



## Mingo Workshops 2011 – abz\*austria

Informationen und Anmeldung unter [www.mingo.at](http://www.mingo.at)

### Neue und soziale Medien für EinzelunternehmerInnen – gratis Marketing?!

<b>Termin:</b>	09.11.2011	Facebook & Co sind heute aus dem UnternehmerInnenalltag nicht mehr weg zu denken. Das Besondere daran ist, dass auch Einzel- und KleinstunternehmerInnen sehr effektiv Marketing machen können. Und viele dieser Marketingwege sind sogar kostenlos. In diesem Workshop wird ein Überblick über diese kostenlosen Möglichkeiten geboten. Es wird aufgezeigt, wie Sie als UnternehmerIn Ihre Ressourcen im Internet zeitsparend und effektiv nutzen können und worauf es zu achten gilt. Denn selbst wenn es nichts kostet, hat auch diese Form des Marketings „ihren Preis“.
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	
		Inhalte:
		<ul style="list-style-type: none"><li>▪ 24 überwiegend kostenlose Marketingwege im Internet</li><li>▪ Mögliche Verbindungen und Zusammenhänge der verschiedenen Tools im Internet</li><li>▪ Gefahren und Schattenseiten: Worauf ist zu achten</li><li>▪ Was macht eine gute und effektive Webseite aus</li></ul>

### Stimme – Rhetorik – Ausdruck

<b>Termin:</b>	14.11.2011	Die persönliche Wirkung bei Gesprächen und Präsentationen ist besonders wichtig, um zu überzeugen und begeistern. Gerade bei wichtigen Meetings oder Präsentationen steckt auf einmal der sprichwörtliche Frosch im Hals oder die Nervosität schlägt zu. In diesem Workshop erlernen Sie, wie Sie aus natürlicher Nervosität und Lampenfieber Energien für Ihren gelungenen Vortrag schöpfen. Anhand praktischer Übungen erweitern die TeilnehmerInnen ihre rhetorischen Fähigkeiten sowie ihre Sicherheit beim Sprechen vor Publikum und im Zweiergespräch. Inhalte sind rhetorische Sprachübungen, Aufbau von Vortrag und Rede und Überwindung von Sprechangst und Lampenfieber. Ziel dieses Workshops ist es, dass die TeilnehmerInnen mit den Inhalten Ihr Gegenüber begeistern und Ihre GesprächspartnerInnen in Rede und Diskussion für Ihre Ziele gewinnen. Zu diesem Zweck bringen Sie doch bitte eine Korkstoppel zum Workshop mit.
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	

### Nonverbale Kommunikation – die Tücken und Herausforderungen der Körpersprache

<b>Termin:</b>	21.11.2011	Kommunizieren wir mit dem Umfeld, auch wenn wir nicht sprechen? Was ist Kommunikation und wie wird sie erfolgreich mit GeschäftspartnerInnen eingesetzt? Welchen Eindruck hinterlässt Körpersprache? Ziel dieses Workshops ist es, verschiedene Kommunikationsmodelle kennen zu lernen und eigene gut erprobte Strategien verfeinern und erweitern zu können. Weiters erhalten die TeilnehmerInnen eine Anleitung, wie (die eigene) Körpersprache richtig zu deuten ist und gezielt eingesetzt werden kann. Die Bewusstmachung eigener non-verbaler Kommunikationsfähigkeiten und –strategien steht in diesem Workshop im Vordergrund.
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	



### Praxisworkshop Kommunikation im KundInnenkontakt

<b>Termin:</b>	22.11.2011	Unter dem Motto „Wissen ist gut, Können ist besser!“ stehen in diesem Praxisworkshop das „auf den Boden bringen“ und das praktische Erleben von Theorie und eigenen Erkenntnissen zum Thema Kommunikation mit KundInnen im Vordergrund. Sie haben die Möglichkeit immer wiederkehrende Situationen, für die sie theoretisch schon gewappnet sind, deren tatsächliche Umsetzung aber noch verbessert werden kann, zu bearbeiten, durchzuspielen und sich somit Inputs und Feedback von der Workshopleiterin und den anderen TeilnehmerInnen zu holen.
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	

