

FrauencoachenFrauen GbR

Newsletter: Nummer 4

Juli/August 2007

Zu den Inhalten:

1. Unser Aphorismus für Sie
2. Offener Treff
3. Frauen coachen Frauen läuft
4. Frauen coachen Frauen international: Andrea Juchem-Fiedler in Ankara
5. Interview: raumdirekt
6. Frauen coachen Frauen im Lernladen am Ostkreuz: Seminar zum Thema Selbstmarketing
7. Ankündigungen
8. Frauenporträt: Im Gespräch ist Frau Adler, Fotografin und Geschäftsführerin von AVIVA - Berlin

Zu 1. Unser Aphorismus für Sie

Wie viele Sorgen verschwinden, hat man sich einmal entschieden,
nicht etwas zu sein, sondern jemand.

COCO GABRIELLE CHANEL

Zu 2. Offener Treff

Nach unserer kleinen Sommerpause im Juli findet unser nächster **offener Treff** - wie gewohnt – in der **Zitrone** in Kreuzberg (Dieffenbachstr. 56, 10967 Berlin) am **20. September um 20:00 Uhr** statt.

Falls das Wetter sich von seiner besten frühherbstlichen Seite zeigen sollte, sitzen wir natürlich wieder draußen auf den Bänken! Und für alle, die uns nicht persönlich kennen: Wir stellen unsere Flyer auf den Tisch, damit wir sofort zu erkennen sind!

Zu 3. Frauen coachen Frauen läuft

Mediziner und Läufer überschütten den Ausdauersport Laufen mit Lob. Da muss doch was dran sein: Laufen ist gesund.

Und wer bisher noch gar keinen Zugang zum Laufen gefunden hat, weil Laufen so langweilig oder zu anstrengend ist, der sollte es doch einmal mit uns probieren und am

22. September um 11:00 Uhr mit uns laufen.

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

Treffpunkt:

Biergarten am Schleusenkrug in der Müller-Breslau-Str. im Bezirk Tiergarten / Nähe Bahnhof Zoo, direkt an der Tiergartenschleuse (dort ist eine Brücke und dort treffen wir uns)

Und es kann wirklich jeder laufen (oder walken) – wir sind keine „Profis“!!!!

Zu 4. Frauen coachen Frauen international: Andrea Juchem - Fiedler in Ankara

Ein Beitrag von Andrea Juchem - Fiedler

Liebe Leserinnen, liebe Kundinnen, liebe Frauen,

große Neuigkeiten werfen ihre Schatten voraus, so dass es die eine oder andere bereits weiß: *Frauen coachen Frauen* wird international!

Ab 01. September 2007 werden wir unsere Angebote auch für türkische Frauen zur Verfügung stellen. Nicht in Berlin, denn hier bieten wir bereits in Kürze unseren Kurs „Migrantinnen machen Karriere“ an.

Nein, unsere Angebote finden tatsächlich vor Ort statt. Wie das? Nun, zum Einen wird das möglich, weil *Frauen coachen Frauen* online Coaching und online Kurse anbietet. Zum Anderen habe ich mich, nach einer ganzen Weile der Planung, nun endlich entschieden, mit meiner Familie für die nächsten vier Jahre nach Ankara umzusiedeln.

Ich freue mich sehr auf die neuen beruflichen und auch privaten Herausforderungen, die vor mir liegen.

Gerade in der Situation, in der sich die Türkei befindet, werden wir mit den Angeboten von *Frauen coachen Frauen* große Möglichkeiten haben. Die Türkei ist im Aufbruch/Umbruch, noch steht sie vor den Schranken der EU, aber bereits jetzt haben die türkischen Frauen sich ihren Platz erobert und werden diesen Weg weiterverfolgen. Genau dabei wird *Frauen coachen Frauen* sie unterstützen und ein Stück weit begleiten.

