



## NEWSLETTER 01/24

### Liebe Clubfrauen, liebe Interessierte,

herzlich willkommen zum aktuellen Newsletter des BPW Clubs Karlsruhe. Als eines der größten Netzwerke für Unternehmerinnen und berufstätige Frauen weltweit ist es das Ziel vom BPW e.V., Frauen in der Geschäftswelt zu unterstützen, zu stärken und miteinander in Kontakt zu bringen. Wir BPW-Clubfrauen in Karlsruhe sind stolz darauf, als Teil dieser Organisation regional eine dynamische Community von aktiven Frauen auszubauen, die ihr volles Potenzial entfalten sowie Wissen und Erfahrungen teilen möchten.

#### Aktuelles

- 2024 ist angebrochen – und wir hoffen, Ihr seid alle gesund und motiviert ins neue Jahr gestartet! Auch mit unserem Club möchten wir neue Kapitel aufschlagen. Wir als Vorstand haben die vielen Impulse von Weihnachtsfeier und Strategietagung aufgenommen und werden sie nach und nach – auch dank Eurer Unterstützung – umsetzen.

In der letzten Mitgliederversammlung haben wir bekanntlich einen in Teilen neuen Vorstand konstituiert. Er besteht nun aus Dr. Uta Cupok, Gabriele Greiner und Sarah Nagel. An dieser Stelle möchten wir allen Clubfrauen ganz herzlich für ihr Vertrauen danken. Und besonderer Dank gilt jenen, die den Club mit persönlichem Einsatz unterstützen – z.B., in dem sie dem Vorstand Aufgaben abnehmen, wie die Pflege der Webpage, Durchführen von Veranstaltungen oder die Vertretung im AKF.

Um für 2024 die geplanten Veranstaltungen und die inhaltliche Ausrichtung des Clubs zu gestalten, sind wir am 18. November 2023 mit einer Strategietagung in die Vorbereitung gegangen. Danke für den Input von Euch! Einige Themenbereiche wollen wir nun als Schwerpunkte behandeln:

- Frauen und Finanzen

Es wird eine Arbeitsgruppe unter der Leitung unserer Clubfrau Irina Coifescu geben. Die Themen: sparen, investieren, finanzieren. Weitere Infos dazu findet Ihr weiter unten im Newsletter.

- Netzwerke, Socializing und Eigenstärkung

Die **Business Lunches** (immer am letzten Mittwoch im Monat – schon mal in den Kalender eintragen!) werden fortgesetzt. Verabredet Euch darüber hinaus gerne niedrigschwellig in unserer **WhatsApp-Gruppe** – wer aufgenommen werden möchte, schickt bitte eine kurze Nachricht an [info@bpw-karlsruhe.de](mailto:info@bpw-karlsruhe.de). Darüber hinaus bieten wir regelmäßige **Clubabende** mit Workshops und Vorträgen an. Wer Themenvorschläge hat, meldet sich gerne beim Vorstand.



- Arbeit 4.0

Die Initiative Frau Macht Digital bildet vieles von dem ab, was uns als Frauen in der modernen Arbeitswelt ausmacht. Hier gilt es, aktiver zu werden. Auch die Bereiche New Work, KI & Co. werden wir miteinbeziehen.

- PR/Öffentlichkeitsarbeit

Mit einer verstärkten Öffentlichkeitsarbeit haben wir das Ziel, die Kommunikation nach innen und außen zu intensivieren und mehr Sichtbarkeit zu erzeugen. So verbessern wir unsere Chancen, inhaltliche Absichten zu transportieren, Aktivitäten zu bewerben und letztendlich natürlich auch neue Mitglieder zu gewinnen. Folgt uns dafür gerne in den sozialen Netzwerken – wir sind auf **LinkedIn** und **Instagram**. Teilt, liked und kommentiert unsere Beiträge gerne.

Wir freuen uns auf ein tolles 2024 mit Euch!

Eine **traurige Nachricht** erreichte uns:

Unsere langjährige Clubfrau Dr. Renate Seyrich ist am 12. Januar 2024 im Alter von 95 Jahren verstorben. Renate hat sich lebenslang für die gleichberechtigte Teilhabe von Frauen engagiert und unseren Club bis zuletzt unterstützt. Wir gedenken ihrer mit Dankbarkeit!

