

# Ausführungen zu folgenden Themen

„Netzwerke & Co.“

&

Fundstücke rund um  
Arbeit, Karriere, Potentialentfaltung  
und  
Life-in-Balance

&

Good News rund um Beruf(ung), Life-in-  
Balance und nachhaltiges Business

erstellt von



**Heidi Wellmann**  
**TopCareer Personalmanagement**  
**Lilienstraße 62a**  
**68535 Edingen-Neckarhausen**

Inhalt	Seite
Netzwerke für Frauen ( Karriere & Beruf )	3
Zitate	4
So werden Sie bei Xing gefunden	5
Infos zum Fernstudium	5
Autobiographie in fünf Kapiteln	5
Gute Nachrichten rund um Beruf(ung), Life-in-Balance und nachhaltiges Business	6
Buchtipps	7
Das Paradoxon unserer Zeit	7
Aktuelles	9

## Ein herzliches Hallo liebe Leserinnen und Leser!

Heute geht es vorrangig um die Nutzung von **Netzwerken**, schwerpunktmäßig für Frauen, aber nicht nur 😊 .

Weiterhin gibt es **Fundstücke** sowie **Good News** rund um **Beruf(ung), Life-in-Balance und nachhaltiges Business**.

**Informieren Sie sich und lassen sie sich inspirieren.**

Herzliche Grüße  
Heidi Wellmann

## Netzwerke für Frauen ( Karriere & Beruf )

Ein herzliches Hallo,

anbei eine Auflistung von Netzwerken, welche im Besonderen für Frauen, zum Thema Beruf & Karriere, gedacht sind, jedoch auch für Männer von Interesse sein können ☺. Hierbei handelt es sich keineswegs um eine vollständige Auflistung, daher freue ich mich über Ergänzungen.

### **Business and Professional Women (Deutschland)** (<http://www.bpw-germany.de/>)

Der BPW ist eines der größten Berufsnetzwerke von Frauen weltweit. In 35 Städten in Deutschland und in über 100 Ländern der Welt treffen sich berufstätige Frauen aus allen Berufsgruppen zum Netzwerken und zum Erfahrungsaustausch. Links zu den Clubs der einzelnen Städte auf der Internetseite.

### **Successity.de** <http://www.successity.biz>

Successity.de ist eine virtuelle Support-Plattform mit diesen Zielen: Informieren, Motivieren, Unterstützen und Vernetzen. Neben einem Magazin mit qualitativ hochwertigen, wissenswerten Artikeln finden Sie auf Successity.de moderierte Fachforen und technische Networking-Funktionen. Besonders hilfreich sind dabei die lösungsorientierten Module. Dazu gehören die "Virtuellen Erfolgsteams" mit der Möglichkeit, unter fachlicher Anleitung persönliche Ziele zu erreichen sowie das "Virtuelle Klassenzimmer" mit Online-Workshops zur persönlichen Weiterentwicklung.

### **women** (<http://www.women.de/>)

Eine Einstiegsseite für Unternehmerinnen, Frauen im Management, Freiberuflerinnen, Netzwerke und Organisationen. Bietet u.a. Business News, viele Kurzberichte auch aus dem IT-Bereich, Infos über Veranstaltungen, ein Branchenverzeichnis, eine eigene Jobbörse und vieles mehr.

### **European Women´s Management Development Network** (<http://www.ewmd.org/>)

Das European Women´s Management Development (EWMD) ist ein Zusammenschluss verschiedener Organisationen, Firmen und Einzelpersonen aus Wirtschaft, Bildung und Politik aus mehr als 25 Staaten. Ziel des EWMD ist es, Frauen den Weg in das Management zu ebnet - indem Hindernisse auf diesem Weg aufgedeckt und Qualitätsstandards und best-practice-Beispiele entwickelt werden.

### **Connecta - Das Frauennetzwerk** (<http://www.frauennetzwerk-connecta.de/>)

Netzwerk mit formeller und informeller Ausrichtung bei dem der Netzwerkgedanke im Vordergrund steht. Ziel ist die gegenseitige Förderung von persönlichen und beruflichen Kompetenzen. Zahlreiche regionale und überregionale Aktivitäten, wie die Organisation von Workshops, Vorträgen und Seminaren.