Für unsere bisherigen Kundinnen und für die Leserinnen unseres Newsletters wird sich nichts ändern. Alles geht weiter wie bisher. Allerdings werde ich an dieser Stelle in Zukunft über das neue Leben in Ankara berichten.

Bis bald also und hoşÇ kalın
Andrea Juchem - Fiedler

Zu 5. Interview: raumdirekt

Im letzten Newsletter haben wir raumdirekt vorgestellt und ein Interview in Aussicht gestellt – hier kommt es! Zur Erinnerung: Raumdirekt ist eine Online-Börse, die im deutschsprachigen Raum auf das Mieten und Vermieten von Arbeitsräumen spezialisiert ist. D.h. wenn Sie einen Arbeitsraum (auf Zeit) suchen oder anbieten wollen, besuchen Sie www.raumdirekt.com.

Im Gespräch sind Martina Gruber und Anita Posch, Geschäftsführerinnen von querform.at - projekte & design OG - www.querform.at. Martina Gruber und Anita Posch sind gleichzeitig die Ideengeberinnen für Raumdirekt.

F-c-F: Frau Gruber, wie haben Sie das letzte Mal in Österreich einen Raum gesucht? War das ein frustrierendes Erlebnis oder wie kamen Sie auf die Idee, *raumdirekt* ins Leben zu rufen?

raumdirekt: ☺

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

Wir haben im Mai 2007 neue Büroräume für uns gesucht und auf *raumdirekt.com* eine Suchanfrage aufgegeben. Es hat sich schnell was gefunden, im Juni wurde renoviert und im Juli sind wir eingezogen. Zuvor haben wir alle möglichen Arbeitsformen ausgetestet bzw. erfahren: temporäre Zwischenmieten in Bürogemeinschaften, Arbeiten von zuhause oder Schaffung von Arbeitsraum durch Mitbegründung einer Ateliergemeinschaft. Die Idee eine Plattform wie *raumdirekt* zu gründen basiert auf unserer persönlichen Erfahrung, dass es insbesondere für NeugründerInnen, Freiberufler, Selbständige und kleinere Firmen oft schwierig ist, rasch passende Räumlichkeiten für ihr Unternehmen zu finden. *raumdirekt.com* ging Ende 2006 online.

F-c-F: Zwischen Wien, Ihrem Standort, und Berlin liegen einige Kilometer - warum ist Berlin für Sie und Ihr Unternehmen interessant? Gibt es hier besonders viele Existenzgründerinnen und Unternehmerinnen, die auf Raumsuche sind?

raumdirekt: *raumdirekt.com* strebt als Markt den gesamten deutschsprachigen Raum an. Berlin als Standort ist für *raumdirekt* insofern sehr interessant, als die GründerInnen- und Kreativwirtschafts-Szene in Berlin und anderen deutschen Großstädten vielfältig und ausgeprägt ist. Das hängt einerseits sicherlich mit der Größe der Stadt zusammen, andererseits mit einem Umfeld, das neue Arbeitsformen und kollektive Zusammenschlüsse (Büro- und Praxismgemeinschaften, UnternehmerInnen-Zentren etc.) notwendig macht, aber auch fördert. Das Angebot, aber auch die Nachfrage v.a. nach temporär verfügbaren Räumen ist in Berlin einfach größer als in Wien. Zudem besteht zwischen den beiden Städten ein reger Austausch bzw. Pendelverkehr. Wiener ArchitektInnen haben gerne Niederlassungen in Berlin und umgekehrt. Die Kreativszene in Wien holt sich Inspirationen von längeren (Arbeits-)aufenthalten in Berlin...

F-c-F: Wer ist denn die Zielgruppe für die Online-Börse für Arbeitsräume? Sind es die Frauen oder steht sie auch den Männern zur Verfügung ☺ ?

raumdirekt: Die Zielgruppe umfasst angebots- und nachfrageseitig folgende Gruppen: Selbstständige, GründerInnen, FreiberuflerInnen, Entrepreneur, Gründer- und Technologiezentren, Business Center, Seminarzentren, Tagungs- und Konferenzhotels und auch gewerbliche MaklerInnen.

