

UNTERNEHMERINNEN  
TREFF ESPELKAMP



[www.ute-web.com](http://www.ute-web.com)

JAHRESPROGRAMM

2018



UNTERNEHMERINNEN  
TREFF

ESPELKAMP

RAHDEN

STEMWEDE

UND UMGEBUNG

## Ansprechpartnerinnen / Orgateam



 **Ruth Graf**

**Ruth Graf Büroservice für  
Geschäfts- und Privatkunden  
Beratung – Organisation –  
Abwicklung**

Schmiedekamp 27  
32351 Stemwede  
Telefon 05474 3043935  
E-Mail: [ute@ruth-graf.de](mailto:ute@ruth-graf.de)  
[www.ruth-graf.de](http://www.ruth-graf.de)



 **Beate Henke**

**Stadt Espelkamp  
Gleichstellungsbeauftragte**

Wilhelm-Kern-Platz 1  
32339 Espelkamp  
Telefon: 05772 562-108  
E-Mail: [b.henke@espelkamp.de](mailto:b.henke@espelkamp.de)  
[www.espelkamp.de](http://www.espelkamp.de)

# Programm 2018

## **16. Januar – Dresscode im Business**

Vortrag – Beginn 19.30 Uhr

Machen Sie Eindruck durch Ihren Auftritt

## **20. Februar – Keine Angst vorm Scheitern**

Vortrag – Beginn 19.30 Uhr

Es gibt nichts Gutes, außer „Frau“ tut es

## **6. März – Stammtisch in Espelkamp**

Netzwerken – Austauschen – Informieren

Beginn 19.30 Uhr

Unternehmerinnen und Frauen in Führungspositionen treffen sich zum Austausch

## **20. März – Kräht der Hahn auf dem Mist...**

Vortrag – Beginn 19.30 Uhr

## **17. April – Schluss mit frustig**

Vortrag – Beginn 19.30 Uhr

## **15. Mai – Besuch der Röstgrad Kaffeemanufaktur in Rahden**

Netzwerken – Beginn 19.00 Uhr

## **5. Juni – Stammtisch in Stemwede-Haldem**

Netzwerken – Austauschen - Informieren

Beginn 19.30 Uhr

Unternehmerinnen und Frauen in Führungspositionen treffen sich zum Austausch

## **19. Juni – Erfolgreiche Worte**

Vortrag – Beginn 19.30 Uhr

## **Juli / August – UTE macht Urlaub**

## **4. September – Stammtisch in Lübbecke**

Netzwerken – Austauschen - Informieren

Beginn 19.30 Uhr

Unternehmerinnen und Frauen in Führungspositionen treffen sich zum Austausch

# Programm 2018

## **14. September – Knigge Dinner**

Netzwerken – Beginn 19.00 Uhr

## **16. Oktober – Unser Arbeitsspeicher**

### **Der Chef im Gehirn**

Vortrag – Beginn 19.30 Uhr

## **20. November – So schmeckt Wein**

Vortrag – Beginn 19.00 Uhr

## **4. Dezember – Stammtisch in Espelkamp-Schmalge**

Netzwerken – Austauschen – Informieren

Beginn 19.30 Uhr

Unternehmerinnen und Frauen in Führungspositionen treffen sich zum Austausch

---

Die Vortragsveranstaltungen finden jeweils dienstags im GAZ II, Fritz-Souchon-Straße 27, 32339 Espelkamp statt. Bitte beachten Sie die unterschiedlichen Anfangszeiten.

Interessierte Frauen und Männer, selbstverständlich auch Nichtunternehmer/-innen, sind bei UTE herzlich eingeladen.

Zwecks Planung der Räumlichkeiten wird um Anmeldung gebeten. Dieses ist über die Internetseite [www.ute-web.com](http://www.ute-web.com) möglich. Telefonisch bei Ruth Graf Büroservice (Tel. 05474 3043935) oder Beate Henke, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Espelkamp (Tel. 05772 562-108).

Aus organisatorischen Gründen ist ein Einlass nach Veranstaltungsbeginn nicht mehr möglich.

Sofern nicht anders ausgewiesen wird von Nichtmitgliedern ein Kostenbeitrag von € 10,00 erhoben. Mitgliedsfrauen zahlen € 5,00. Im Preis ist ein Begrüßungsgetränk enthalten. Programmänderungen vorbehalten.