### **B.F.B.M - Bundesverband der Frau im freien Beruf und Management**

(<http://www.bfbm.de/>) Im B.F.B.M., dem Bundesverband der Frau im freien Beruf und Management, haben sich engagierte Frauen zusammengeschlossen, um ein bundesweites Netzwerk aufzubauen, durch das weibliche Führungskräfte und selbstständige Frauen in Wirtschaft, Gesellschaft und Politik umfassende Förderung erfahren. Die Internetseite bietet vielfältige Informationen, Linktipps, ein Wissensarchiv und Diskussionsforen.

**femity - the female business community** (<http://www.femity.net/>)

femity ist eine Networkingplattform für berufstätige Frauen in Deutschland und Österreich. Als Mitglied können Sie auf den Erfahrungsschatz der anderen Teilnehmerinnen zugreifen und Ihr eigenes Netzwerk aufbauen.

**Bundesweite Gründerinnenagentur** (<http://www.gruenderinnenagentur.de/>)

Die bundesweite gründerinnenagentur (bga) ist das erste und einzige deutschlandweite Informations- und Servicezentrum zur unternehmerischen Selbständigkeit von Frauen über alle Branchen und Phasen der Existenzgründung, Festigung und Unternehmensnachfolge. Women on top –

**Verband der weiblichen Fach- und Führungskräfte** (<http://www.womenontop.de/>)

Der Verein Women on top bietet Frauen in Führungs-, Entscheidungs- und Aufstiegspositionen, aber auch Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten, Hochschulabsolventinnen sowie Existenzgründerinnen ein Forum für Koalitionen und Vernetzungen. Frauen sollen Unterstützung beim Aufbau und der Vermarktung Ihrer Kompetenzen bekommen und sensibilisiert werden für die unternehmenskulturellen und -politischen Aspekte der Karriereplanung.

**Women's Careers Community** (<http://www.womens-careers.info/>)

Die Women's Careers Community (WCC) ist eine Plattform für Frauen, die sich beruflich neu orientieren und positionieren möchten und hierbei Unterstützung suchen oder anbieten können. Dieser Austausch findet virtuell über Foren, Chat sowie virtuelle Erfolgsteams statt. Im virtuellen Beratungscenter gibt es vertrauliche Einzelberatungen (Karriere Coaching) für Frauen, die gezielte Fragestellungen haben.

## Zitate

- ✚ Tun Sie gelegentlich etwas, womit Sie weniger oder gar nichts verdienen. Es zahlt sich aus! Oliver Hassencamp, dt. Schriftsteller, 1921-1988
  
- ✚ Wenn in einer Beziehung Unordnung herrscht, fehlt die Liebe, und diese Unordnung herrscht da, wo man sich anpaßt. *Krishnamurti, Über die Liebe*
  
- ✚ Zusammenkommen ist ein Anfang. Zusammenbleiben ist ein Fortschritt. Zusammenarbeiten ist ein Erfolg. Henry Ford
  
- ✚ Es ist nicht fair von anderen zu verlangen, was du selbst nicht zu tun bereit bist. Anna Eleanor Roosevelt
  
- ✚ Man ist schlecht beraten, wenn man nur mit Menschen zusammenarbeitet, die nie widersprechen (Ludwig Rosenberg).

## So werden Sie bei Xing gefunden

Um im Orientierungs- und Bewerbungsprozess gefunden zu werden, muss man die richtigen Weichen stellen, daher hier folgender Tipp, welcher aus dem aktuellen Oster-Newsletter von Svenja Hofert (für die Xing-Gruppe: Karriere und Entwicklung) stammt:

**Karriere-Tipp: So werden Sie bei Xing gefunden** - Hier noch der Link: <https://www.xing.com/net/priafb257x/karriereentwicklung/newsletter-archiv-15489/gruppen-newsletter-ostern-2010-frohes-finden-29187789/29187789/#29187789>

## Infos zum Fernstudium

Fernstudium ist ja für viele ein Thema, mit Recht auch. Hierzu anbei folgender Tipp: Markus Jung gründete 2004 das Portal Fernstudium-Infos: <http://www.fernstudium-infos.de> über das sich Studieninteressierte und Fernstudenten austauschen können. Seitdem hat es sich zu einem der umfangreichsten, deutschsprachigen Informationsangebote zu diesem Thema entwickelt, mit über 15.000 registrierten Nutzern.