F-c-F: Was ist das Besondere an *raumdirekt*?

raumdirekt: Das bisher bestehende Angebot bezüglich Vermietung und Suche auch von temporär nutzbaren Arbeitsräumen im Internet bot wenig bis keine Diversifikation beim Raumangebot. Angebot und Nachfrage wurde bis dato über verschiedenste Mailinglisten ressourcenaufwändig platziert. *raumdirekt.com* füllt diese Lücke.

Innovativ sind die Suchmöglichkeiten nach zeitlicher Verfügbarkeit, technischer Ausstattung und Zielgruppe für die Räumlichkeiten. Mittels Suchprofil erhält man automatisch die neuesten Angebote per E-Mail, den Inseraten können Bilder, Grundrisse, Ausstattungsdetails sowie eine kurze Eigenpräsentation hinzugefügt werden. Zur Schaffung von Synergien zwischen AnbieterInnen und Suchenden können Eigenpräsentationen erstellt und direkt Kontakt aufgenommen werden. Ein auf *raumdirekt.com* eigens eingerichteter Blog (*) bietet zusätzlich zielgruppenrelevante News rund um die Themen neue Arbeitsformen, Entrepreneurship, Unternehmens- und Bürogründung, Standortfragen uvm.

(*) Ein Weblog (ein Kunstwort aus 'Web' und 'Logbuch'), üblicherweise einfach nur Blog genannt, ist eine Webseite, die periodisch neue Einträge enthält.

F-c-F: Wie muss ich mir das konkret vorstellen, wenn ich einen Raum in Berlin suche? Ich gehe auf Ihre Website, gebe meine Kriterien ein und erhalte eine Trefferliste? Und

dann nehme ich direkt Kontakt zu dem Vermieter auf, dessen Objekt mein Interesse geweckt hat? Bezahle ich nichts für Ihre Dienstleistung?

raumdirekt: Suche und Registrierung sind kostenlos. Wenn Sie in Berlin einen Raum suchen, geben Sie bei "Lage" Berlin ein. Zusätzlich können Sie den gesuchten Raumtyp definieren. Sie können sich weiterhin registrieren und ein Suchprofil anlegen. Gehen neue Inserate online, die Ihren Suchkriterien entsprechen (Raumtyp, Ort, Zielgruppe etc.), erhalten Sie per E-Mail eine Verständigung mit einem entsprechenden Link. UserInnen, die nicht eingeloggt sind, können "Anfragen senden", "Objekte weiterempfehlen" und die Kontaktdaten zu den Inseraten einsehen. Kostenpflichtig ist die Anlage bzw. Veröffentlichung von Inseraten sowie Werbung auf *raumdirekt.com*.

F-c-F: Wenn Sie drei Wünsche offen hätten: Was würden Sie sich für *raumdirekt* wünschen?

raumdirekt:

1. Dass die Zahl der Angebote zunimmt, wir verzeichnen viel mehr Nachfragen als angebotsseitig derzeit abgedeckt wird.
2. Dass *raumdirekt*, wenn es um das Anbieten, Suchen und Finden von Arbeitsräumen geht, erste Anlaufstelle im deutschsprachigen Raum wird.
3. Dass über *raumdirekt* die regionale, nationale und internationale Vernetzung der Zielgruppe gefördert wird.

F-c-F: Vielen Dank für das Interview.

