



**Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Tourismus Baden-  
Württemberg**

📅 22.10.2022

22.10.22 10 - 14 UHR

# Was Frauen in der Lebensmitte bewegt – oder: Wenn die Welt auf einmal Kopf steht

## Ort

**vhs Friedrichshafen, Charlottenstr. 12/2, 88045  
Friedrichshafen**

## Beschreibung

„War's das schon, kommt da noch was?“ Das sind typische Fragen, die wir uns irgendwann in der Lebensmitte stellen. Vieles wird plötzlich infrage gestellt: Der Job, der längst Routine ist, die Beziehung, der Freundeskreis - irgendwie läuft's, trotzdem fühlen wir uns oft leer, unruhig und getrieben. Wir scharren innerlich mit den Füßen und kommen doch nicht vom Fleck. Beruflich nochmal neu (durch)starten? Wieviel Zeit haben wir noch für solche Veränderungen? Ist immer noch alles möglich? Die Lebensmitte ist eine Zeit, die Fragen aufwirft. Eine Zeit des Richtungswechsels und des Bilanzierens, aber auch eine Zeit neuer Freiräume, Entfaltungs- und Gestaltungsmöglichkeiten – beruflich und privat.

In diesem Workshop beleuchten wir die Lebensphase „Lebensmitte“ genauer. Es geht um die Sinn-Frage, um (Selbst)-Werte und um neue Bedürfnisse. Sie erfahren, weshalb uns dieser Lebensabschnitt so sehr umtreibt und welche Fragen Sie sich jetzt stellen sollten.

## Referentinnen/Referent

Alexandra Bolle, Jahrgang 1965, war viele Jahre in den Bereichen Vertrieb und Marketing in internationalen Konzernen angestellt. 2015 ging sie als systemische Beraterin, Dozentin und Trainerin in die Selbständigkeit. Mittlerweile arbeitet sie als psychologische Beraterin und Business Coach in

eigener Praxis und begleitet Frauen in Umbruchsituationen in der Mitte des Lebens. Ausbildungen zur Meditations- und Resilienz-Trainerin, runden ihr Portfolio ab.

<https://alexandra-bolle.de>

## Veranstalterinnen/Veranstalter

- Kontaktstelle Frau und Beruf Ravensburg – Bodensee-Oberschwaben
- IHK Bodensee-Oberschwaben
- Handwerkskammer Ulm, Außenstelle Ravensburg
- familyNET
- vhs Friedrichshafen
- Jobcenter Landratsamt Bodenseekreis
- Jugendamt Landratsamt Bodenseekreis
- Beauftragte für Chancengleichheit der Agentur für Arbeit Konstanz-Ravensburg
- Veronika Wäscher-Göggerle – Frauen- und Familienbeauftragte des Landratsamts Bodenseekreis
- Sonja Grauberger – Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Ravensburg
- Eva-Maria Komprecht – Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Ravensburg

## Anmeldung

VHS Friedrichshafen, Tel. 07541/20 33 400, [siegle@vhs-fn.de](mailto:siegle@vhs-fn.de)

## Teilnahmegebühr

50 Euro

### Link dieser Seite:

<https://wm.baden-wuerttemberg.de/de/arbeit/gleichstellung-in-der-wirtschaft/wirtschaft-und-gleichstellung/frauenwirtschaftstage/veranstaltungen-frauenwirtschaftstage/was-frauen-in-der-lebensmitte-bewegt-oder-wenn-die-welt-auf-einmal-kopf-steht?print=1&cHash=3327810cf338a9ede7be791bf4fc87b5>