Hier findet man auch einen Artikel mit dem Gründer Markus Jung: <http://karrierebibel.de/fernstudium-gesundheit-bwl-und-informatik-sind-die-beliebtesten-facher/>

## Inspiration - Autobiographie in fünf Kapiteln:

1. Ich gehe die Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig. Ich falle hinein. Ich bin verloren...Ich bin ohne Hoffnung Es ist nicht meine Schuld. Es dauert endlos, wieder herauszukommen.

2. Ich gehe dieselbe Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig. Ich tue so, als sähe ich es nicht. Ich falle wieder hinein. Ich kann nicht glauben, schon wieder am gleichen Ort zu sein. Aber es ist nicht meine Schuld. Immer noch dauert es sehr, sehr lange, herauszukommen.

3. Ich gehe dieselbe Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig. Ich sehe es. Ich falle immer noch hinein...aus Gewohnheit. Meine Augen sind offen. Ich weiß, wo ich bin. Es ist meine eigene Schuld. Ich komme sofort heraus.

4. Ich gehe dieselbe Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig. Ich gehe darum herum.

5. Ich gehe eine andere Straße. Aus Sogyal Rinpoche- das tibetische Buch vom Leben und vom Sterben

**Fallen Sie noch oder gehen Sie schon?**

---

## **Gute Nachrichten rund um Beruf(ung), Life-in-Balance und nachhaltiges Business** - zusammengestellt von Heidi Wellmann

Hier finden Sie **einen Auszug** aus den aktuellen Good News.

\*\*\*\*\*

### **Stuttgarter Good News**

„Aktuelle Good News rund um Stuttgart“  
Quelle: <http://www.goodnews-stuttgart.de/>

\*\*\*\*\*

### **Schwerpunkt: Lebensplanung – Editorial: Die Alternative**

-Was waren das für gemütliche Zeiten. Als man noch wusste, dass man mit dem richtigen Studium ausgesorgt hatte. Als die Formulierung "Der Vertrag endet automatisch mit dem Erreichen des 65. Lebensjahrs" nicht wie ein Witz klang, sondern wie ein Versprechen. Als es noch die Chance gab, alles richtig zu machen. Und heute? Weiß nicht einmal mehr die Berufsberatung, was morgen gebraucht wird. Sind Karrieren nicht mehr planbar. Und Brüche so normal wie früher die goldene Uhr zum 25-Jährigen."

Quelle: [www.brandeins.de](http://www.brandeins.de) / Lesen Sie mehr: <http://www.brandeins.de/aktuelle-ausgabe/artikel/die-alternative-1.html>

\*\*\*\*\*

### **Klimaneutral drucken - jetzt auch ohne Isopropylalkohol**

„Senser Druck aus Augsburg ist bekannt für ökologisches und umweltfreundliches drucken. Seit vielen Jahren produziert Senser als bundesweiter Vorreiter mit Biofarben ohne Mineralöle, klimaneutral und mit TÜV zertifiziertem Ökostrom. Ein weiterer entscheidender Schritt war das Ziel, den umweltschädlichen und gesundheitsbedenklichen Isopropylalkohol (IPA) aus dem Drucksaal zu verbannen."

Quelle: [www.goodnewstoo.de](http://www.goodnewstoo.de) / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/yj6lv8y>

\*\*\*\*\*

### **Kommunikation - Reden ist Silber, Zuhören Gold**

„Führungskräfte und Angestellte sollen heute vor allem kommunizieren können – doch die Flut von Informationen in Mails und Meetings verdrängt eine Tugend, die wesentlich mehr bewirkt: das Zuhören."