Zu 6. Frauen coachen Frauen im Lernladen am Ostkreuz: Seminar zum Thema Selbstmarketing

Selbstmarketing für ein bewusstes und erfolgreiches Auftreten im Vorstellungsgespräch

Der berufliche Erfolg hängt von einem klaren Profil und auch vom persönlichen Auftritt ab. Umso wichtiger ist es, bei der Gestaltung der persönlichen Erfolgsstrategie auf beide Aspekte Wert zu legen. Die Freude ist groß, wenn der Weg bis zum Bewerbungsgespräch gemeistert ist. Die Enttäuschung und der Frust ist riesengroß, wenn der erhoffte Job wieder an eine andere Bewerberin gegangen ist. Oft wissen die Frauen gar nicht, warum es denn nicht geklappt hat – an den Fähigkeiten und Kenntnissen kann es nicht gelegen haben, denn die Anforderungen an das berufliche Profil wurden erfüllt.

Aber hat die Bewerberin auch an den persönlichen Auftritt gedacht? Entscheidungen pro oder contra eines potenziellen Arbeitnehmers werden auch durch Sympathie bestimmt. Die Frage lautet: Ist die Bewerberin/der Bewerber sympathisch wahrgenommen worden und was kann man dafür tun?

Während des Workshops haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Gelegenheit, über die bisherigen Bewerbungssituationen zu reden, zu reflektieren und über den persönlichen Auftritt nachzudenken.

Dazu gehören u.a. folgende Inhalte:

- Einstieg ins Bewerbungsgespräch
- Körpersprache
- Erscheinungsbild - passende Kleidung für unterschiedliche Branchen
- Umgangsformen

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

Dieser Workshop ist offen für 8 Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die bereits Erfahrungen mit Bewerbungsgesprächen gemacht haben und ihr persönliches Auftreten verbessern wollen.

Der Workshop findet im LernLaden statt. Anmeldung bitte direkt im LernLaden.

Kontakt: Frau Rülke

Neue Bahnhofstraße 8, 10245 Berlin

Tel. 030/20078139

E-Mail: lernladen.ostkreuz@LNBB.de

1. Termin: 12.09. von 10.30h bis 14.30h

2. Termin: 03.11. von 11.30h bis 15.30h

Teilnahmegebühr: 25 Euro pro Teilnehmer/in

Zu 7. Ankündigung

- Vom 07. – 09. September findet das BPW European Symposium - Career, Future, Family im Berliner Dorint Novotel statt. Der Business and Professional Women Club Berlin e.V. (BPW) lädt alle ein, die sich für die Vereinbarkeit von Beruf und Familie einsetzen oder sich über das Thema informieren wollen. Als Kooperationspartner sind der Verband berufstätiger Mütter e.V. (vbm) und der VEND e.V., das Väterexpertenetz Deutschland, mit dabei. Weitere Informationen unter

http://www.bpw-germany.de/calendar_event.php?eid=20061018110434389

- Vom 27. September 2007 bis 28. September 2007 veranstaltet die Hans-Böckler-Stiftung im Umweltforum Berlin eine Fachtagung zum Thema „Gleichstellung ohne Vereinbarkeit - Vereinbarkeit ohne Gleichstellung? Zum Verhältnis von Gleichstellungspolitik und Familienpolitik“. Programm und Anmeldeformular gibt es unter http://www.boeckler.de/cps/rde/xchg/SID-3D0AB75D-DB43B027/hbs/hs.xsl/33_87251.html
- Am Mittwoch, den 12. September 2007 organisiert der VBM um 19.30 Uhr einen Abend zum Thema „Spontan-Betreuung/“24-St.-Betreuung“ im Cum Laude, Universitätsstr. 4 , Berlin-Mitte.
Am 10. Oktober 07 heißt das Thema „Au-Pair“. Dieser Abend findet auch im Cum Laude, Universitätsstr. 4 , Berlin-Mitte, um 19:30 Uhr statt.