Ausführliche Informationen finden Sie auf unserer Internetseite.





## **16. Januar – Dresscode im Business** **Machen Sie Eindruck durch Ihren Auftritt**

Ob in Ihrem Joballtag, in Gesprächen oder in einer Präsentation – der erste Eindruck entscheidet mit über den Erfolg einer Begegnung. Wer die Wirkung seiner Garderobe kennt, kann sie bewusst einsetzen und wer sich in Sachen Dresscodes auskennt, bewegt sich sicher auf dem beruflichen Parkett. „Investieren Sie morgens ein Fünkchen mehr Aufmerksamkeit in Ihr Äußeres, dann sind Sie den ganzen Tag auf der sicheren Seite“, empfiehlt Birte Steinkamp, Trainerin für Business-Etikette. In ihrem Vortrag stellt sie die gängigen Business-Dresscodes vor, gibt Tipps und verrät die absoluten No gos. „Unpünktliche Kleidung“ und „Too much information-Hosen“ sind ebenso Thema wie der klassische Business Attire und die Frage, ob es Casual im Business wirklich gibt.

### **Veranstaltungsbeginn**

19.30 Uhr, Ende ca. 21.00 Uhr

### **Veranstaltungsort**

GAZ II ■ Fritz-Souchon-Str.27 ■ 32339 Espelkamp



**Birte Steinkamp, Lübbecke**  
Zertifizierte Trainerin für  
Business-Etikette

Vorstandsmitglied  
Dt. Knigge-Gesellschaft e.V.



## **20. Februar – Keine Angst vorm Scheitern!** Es gibt nichts Gutes, außer „Frau“ tut es

**UTE feiert 12. Geburtstag** - Viele Frauen könnten noch selbstbewusster, entschlossener und mutiger handeln – wenn da nicht die Angst vorm Scheitern, vorm Misserfolg wäre!

Ein emotional negativ besetztes Thema, auf das es sich lohnt, einen erfrischend positiven Blick zu werfen. Die Referentin möchte Ihnen heute zeigen wie ein hilfreicher, selbstbewusster oder auch origineller Umgang mit Fehlern, Misslingen, Irrtümern und geplatzten Träumen aussehen kann.

Eigentlich sind wir alle von Kindheit an Expertinnen im Scheitern: laufen lernen, sprechen lernen, schreiben, lesen, rechnen lernen, immer hat vor dem Erfolg eine lange Reihe von Misserfolgen unseren Lernprozess begleitet. Neben dem Gelingen ist es mehr noch das Scheitern, das Lernprozesse, Weiterentwicklung und Wachstum ermöglicht und uns so zu der Persönlichkeit macht, die wir sind.

Scheitern ist keine Sackgasse – sondern lediglich ein Umweg. Und Umwege erhöhen die Ortskenntnis! Christiane Rasper freut sich, auf erkenntnisreiche und vergnügliche Weise Wege aufzuzeigen, wie Sie in Zukunft Ihre Handlungskraft stärken und es sich mit dem Scheitern leichter machen können!

### **Veranstaltungsbeginn**

19.30 Uhr, Ende ca. 21.00 Uhr

### **Veranstaltungsort**

GAZ II ■ Fritz-Souchon-Str.27 ■ 32339 Espelkamp



### **Christiane Rasper**

**Mit-Inhaberin der Rasper & Busch  
Unternehmensberatung, Bielefeld**

Unternehmensberaterin,  
Führungskräfte-Coach, Supervisorin,  
Trainerin, Life-Coach, Keynote-  
Speakerin. 2014/15 und 2016 ausge-  
zeichnet als Vorbildunternehmerin  
durch das Bundesministerium für  
Wirtschaft.



## **06. März – UTE Stammtisch** **Netzwerken – Austauschen - Informieren**

Stammtisch für Unternehmerinnen und Frauen in Führungsposition.  
Beruflich erfolgreich. Mit dem Stammtisch wird eine Plattform für alle interessierten Unternehmerinnen und Frauen in Führungspositionen aus den unterschiedlichsten Branchen gestellt, die Interesse an Erfahrungsaustausch, neuen Kontakten und Vernetzung haben.