Quelle: [www.wiwo.de](http://www.wiwo.de) / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/ykonnxs>

\*\*\*\*\*

## Empowering a new Spirit in Business

„Welche Bedeutung hat authentische, unternehmerische Verantwortung in moralischen Märkten und in Zeiten des Web 2.0s? Wie kann sich eine Organisation auch intern nachhaltig entwickeln? Vielen wichtigen Fragen rund um den Wachstumsmarkt Nachhaltigkeit widmet sich die vierte KarmaKonsum Konferenz am 25. und 26. Juni 2010 in Frankfurt am Main.

### Branchenübergreifender Treffpunkt für Vordenker

Zielgruppe der Business-Konferenz sind ökosoziale Vordenker aus Industrie, Wirtschaft und Presse. Die Konferenz richtet sich an Geschäftsführer und Entscheider aus der ökologischen und konventionellen Konsumgüterbranche, Produktmanager, CSR-Verantwortliche, Marketingfachleute, Journalisten und Markt- und Trendforscher. Aufgrund des branchenübergreifenden Ansatzes können sich alle Branchen von Lebensmittel und Kosmetik über Mode und Mobilität bis hin zu Banking und Energie angesprochen fühlen. „Wir sehen die KarmaKonsum Konferenz als eine ideale Plattform, um neue Kontakte zu knüpfen. Hier treffen sich die Kreativen und Macher, die für einen neuen Wohlstand sorgen werden“, so einer der Veranstalter Christoph Harrach.“

Alle weiteren detaillierten Informationen über die Konferenz, Hoteltipps und das Online-Anmeldeformular gibt es unter <http://karmakonsum.de/konferenz/>

Quelle: [www.utopia.de](http://www.utopia.de/) /

\*\*\*\*\*

## Anders denken, anders leben

„Die neue Zeitschrift „Oya - anders denken, anders leben“ ist ein ungewöhnliches neues Projekt in der deutschen Medienlandschaft. Mehr als hundert Leserinnen und Leser haben gemeinsam mit Autorinnen und Autoren und Mitgliedern der Redaktion eine Genossenschaft gegründet, um den Start eines neuen Magazins zu ermöglichen. "

Quelle: [www.humannews.de](http://www.humannews.de/) / Lesen Sie mehr: <http://tinyurl.com/y9ru3zv>

\*\*\*\*\*

## Buchtipp

Hier ein toller Buchtip: **Die Mohr-Methode: Ihr persönliches Grundlagenprogramm zu privatem Glück und beruflichem Erfolg** von Bärbel Mohr, Clemens Maria Mohr

Mir persönlich gefällt an diesem Buch vor allem, dass ein „Blumenstrauß“ an Möglichkeiten angeboten wird, welche man sich dann als Leser individuell zusammenstellen kann. Beide gehen in Ihren Ausführungen immer wieder auf das Thema negative Glaubenssätze und entsprechende Veränderungsmöglichkeiten ein. Es ist ein Buch, welches zwar keine neuen Weisheiten darlegt, aber welches praktisch orientiert ist, d. h. vieles kann man gleich in die Tat umsetzen. Auch ist es beiden gelungen, das Thema von zwei Seiten, nämlich dem Bereich der Intuition / Unterbewusstsein sowie dem Bereich der Ratio, aufzuzeigen, um das Ganze dann miteinander zu kombinieren. Ein empfehlenswertes Buch!

Hier der Link: <http://astore.amazon.de/wwwtopcareer0d-21/detail/3936862621>

## Das Paradoxon unserer Zeit

Wir haben hohe Gebäude, aber eine niedrige Toleranz, breite Autobahnen, aber enge Ansichten. Wir verbrauchen mehr, aber haben weniger, machen mehr Einkäufe, aber haben weniger Freude. Wir haben größere Häuser, aber kleinere Familien, mehr Bequemlichkeit, aber weniger Zeit, mehr Ausbildung, aber weniger Vernunft, mehr Kenntnisse, aber weniger Hausverstand, mehr Experten, aber auch mehr Probleme, mehr Medizin, aber weniger Gesundheit. Wir rauchen zu stark, wir trinken zu viel, wir geben verantwortungslos viel aus; wir lachen zu wenig, fahren zu schnell, regen uns zu schnell auf, gehen zu spät schlafen, stehen zu müde auf. Wir lesen zu wenig, sehen zu viel fern, beten zu selten.