Zu 8. Frauenporträt: Im Gespräch ist Frau Adler, Fotografin und Geschäftsführerin von AVIVA-Berlin

Sharon Adler, 44 Jahre, 1 Kind (11 Jahre) ist Fotografin und Geschäftsführerin/ Chef-redakteurin von AVIVA-Berlin, das Frauenonline- Magazin
homepages: www.aviva-berlin.de und www.pixelmeer.de

In kreativer Arbeitsatmosphäre, im Prinzip am Küchentisch mit einem verrückt umher flatternden Wellensittich, treffe ich Sharon Adler, um das Interview zu führen. Vor mir sitzt eine Frau, die so viele Informationen, Gedanken und Ideen hat, aus der Praxis so viel zu berichten weiß, dass ich zwischendurch vergessen habe, Notizen zu machen, weil es einfach herrlich ist, sich mit Sharon Adler zu unterhalten, gemeinsam zu lachen, den roten

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

Faden zu verlieren und wieder aufzunehmen, – sie ist scharfsinnig und wortschnell – und eine wunderbare Netzwerkerin!

F-c-F: Frau Adler, Sie sind Geschäftsführerin und Chefredakteurin des Frauenonline-Magazins AVIVA. Sie haben AVIVA-Berlin am „Küchentisch“ gegründet. Das hört sich nach einer spontanen Idee an. Was hat Sie dazu bewegt? Waren Sie etwa in Elternzeit?

Frau Adler: Nein, in der Elternzeit war ich nicht, dazu war mein Kind schon zu groß. Außerdem war ich schon immer selbständig und hatte nie wirklich Elternzeit. Aber der Küchentisch ist mir schon wichtig. Viele andere Frauen haben ihre Unternehmen am Küchentisch gegründet, so Helena Rubinstein, die ihre Karriere mit 12 Cremedosen begann, indem sie nach alten Rezepten neue Cremes anrührte und aus dem Nichts ein Kosmetikimperium aufbaute. Oder Anita Roddick, die Gründerin vom Body-Shop, die viel gereist ist und mit einer ungewöhnlichen Unternehmensphilosophie, mit viel politischem und sozialem Engagement einen großen Kosmetikkonzern schuf. Was ich sagen will ist, dass es viele unterschiedliche, individuelle Gründungen und Gründungsanlässe gibt, auch ohne High-Tech-Büros. Ich bin ausgebildete Fotografin und eher ein handwerklicher Typ, weswegen ich nach einer Fortbildung und nicht nach einem Studium suchte. Ich habe mich dann für Web-Design entschlossen – damals gab es übrigens noch gute ESF-Fördermöglichkeiten. Als Abschlussarbeit dieser Weiterbildung habe ich mit einer Grafikerin zusammen das Gerüst für AVIVA entworfen, die Idee hat mich nach der Weiterbildungszeit nicht mehr losgelassen. So entstand im Prinzip die Gründung von AVIVA am Küchentisch.

F-c-F: Wie haben Sie es geschafft, aus einer Idee ein Magazin zu formen, dass auch im 7. Jahr nach seiner Gründung AVIVA-Berlin eine informative und vielseitige Plattform von, für und über Frauen ist?

Frau Adler: Indem ich nie aufgehört habe, mich weiter zu entwickeln, auch wenn wir mal einen Auftrag nicht erhalten haben. Immer wieder sind neue Ideen entstanden, die ich umsetzte. Nicht zuletzt, weil viele Frauen viele gute Sachen für AVIVA machen, weil wir eben nicht stehen bleiben.

F-c-F: Hinter den Rubriken wie Women & Work, Jüdisches Leben oder Ladies Net verbergen sich Top-Themen, Informationen oder Veranstaltungshinweise. Um immer auf dem aktuellen Stand zu sein, stellen Sie auf der Website - wenn ich mich nicht verzählt habe - 38 Mitarbeiterinnen vor. Sind Sie ein familienfreundliches Unternehmen und was tun Sie dafür?

