durch Ressourcenarbeit unterstützt, wieder Boden unter der Füßen zu spüren um (erste) Schritte in eine veränderte Zukunft zu wagen

Begleitet wird dieses Seminar zusätzlich von der [Gastreferentin Barbara Ziegler](#), Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Familientherapeutin & Supervisorin. [www.rundumsystemisch.de](http://www.rundumsystemisch.de)

**Kosten\*:** 490 Euro. Ein Skript und Materialkosten sind im Preis enthalten.

**Plätze:** 8 –15 Teilnehmer/innen

### Ihre Termine:

#### Seminar 4: „Nimm Abschied und gesunde“

An dem Wochenende 13./14. Juni findet das Seminar freitags von 18:00 bis 21:30 Uhr und samstags von 10:00 bis 16:00 Uhr statt. Transferabend ist Montag der 5. Juli von 18:00-21:30 Uhr.

**Anmeldeschluss:** Donnerstag 29. Mai 2008



### Ulrike Pieper

arbeitet seit über 15 Jahren als Trainerin für Kommunen, Non-Profit-Organisationen, Fachhochschulen, Unternehmen und Institute der beruflichen Bildung in Bayern, Baden-Württemberg, Hamburg und Nordrhein-Westfalen

### (Hochschul) Qualifizierungen

Dipl.-Sozialpädagogin (FH)  
Cand. Dipl.-Psych. Gerontologin Univ. (postgrad.)  
Cand. Demografieberaterin (zertif.)  
Spiel- & Theaterpädagogin (AGS/BUT)

### Schwerpunktt Themen:

- Standortbestimmung & Neuorientierung
- Demografieberatung
- Vereinbarkeit von Beruf, Pflege und Familie
- Eldercare: Beratung, Begleitung und Informationsangebote für betreuende Angehörige
- Life-Work-Balance

### Inhouse Seminare:

Alle Angebote oder individuell zugeschnittene Seminarthemen sind nach Absprache auch in den von Ihnen gewünschten Räumlichkeiten zu vereinbarten Terminen und Konditionen buchbar.

Sprechen Sie mich an.

### Büro und Seminarräume

Kleestraße 21-23 (Nähe Südbad)  
90461 Nürnberg

Telefon: 0911/ 2398-5300  
E Mail: [info@ulrike-pieper.de](mailto:info@ulrike-pieper.de)  
[www.ulrike-pieper.de](http://www.ulrike-pieper.de)

## Coaching & Beratung

- Coaching ist eine individuelle Möglichkeit, neue Wege zu erkunden.
- Coaching bietet die Möglichkeit persönliche, berufliche oder familiäre Entwicklungen zu einer besseren Lebens-, und Arbeitsbalance (life-work-balance) in Übereinstimmung zu bringen
- Coaching heißt, dass Sie sich bewusst mit sich selbst und dem Prozess, in dem Sie sich befinden, auseinandersetzen – und sich die Zeit nehmen, die Sie dafür brauchen.

### Besonderes Angebot:

Für alle Seminarteilnehmer/innen ist ein individuelles Coaching zur Besprechung Ihrer beruflichen oder persönlichen Situation ab Seminarbeginn bis acht Wochen nach dem letzten Treffen zu einem **Sonderpreis** möglich.

### Veranstaltungsort

Alle Seminare finden ohne Bewirtung in den neuen Räumen von Nexus Start Werk, Kleestraße 21-23, 90461 Nürnberg statt.

### Anmeldebedingungen

Das Anmeldeformular kann telefonisch unter 0911/ 2398-5300 angefordert werden oder unter [www.ulrike-pieper.de](http://www.ulrike-pieper.de) ausgedruckt und an :

Ulrike Pieper,  
Kleestraße 21,  
90461 Nürnberg

ausgefüllt geschickt werden. Nach Eingang der Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung mit Rechnung. Die Teilnahmegebühr ist innerhalb von zwei Wochen auf das angegebene Konto einzuzahlen. Eine Teilnahmebestätigung erhalten Sie während der Veranstaltung.

Ausführliche Anmeldebedingungen können unter [www.ulrike-pieper.de](http://www.ulrike-pieper.de) ausgedruckt oder telefonisch angefordert werden.



## Seminar Programm

Frühling/Sommer

2008

- Neue Wege suchen
- Berufung & Beruf
- Nimm Abschied und gesunde