Wir haben unseren Besitz vervielfacht, aber unsere Werte reduziert. Wir sprechen zu viel, wir lieben zu selten und wir hassen zu oft. Wir wissen, wie man seinen Lebensunterhalt verdient, aber nicht mehr, wie man lebt. Wir haben dem Leben Jahre hinzugefügt, aber nicht den Jahren Leben. Wir kommen zum Mond, aber nicht mehr an die Tür des Nachbarn. Wir haben den Weltraum erobert, aber nicht den Raum in uns. Wir machen größere Dinge, aber nicht bessere. Wir haben die Luft gereinigt, aber die Seelen verschmutzt. Wir können Atome spalten, aber nicht unsere Vorurteile.

Wir schreiben mehr, aber wissen weniger, wir planen mehr, aber erreichen weniger. Wir haben gelernt schnell zu sein, aber wir können nicht warten. Wir machen neue Computer, die mehr Informationen speichern und eine Unmenge Kopien produzieren, aber wir verkehren weniger miteinander. Es ist die Zeit des schnellen Essens und der schlechten Verdauung, der großen Männer und der kleinkarierten Seelen-, der leichten Profite und der schwierigen Beziehungen.

Es ist die Zeit des größeren Familieneinkommens und der Scheidungen, der schöneren Häuser und des zerstörten Zuhause. Es ist die Zeit der schnellen Reisen, der Wegwerfwindeln und der Wegwerfmoral, der Beziehungen für eine Nacht und des Übergewichts. Es ist die Zeit der Pillen, die alles können: Sie erregen uns, sie beruhigen uns, sie töten uns. Es ist die Zeit, in der es wichtiger ist, etwas im Schaufenster zu haben statt im Laden, wo moderne Technik einen Text wie diesen in Windeseile in die ganze Welt tragen kann, und wo Sie die Wahl haben: Das Leben ändern -oder den Text löschen. Vergesst nicht, mehr Zeit denen zu schenken, die Ihr liebt, weil sie nicht immer mit euch sein werden.

Sagt ein gutes Wort denen, die euch jetzt voll Begeisterung von unten her anschauen, weil diese kleinen Geschöpfe bald erwachsen werden und nicht mehr bei euch sein werden. Schenkt dem Menschen neben euch eine heiße Umarmung, denn sie ist der einzige Schatz, der von eurem Herzen kommt und euch nichts kostet. Sagt dem geliebten Menschen: "Ich liebe Dich" und meint es auch so.

Ein Kuss und eine Umarmung, die von Herzen kommen, können alles Böse wieder gut machen. Geht Hand in Hand und schätzt die Augenblicke, wo Ihr zusammen seid, denn eines Tages wird dieser Mensch nicht mehr neben euch sein. Findet Zeit euch zu lieben, findet Zeit miteinander zu sprechen, findet Zeit, alles was Ihr zu sagen habt miteinander zu teilen denn das Leben wird nicht gemessen an der Anzahl der Atemzüge, sondern an der Anzahl der Augenblicke, die uns den Atem rauben.

Diesen Text schrieb **George Carlin**, ein US-Schauspieler und Komiker anlässlich des Todes seiner Frau.

## Aktuelles

### \*\*\*\* ERINNERUNG \*\*\*\* 10-Stufen-Programm der kreativen JobFINDUNG

#### **-Inspiration und Begleitung bei der Entfaltung Ihrer beruflichen Herzenswünsche -**

Leben Sie Ihre Berufung oder anders ausgedrückt folgen Sie Ihrem inneren Ruf? Nein? Warum eigentlich nicht?

Wäre es nicht wunderbar wenn jeder mit Freude und Herzblut einer Aufgabe nachgehen würde und damit auch noch sein Leben ausreichend finanziert? Wenn Flow täglich erlebt, wenn Kreativität genutzt, wenn gigantische Ideen umgesetzt werden?