## Veranstaltungen und Termine

Anmeldungen bitte unter [info\(at\)bpw-karlsruhe.de](mailto:info(at)bpw-karlsruhe.de) (sofern nicht anders angegeben)

### **27. Januar: Neujahrsempfang der Karlsruher Frauenorganisationen**

11.00 bis 14.00 Uhr im Tollhaus; unter dem Motto „Feministische künstliche Intelligenz – für eine gerechtere Verteilung von Macht“; Keynote von Eva Gengler M.Sc., Nürnberg. Preis: 15 Euro (inkl. ein Glas Sekt oder Wasser). Tickets unter: [www.tollhaus.de](http://www.tollhaus.de)

### **31. Januar: Business Lunch**

12.30 Uhr, Alina Café, Perfekt Futur, Alter Schlachthof Karlsruhe

### **24. Februar: BPW auf der ART Karlsruhe**

15.30 Uhr Treffpunkt in der Messe Karlsruhe, vor der VIPLounge; 1. OG (Aufgang an Halle 2). Messechefin und BPW-Clubfrau Britta Wirtz beantwortet Fragen rund um die ART. Achtung, begrenzte Plätze!

### **6. März: Equal Pay Day**

17.00 bis 19.00 Uhr **Workshop „Performance und Visualisierung“**



online-Seminar mit Wiebke Huhs, Details folgen.

Weitere Nähere Infos zum EPD unter [www.bpw-karlsruhe.de](http://www.bpw-karlsruhe.de); überregionale (online) Veranstaltungen findet Ihr auf der Website des BPWGermany: [www.bpw-germany.de](http://www.bpw-germany.de)

## **21. März: Workshop „Zukunftswerkstatt BPW Karlsruhe“**

Inspiziert durch die BPW-Zukunftstagung in Kiel möchten wir mit Euch unsere Zukunftsvorstellungen für den BPW Club Karlsruhe kreativ erforschen. Die zwölf Megatrends der Zukunft sind: Gender Shift, Gesundheit, Globalisierung, Mobilität, Individualität, Konnektivität, Sicherheit, Neo Ökologie, Wissenskultur, New Work, Urbanisierung, Silver Society.

Was bedeutet das für uns? Wie sehen wir uns in den nächsten 10 Jahren? Was können wir gestalten? Wie können wir uns einbringen? Wir werden mit Lego Play, Kollagen, Zeichnungen unsere Vorstellungen der Zukunft des BPW Clubs Karlsruhe ausarbeiten. Insgesamt dauert der Workshop ca. 2 Stunden. Moderatorin ist unsere Clubfrau Dr. Hildegard Flach vom BPW Club Mannheim Ludwigshafen. (Weitere Infos folgen)

## **11. April: Vortrag „Resilienz“**

Vortrag mit Stefanie Wolz, Fachreferentin bei der Kontaktstelle Frau und Beruf in Ludwigsburg, Trainerin und Coachin zu den Themen Zeit- und Selbstmanagement sowie Resilienz. (weitere Infos folgen)

## **18. April: Vortrag „Sichtbarkeit leicht gemacht: LinkedIn sinnvoll nutzen“**

18.00 Uhr im Alten Schlachthof, Impulse von BPW-Vorstandsmitglied Sarah Nagel (Inhaberin der Kommunikationsagentur MINDING GAPS); Alter Schlachthof Karlsruhe, 18 Uhr (weitere Infos folgen)

## **14. Mai: Workshop „Mit gesunder Ernährung in den Sommer – 3 Schritte zu einer optimalen Nährstoff-Versorgung im Alltag“**

18.30 Uhr, online mit Dr. Regina Kratt, Holistic Health Coach, Speakerin, Wissenschaftsjournalistin und Autorin des Buchs „Mikronährstoff-Küche“.

Wir erfahren, wie wir uns dauerhaft hochmikronährstoffreich und entzündungshemmend ernähren können, um uns fitter und leistungsfähiger zu fühlen. (weitere Infos folgen)

## **6. Juni: Clubabend im afrikanischen Restaurant Wegahta**

18.24 Uhr. Restaurant Wegahta, Karlstr. 63-65, Karlsruhe

Unsere Clubfrau Andrea Bühler entführt uns zur Ethiopischen Küche Wegahta. Die Besitzerin empfängt uns in ihrem Restaurant und zeigt uns ihre reichhaltige Gewürz Boutique. Sie kann uns einiges erzählen über ihre Herzenssache, ein Restaurant mit Boutique in Karlsruhe zu eröffnen. Andrea begleitet sie bei der Ansiedlung, auch mit dem Hintergrund der afrikanischen Verbindungen seitens der Kommune. Und wir lassen uns mit leckerem Essen verwöhnen (Selbstzahler).



