



inspirierend • motivierend • stärkend

„Zeitenwende – neue Denkanstöße für die Herausforderungen unserer Zeit“



www.bfbm-regensburg.de
Email: kontakt@bfbm-regensburg.de

https://www.facebook.com/groups/bfbmregensburg

BFBM
BusinessFrauen im freien Beruf und Management e.V.

Der BFBM ist ein branchenübergreifendes Netzwerk für Frauen in selbstständigen Berufen und Fach-/Führungsfrauen, die etwas bewegen möchten. Durch die Vielfalt unserer Branchen profitieren wir vom Erfahrungsaustausch, lernen voneinander, inspirieren, motivieren und unterstützen uns gegenseitig. Unser Netzwerk stärkt uns – beruflich wie persönlich.

Wir richten uns an aktive Frauen, die selbstständig oder in verantwortungsvollen Berufen tätig sind. Auch Frauen, die nicht mehr aktiv im Berufsleben stehen, heißen wir willkommen. Unsere vielfältige Berufs- und Lebenserfahrung und unsere Expertise teilen wir mit anderen Frauen und unterstützen diese. Hierzu tauschen wir uns auch mit anderen Netzwerken, Verbänden und Entscheidungsträgern aus, um gemeinsame Themen zu gestalten.

Sie erfahren bei uns Inspiration, Motivation, Stärkung, Unterstützung, regionale Vernetzung, Wissenstransfer und nicht zuletzt Spaß und Freude bei gemeinsamen Veranstaltungen.

Fühlen Sie sich eingeladen, wir freuen uns auf Sie!

Programm 2023

„Zeitenwende – neue Denkanstöße für die Herausforderungen unserer Zeit“

Dienstag, 17. Januar / Beginn: 19:00 Uhr
BFBM Salon (nur Mitgliedsfrauen)
Kocktails, Kunst und Klunker – Wer in der Krise startet, ist nach der Krise schon da
Ort: Kunstquartier Regensburg, Wahlenstr. 6
(www.kunstquartier-regensburg.de)

Samstag, 11. Februar / Beginn: 10:00 Uhr
BFBM Mitgliederversammlung (nur Mitgliedsfrauen)

Dienstag, 21. März / Beginn: 19:00 Uhr
Glücklich und erfolgreich in der Krise - darf ich das, oder muss ich das? Was hat der Bambus mit einer Krise und was mit dem Thema Resilienz zu tun?
Die Referentin legt neben einem kurzen Einstieg in die Thematik ihren Schwerpunkt auf konkrete Übungen und „Erste-Hilfe-Maßnahmen“. Die Teilnehmenden nehmen für den Umgang mit und in Krisen einen eigenen „Erste-Hilfe-Koffer“ mit nach Hause.
Referentin: Sigrid Stilp-Weiß - Autorin, Mastercoach, Lehrtrainerin und Ausbilderin (EASC), Resilienzberaterin und -trainerin
(www.institut-entwicklungsberatung.de)
Ort: Konferenzraum Hotel Goliath, Regensburg, Goliathstr. 10

Programm 2023

„Zeitenwende – neue Denkanstöße für die Herausforderungen unserer Zeit“

Dienstag, 18. April / Beginn: 19:00 Uhr
Digitale Kompetenz und digitaler Nachlass – Passwortverwaltung und Datenkontrolle auch über den Tod hinaus
Der Referent ist freier Medientrainer und studiert Perinatale Wissenschaften. In seinem Vortrag gibt er praktische Hinweise und konkrete Tipps, wie wir uns sicher und vorausschauend in der digitalen Welt bewegen.
Referent: Jörg Kabierske - Medienkompetenztrainer
(www.klicksalat.net)
Ort: Konferenzraum Hotel Goliath, Regensburg, Goliathstr. 10

Dienstag, 16. Mai / Beginn: 19:30 Uhr
Film „Der wilde Wald“ mit Regisseurin Lisa Eder
In Kooperation mit der KEB (Kath. Erwachsenenbildung). Diese internationale Filmproduktion über den Nationalpark Bayerischer Wald ist eine Liebeserklärung an den Wald und ein Plädoyer für mehr Achtsamkeit im Umgang mit der Natur. Im Anschluss an den Film besteht Gelegenheit zum Gedankenaustausch mit der Regisseurin Lisa Eder.
Ort und Anmeldung: Regina-Kino, Regensburg, Holzgartenstr. 22, Tel: 0941/41625

Programm 2023

„Zeitenwende – neue Denkanstöße für die Herausforderungen unserer Zeit“

Dienstag, 06. Juni / Beginn: 19:00 Uhr
BFBM Salon (nur Mitgliedsfrauen)
Austausch zu Themen und Projekten, die uns aktuell bewegen

Juni
Zukunft Green-City: Projektbesichtigung im Rahmen der Regensburger Nachhaltigkeitswoche (12.-16.6.2023)
In einem Quiz an den schönsten Orten unserer historischen Altstadt lernen wir die Ziele der Agenda 2030 und Hintergründe über globale und regionale Zusammenhänge unseres Handelns kennen.
Ort und Uhrzeit: werden rechtzeitig auf unserer Homepage bekannt gegeben

Dienstag, 18. Juli
BFBM Sommeraktivität (nur Mitgliedsfrauen)

Dienstag, 19. September / Beginn: 18:00 Uhr
Guter Boden - gutes Klima! Führung auf dem Bodenentdeckungspfad
Gemeinsame Veranstaltung mit der KEB.
Unter dem Motto „Mensch trifft Boden“ erfahren wir bei einem Spaziergang über den Bodenentdeckungspfad, welche Rolle der Boden für unsere Nahrung, unser Trinkwasser und insbesondere für den Klimaschutz spielt. Die Erkenntnisse können im Alltag angewendet werden und zu verantwortungsvollem Handeln führen.
Ort: Regensburg, Schwalbenneststr. 8, Eintritt: 6,00 EUR pro Person

Programm 2023

„Zeitenwende – neue Denkanstöße für die Herausforderungen unserer Zeit“

Dienstag, 17. Oktober / Beginn: 19:00 Uhr
BFBM Salon (nur Mitgliedsfrauen)
Austausch zu Themen und Projekten, die uns aktuell bewegen

Dienstag, 21. November / Beginn: 19:00 Uhr
FREE MINDED FOLKS: Nachhaltig leben – ohne Kompromisse
Nachhaltiger Lebensstil wird häufig als mühsam, teuer und einschränkend wahrgenommen. Magdalena Ziegelmeier, Visionärin und Gründerin der Eco-Plattform „FREE MINDED FOLKS“, will gemeinsam mit ihrem Team dazu beitragen, dass Nachhaltigkeit zur neuen Norm wird und zeigt mit ihrem Unternehmen Wege auf, wie ein nachhaltiger Lebensstil einfach, ästhetisch ansprechend und bereichernd sein kann.

Referentin: Dipl. Jur. Magdalena Ziegelmeier
(www.freemindedfolks.com)
Ort: Konferenzraum Hotel Goliath, Regensburg, Goliathstr. 10

Dienstag, 12. Dezember / Beginn: 19:00 Uhr
BFBM Salon und Adventsfeier (nur Mitgliedsfrauen)
Austausch zu Themen und Projekten, die uns aktuell bewegen

Sofern nicht anders angegeben:
Anmeldungen bitte per Email an: kontakt@bfbm-regensburg.de
Gastbeitrag 15,00 EUR pro Person.