#### **Kreativität - Potentialentfaltung - Freude - Ganzheitlichkeit!**

Vorgenannte Überbegriffe legen dar, nach welchen Kriterien dieses einmalige Programm kreiert wurde. Das **Motto** des Programms: **Entdecken, finden und leben Sie Ihre beruflichen Herzenswünsche sowie Ihr Potential!**

Diese **10-Stufen-Programm** ist somit für Menschen geeignet, welche sich mit Freude, beruflich verändern oder weiterentwickeln und Ihr Potential ausschöpfen möchten. Dies sind Menschen die letztendlich ihre Berufung, also ihrem inneren Ruf folgen wollen und darüber hinaus die Vorzüge eines **Online-Coaching-Seminars schätzen!**

**Beginn:** 12.04.2010 / **Dauer:** 5 Wochen

Kontakt und ausführliche Infos zu dem **10-Stufen-Programm der kreativen JobFINDUNG** als Online-Seminar finden Sie hier: [http://topcareer.de/Das\\_10-Stufen-Programm\\_auf\\_dem\\_Weg\\_der\\_Berufung.pdf](http://topcareer.de/Das_10-Stufen-Programm_auf_dem_Weg_der_Berufung.pdf)

### **Club der kreativen JobFINDUNG**

Der Online-Club-der-kreativen-JobFINDUNG wurde gegründet, um Menschen auf Ihrem ganz persönlichen Weg der Jobsuche und JobFINDUNG coachend zu begleiten und darüber hinaus das Phänomen der Schwarmintelligenz zu nutzen. Sie wollen mehr erfahren? Dann schauen Sie doch mal hier rein, denn hier erzähle ich ein bisschen über den Club: <http://tinyurl.com/ygsicl4>

### **Das einmalige Job-Coaching-Konzept**

Oder mögen Sie es lieber individuell auf Sie zugeschnitten? Dann könnte das „Individuelle Job-Coaching-Konzept“ von Interesse für Sie. Was Sie erwartet? **Inspiration, Begleitung und Motivation auf dem Weg zur Entfaltung Ihres beruflichen Potentials, durch das einmalige Job-Coaching-Konzept!** Hier können Sie nähere Infos ersehen: <http://berufungleben.topcareer.de/herzlich-willkommen-um-was-geht-es-hier>

 **30-tägiges-Online-Seminar: Glücklich zum neuen Job**

Dieses **30-tägige-Online-Seminar: Glücklich zum neuen Job** wurde erstellt in Kooperation mit Seminarservice Nastasi ( <http://www.seminar-service-nastasi.de> ). Dabei begleiten wir Menschen zielgerichtet auf dem Weg zu Ihrer Berufung. Sie wollen mehr erfahren? Dann schauen Sie doch mal hier rein, denn hier erzähle ich ein bisschen mehr über das **30-tägige-Online-Seminar: Glücklich zum neuen Job**:  
<http://www.youtube.com/watch?v=jzWjX34p7rY>

 **Xing-Gruppe: Glücklich-zum-Job\*\*\*Glücklich-im-Job**

Sie möchten sich mit Gleichgesinnten austauschen? Hier nochmals der Einladungslink:  
<http://www.xing.com/group-41144.b0a130> für unsere **Xing-Gruppe: Glücklich-zum-Job\*\*\*Glücklich-im-Job**.

Viel Vergnügen beim Lesen! Ich wünsche Ihnen eine glückliche und zufriedene Zeit.

TopCareer Personalmanagement  
**Ihre Heidi Wellmann**

\*\*\*\*\*  
© 2010 Heidi Wellmann / TopCareer

Dieser Newsletter kann für private Zwecke genutzt und auch weitergeleitet werden. Darüber freue ich mich sehr. Auch kann er honorarfrei für Newsletter, weitere Online-Publikationen, Zeitschriften u. ä. verwendet werden. Bedingung hierfür ist, dass Sie mich Heidi Wellmann, als Autorin (bei selbst verfassten Artikeln) nennen und mir ein jeweiliges Belegexemplar an [h.wellmann@topcareer.de](mailto:h.wellmann@topcareer.de) senden. Danke!