## #proudtobeBPW: Clubfrauen stellen sich vor



### Andrea Bühler, Mitglied seit Februar 2023

- Tätigkeit:** Clustermanagerin & Technologietransfermanagerin beim EnergieForum Karlsruhe, Inhaberin des Start-ups AB Consulting, Unternehmensberatung
- Interesse an:** Internationales, Wirtschaftsförderung, Start-up-Begleitung, Nachhaltigkeit für Firmen, Bauwesen, Energieberatung, neue Technologien
- Erwartungen:** Ich finde den Grundsatz „Frauen fördern Frauen“ sehr gut. Ich möchte, dass wir füreinander da sind und etwas bewegen.
- Dein Einsatz:** Ich würde gerne Vorträge halten, zum Beispiel über Afrika-Projekte, oder andere Themen aus meinem Erfahrungsschatz, die anderen helfen können. International kann ich mein Wissen gerne bei Projekten einbringen, die BPW-Clubs in anderen Ländern kontaktieren und den Austausch aktivieren.

## BPW Germany/ BPW International / Young BPW

### BPW-Praxis Workshop für Interessentinnen – ist BPW der richtige Verein für Dich?

Hier kannst Du all Deine Fragen zum Netzwerk loswerden und herausfinden, ob wir der richtige Verein für Dich sind. Wir freuen uns, dass Du dabei bist!



- unverbindliches Kennenlernen
- digitale Q&A Session
- alle deine Fragen bezüglich Frauennetzwerke und BPW Germany e.V. beantwortet
- limitierte Plätze

22.02.24 | 19.30 Uhr | digital

Jetzt anmelden: <https://www.bpw-germany.de/ueber-uns/mitgliedschaft/>

## **Praxis-Workshop: BPW intern - Einführung in Bitrix**

15.02.2024, 19.00 bis 21.00 Uhr

Anmeldung über Bitrix bei Julia Claussen

## **BPW International**

The International Federation of Business and Professional Women is an influential international network of business and professional women from more than **100 countries in 5 continents** with Consultative Status at ECOSOC/United Nations. Founded in 1930, BPW International develops the professional, leadership and business potential of women on all levels through mentoring, networking, skill building and economic empowerment programs and projects around the world.

Alle Infos: <https://www.bpw-international.org/>

## **Young BPW**

Jung und dynamisch, fit und engagiert: In Deutschland sind die Young BPW das einzige Frauennetzwerk, das speziell jüngeren Frauen bis 35 Jahren ein eigenes Forum für Kontakte und Austausch bietet. Egal aus welcher Branche, ob Studentin, Angestellte, Freiberuflerin oder Unternehmerin. Young BPW richtet sich an junge Frauen, die ihren beruflichen und privaten Weg bewusst planen und mit allen Freuden genießen.

Alle Infos hier: <https://www.bpw-germany.de/ueber-uns/young-bpw/>

## **Frauen und Finanzen**

Ein Ergebnis der Strategietagung war, dass Ihr Euch mehr Input zum Thema Frauen und Finanzen wünscht. Wie bereits angesprochen, kümmert sich Irina Coifescu federführend um diesen Bereich, was uns sehr freut. Ihre Überzeugung, die von zahlreichen Statistiken gestützt wird: Nicht nur, dass Frauen weniger Geld verdienen, mehr ausgeben und oft nicht nachhaltig anlegen, ihnen fehlt in vielen Fällen auch die Bildung, das Selbstbewusstsein sowie die Sozialisierung im finanziellen Bereich. Und mit der finanziellen Bildung kommt auch das Selbstbewusstsein und Mut zu investieren, um sich eine sicherere Zukunft aufzubauen.



Im ersten Schritt möchte Irina mit einer Umfrage starten. Die Ergebnisse helfen dann, um besser auf Euch eingehen zu können. Ihr könnt Euch schon vorab Gedanken darüber machen, wie Ihr eure finanzielle Situation einschätzt, was eure Vision ist und was ihr Euch von uns wünscht. Die Umfrage folgt in einer separaten Mail. Wir freuen uns über rege Beteiligung.

## Mitwirkungsmöglichkeiten

Wer hat Lust und Zeit, seine wertvollen Erfahrungen und Ideen einzubringen? Ganz konkret geht es um folgende Projekte:

- Mitarbeit in Arbeitskreisen von BPW Germany, z.B. FrauMachtDigital!, #ProudtobeBPW, Young BPW etc.
- Organisation von Veranstaltungen in Karlsruhe (z.B. Weihnachtsfeier, Kerzenlichtfeier 2024)
- Vorbereitung des EqualPayDays (EPD) und Mitwirkung beim EPD im März 2024

Ihr möchtet uns anderweitig unterstützen, zum Beispiel einen Workshop durchführen oder einen Vortrag halten, an der Homepage mitarbeiten, BPW in Arbeitskreisen vertreten oder Mentorin für unsere jüngeren Clubfrauen sein? Gerne!