### Frauen – Wirtschaft – Geld Umgang mit Banken und Finanzen (speziell für Frauen)

<b>Termin:</b>	28.11.2011	In Geldangelegenheiten spielt die – bewusste und unbewusste – Einstellung zu Geld eine große Rolle. Ziel dieses Workshops ist das Sichtbarmachen der unterschiedlichen Wirtschaftsleistungen von Frauen und die Bedeutung der Wirtschaftskraft von Frauen. Folgende Inhalte werden behandelt: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ das 5-Sektoren-Modell der Gesamtwirtschaft</li><li>▪ Was denke ich, steht mir zu?</li><li>▪ Welche Gedanken leiten mich bei der Festsetzung der Preise für meine Angebote?</li><li>▪ Gönne ich mir finanziellen Erfolg?</li><li>▪ Was bedeutet Reichtum für mich?</li></ul> Diese Fragen werden ebenso behandelt wie Grundlagen der Planerfolgsrechnung, Liquiditätsplanung und Budgetierung für das eigene Unternehmen. Weiterbildungsmöglichkeiten zu diesen Themen werden vorgestellt. Der Umgang mit Banken, Förderungen für Unternehmerinnen sowie Kreditmöglichkeiten sind weitere Themen des Seminars.
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	

### Konfliktmanagement als Chance

<b>Termin:</b>	12.12.2011	Konflikte tauchen immer wieder regelmäßig und verlässlich im Arbeitsalltag auf – von der Reklamation über die Behandlung von Einwänden bis hin zu Konflikten mit GeschäftspartnerInnen. Bleiben Konflikte ungelöst oder werden nicht aufgearbeitet, entwickeln sie eine negative Eigendynamik. Das Know-how über Konfliktverhalten, Lösungswege, das Eingehen können und Verstehen der Einwände des Gegenübers sowie das Wissen über Konfliktarten stellen die Basis für eine positive Nutzung von Konflikten dar und werden in diesem Workshop vorgestellt, erlernt und gefestigt. Ziel ist dieses Workshops ist, dass die TeilnehmerInnen im Arbeitsalltag, Konflikte und vor allem drohende Konflikte erkennen, die persönliche Konfliktbereitschaft und –stabilität, erhöhen und den Konflikt als Chance für Veränderungen betrachten.
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	



### „Empowerment für Eltern – wie Arbeiten mit Kindern gelingt“

<b>Termin:</b>	13.12.2011	<p>Etwa 50 % aller neuen österreichischen Unternehmen werden aus dem Wunsch heraus gegründet, die Arbeit besser mit dem Privatleben zu verbinden (Quelle: Stat. Nachrichten 12/2007).</p> <p>Ganz neue Fragen stellen sich, wenn die Arbeitszeit auf Grund von Elternschaft neu geplant werden muss:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Wie kann ich die Verantwortung für mein Unternehmen mit meiner Familie und meinen Kindern vereinbaren?</li><li>▪ Wie schaffe ich den Spagat „Job – Kind“ und wie gehe ich mit diesen Stress-Situationen um?</li><li>▪ Welche Möglichkeiten zur Kinderbetreuung gibt es, Vor- &amp; Nachteile und Kosten &amp; Steuertipps</li><li>▪ Rechtliche Rahmenbedingungen für JungunternehmerInnen</li></ul> <p>In diesem Workshop werden diese Problemstellungen aktiv angesprochen und auf die individuellen Bedürfnisse der TeilnehmerInnen abgestimmt. Eltern werden dabei unterstützt, Familienmanagement proaktiv zu gestalten und ihre Zeitressourcen optimal einzusetzen.</p>
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	

### Stressmanagement und Burnout Prävention

<b>Termin:</b>	14.12.2011	<p>Burn-Out ist ein Schlagwort, das in der heutigen Arbeitswelt immer öfter vorkommt. Wenn tägliche berufliche und/oder private Anforderungen die individuellen Kräfte übersteigen, Stressbewältigung nicht optimal verlaufen kann, ein Zustand des ständigen "Funktionieren-Müssens" vorhanden ist, entstehen die Symptome eines sogenannten Burnout (Ausgebrannt-sein) Syndroms.</p> <p>Die Schwerpunkte dieses Workshops liegen u.a. auf folgenden Fragen:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Was ist Stress und wie gehe ich damit gut um?</li><li>▪ Wie kann man Burnout möglichst früh erkennen und was kann man dagegen tun?</li><li>▪ Welche Strategien können mir helfen, besser mit meinen Belastungen umzugehen?</li></ul> <p>Ziel des Workshops ist es, die vielfältigen Auslöser eines Burn-Outs zu erkennen, persönliche Stressoren und innere Antreiber zu erkennen und verändern und die eigenen Ressourcen und schützenden Faktoren (wieder-)entdecken und nutzen zu lernen.</p>
<b>Zeiten:</b>	09:00 bis 15:30	
<b>Kurs-Ort:</b>	<b>Mingo</b> , Meldemannstraße 18, 1200 Wien, Erdgeschoss	