Frau Adler: (lacht) – Es ist tatsächlich so, dass viele Freiberuflerinnen für AVIVA schreiben: Freie Redakteurinnen, Webdesignerinnen, Grafikerinnen, Marketing-Spezialistinnen. Die gute Atmosphäre entsteht dadurch, dass wir unkompliziert zusammen arbeiten und im ständigen Austausch miteinander sind. Dazu gehört dann auch, dass wir durchaus abends noch beisammen sitzen und bei einem Glas Wein Bücher der Verlagsvorschauen und anderes auswählen, das wir rezensieren oder veröffentlichen wollen. Letztendlich öffnet AVIVA auch Türen...

F-c-F: Frau Adler, wie schaffen Sie als Chefin den Spagat zwischen Familie und Beruf?

Frau Adler: Für mich als Selbständige gibt es die Trennung zwischen Familie und Beruf nicht. Wichtig ist für mich, dass Familie/Kind und Beruf immer gleichwertig nebeneinander stehen. Aber man muss sich auch bewusst machen, dass die Familie nicht so steuerbar ist wie der Beruf – wenn mein Kind krank ist oder irgendwas Anderes Unvorhersehbares passiert, ja, dann muss ich schnell reagieren – und wir Frauen oder Mütter haben einfach ein großes Organisationstalent! Sicherlich ist auch nicht jede für die Selbständigkeit geboren. Kein Kunde ist dir jemals wirklich sicher und die Risiken einer Selbständigkeit dürfen nicht verschwiegen werden. Wenn man Pech hat, fällt beispielsweise der langersehnte Urlaub

www.frauen-coachen-frauen.de

Andrea Juchem-Fiedler (ajf@frauen-coachen-frauen.de)

Daniela Saueremann (ds@frauen-coachen-frauen.de)

aus. Ich habe das Glück, dass sich meine Batterien schnell wieder aufladen, da reicht manchmal schon ein Saunabesuch. Und dann schließt sich der Kreis aber auch schon wieder. Wenn ich privat unterwegs bin, kann es passieren, dass ich wieder interessante Leute kennen lerne oder Situationen erlebe, die ich wiederum beruflich umsetzen kann. Insofern lässt sich für mich Beruf und Familie oder Beruf und Privates gut miteinander verbinden.

Eins fällt mir noch dazu ein: Die Akzeptanz unter Frauen muss generell größer werden. Kennen Sie das Buch von Kornelie Kister: „Mütter, euer Feind ist weiblich?“ Die Autorin hat damit eine Diskussion eröffnet, wie Frauen sich das Leben gegenseitig zur Hölle machen. Sehr interessant! Ganz gleich, ob es um die Vollzeitmama oder um die Karrierefrau, die Teilzeitmutter oder Alleinerziehende geht. Mit dem Buch hat sich Kornelie Kister bestimmt nicht nur FreundInnen gemacht.

F-c-F: Eine Frage zum Schluss, die wir jeder Frau in unserem Frauenporträt stellen: Gibt es für Sie ein Motto, wie wir Frauen Familie und Beruf unter einen Hut bekommen?

Frau Adler: Sich ein gutes Netzwerk schaffen!

F-c-F: Vielen Dank für das Interview.

Das Buch von **Cornelie Kister**

Mütter, Euer Feind ist weiblich!

Wie Frauen sich gegenseitig das Leben zur Hölle machen

Eichborn Verlag, erschienen 05. März 2007

ISBN 382186012X

EAN 9783821860121

Euro 12,90 / SFr 22,5

Das Buch wurde von Sharon Adler rezensiert: Siehe auch unter:

http://www.aviva-berlin.de/aviva/content_Buecher.php?id=8767

oder unter **Aktuelles** bei *Frauen coachen Frauen*

Das aktuelle **Buch von Sharon Adler** heißt "**Damenwahl**". Hier berichten 40 prominente und nicht prominente Frauen über ihr Verhältnis zum Auto.

Weitere Infos unter:

www.aviva-berlin.de und www.pixelmeer.de