Wir freuen uns, wenn für jede von Euch etwas Passendes dabei ist und Ihr Interesse an der aktiven Mitarbeit habt! Ihr könnt Euch punktuell und themenbezogen engagieren – mit dem was Ihr gut könnt, was Euch interessiert oder was Ihr schon immer einmal lernen wolltet.

Bitte meldet Euch bei uns vom Vorstand unter [vorstand\(at\)bpw-karlsruhe.de](mailto:vorstand@bpw-karlsruhe.de).

## Frauen in der Arbeitswelt

Die von der ACI Diversity Consulting aus Berlin veröffentlichten Umfragen sind immer spannend. Zwei haben uns in den vergangenen Wochen bewegt.

Ist Euch auch schon der Spruch: „Frauen wollen bei uns gar nicht in Führung“ untergekommen? Das kann sogar stimmen. Aber man sollte sich in den Chefetagen dann zugleich Fragen, warum. Hier sind die Hauptgründe:

- Informelle männliche Netzwerke
- Unflexible Arbeitszeiten
- Mangelnde Vereinbarkeit
- Ellenbogen-Mentalität
- Rollenkonflikte
- Stereotype und Bases in der Firmenkultur.

Und wer verheiratet bleiben möchte, sollte möglichst auch keine Führungsrolle übernehmen. Das zeigt die folgende Statistik:



## BPW-Veranstaltungstipps

### Film: EINE FRAGE DER WÜRDE

EINE FRAGE DER WÜRDE ist einer der meist ausgezeichneten Filme des Jahres 2023 mit über 17 internationalen Filmpreisen, u. a. 3-facher Gewinner des Internationalen Filmfestivals Karlovy Vary und Bulgariens offizielle Einreichung für die Oscars 2024.

Der Film ist Teil der Kampagne „Let’s Change The Picture“, die mehr Sichtbarkeit, vor allem aber ein zeitgemäßes Bild von Frauen über Mitte 40 in Film und Fernsehen fordert. EINE FRAGE DER WÜRDE rückt eine 70jährige Frau in den Mittelpunkt der Geschichte und kreiert eine vielschichtige und komplexe Hauptfigur, die sinnbildlich für eine ganze Generation steht. Sie wird Opfer eines Telefonbetrugs und verliert das Geld, das sie für das Grab ihres verstorbenen Mannes und sich gespart hatte. Als alle Versuche, die Summe wieder zusammenzubekommen scheitern, nimmt sie Kontakt zu den Kriminellen auf und beginnt nach und nach all ihre Prinzipien aufzugeben.

**Ab dem 25. Januar** wird der Film **in der Kinemathek in Karlsruhe** zu sehen sein. Nähere Informationen zu den Spielzeiten findet Ihr auf der Website des Kinos.

► [Termine auf der Website des Kinos](#)



## **Lesung: „Man kann auch ohne Kinder keine Karriere machen“**

Mit den Jahren wird das Leben immer wunderbarer, vor allem als Frau: Nie mehr Schulsport, kaum noch schlechte Flirts und irgendwann, halleluja, das Ende der lästigen Bluterei in der Gestalt der Menopause. Um sich die Wartezeit bis zu diesem Fest zu verkürzen, stürzt die Satirikerin Ella Carina Werner beim Whisky-Tasting ab, zankt mit dem Onkel über Frauenfußball, tanzt berauscht auf dritten Hochzeiten und tritt am Ende das wagemutigste Abenteuer ihres Lebens an: ein Wellness-Wochenende mit der eigenen Mutter. In rasanten Geschichten wird gelabert, geknutscht, gesoffen, gestritten und über die großen Fragen des Lebens nachgedacht – und Ella Carina Werner «outet sich als Feministin von höchsten Komikgnaden.

Wo und wann? Karlsruhe, 02.03.2024 Alte Hackerei 20:00 Uhr

## **Abschluss**

Die Frau hat Jahrhunderte lang als Lupe gedient, welche die magische und köstliche Fähigkeit besaß, den Mann doppelt so groß zu zeigen, als er von Natur aus ist.

(Virginia Woolf)