### **Veranstaltungsbeginn**

19.30 Uhr

### **Veranstaltungsort**

Die Rentei ■ Schlossallee 1 ■ Espelkamp-Benkhausen



## **20. März – Kräht der Hahn auf dem Mist ....**

Meteorologe Friedrich Föst aus Lübbecke erklärt pünktlich zum Frühlingsanfang Bauernregeln.  
„Abendrot – Gutwetterbot. Morgenrot – schlecht Wetter droht.“ Das haben schon Oma und Opa gesagt. Stimmt das auch? Welche Bauernregel stimmt und welche ist nur Mythos.

### **Veranstaltungsbeginn**

19.30 Uhr, Ende ca. 21.00 Uhr

### **Veranstaltungsort**

GAZ II ■ Fritz-Souchon-Str.27 ■ 32339 Espelkamp



### **Friedrich Föst, Lübbecke** **Meteorologe**

Das Honorar des Referenten geht zu Gunsten des Orgelbauvereins Lübbecke e.V.





## **17. April – Schluss mit frustig**

**Die Happy Hour für mehr Glücksmomente im Alltag**

Statt Lebenslust spüren wir manchmal leider nur Alltagsfrust. Dabei macht das Leben viel mehr Spaß, wenn wir voller Freude, Mut und mit einem Lächeln im Gesicht durch das Leben schreiten. Wie Sie es schaffen mit mehr Leichtigkeit durch Ihren Alltag zu gehen, dass erfahren Sie in diesem unterhaltsamen Vortrag. Es erwartet Sie ein bunter Strauß an Tipps und Strategien, in dem für jeden etwas dabei ist. Machen Sie Schluss mit frustig! Die Inhalte des Vortrags: Frust und seine Ursachen, Frustschutzstrategien wie z.B.: Sich selbst akzeptieren und wertschätzen. Die eigenen Stärken stärken. Gute Fragen stellen. Dankbarkeit. Gerührt oder geschüttelt? Tipps für die Zubereitung erhalten Sie von Nina Herrmann. Nina Herrmann, Expertin für Stressmanagement, kennt den Frust und Stress aus eigener Erfahrung. Profitieren Sie von ihrem Erfahrungsschatz und ihrer Kompetenz als Trainerin.

### **Veranstaltungsbeginn**

19.30 Uhr, Ende ca. 21.00 Uhr

### **Veranstaltungsort**

GAZ II ■ Fritz-Souchon-Str.27 ■ 32339 Espelkamp



**Nina Herrmann, Wallenhorst**



## 15. Mai – Besuch der Röstgrad Kaffeemanufaktur in Rahden-Tonnenheide

Ein besonderes Erlebnis steht bei dieser Besichtigung an. Sie erleben in natura eine Kaffeeröstung mit anschließender Verkostung.

Der Inhaber und Röster Thomas Krüger wird erklären, was mit dem Rohkaffee während des Röstvorgangs passiert. In der Röstgrad Kaffeemanufaktur stehen mittlerweile sechs verschiedene Röstgrad-Kaffees aus verschiedenen Anbauländer und zwei Espressosorten zur Auswahl. Nach der erlebnisreichen Führung und Verkostung gibt es zum krönenden Abschluss ein Kaffeepräsent.

Warum die Unruhe einer Metropole wählen, wenn entspannt im Grünen auf dem Land Kaffee genossen werden kann.

### Veranstaltungsbeginn

19.00 Uhr, Ende ca. 21.00 Uhr

### Veranstaltungsort

Röstgrad Kaffeemanufaktur ■ Linteln 3a ■ 32369 Rahden

### Kosten

Für Führung und Verkostung wird ein Kostenbeitrag von € 15,00 erhoben.

Für diese Veranstaltung stehen nur begrenzte Plätze zur Verfügung. Eine Anmeldung ist erforderlich.



Der Kostenbeitrag ist bis zum 08.05.2018 auf das Konto von

**UTE (Beate Henke)**  
**IBAN DE85 4909 2650 2702 1936 03**

zu zahlen. Bitte im Verwendungszweck den Namen angeben. Bei Nichtteilnahme werden die Kosten nicht erstattet.



## 05. Juni – UTE Stammtisch

Netzwerken – Austauschen - Informieren

### Veranstaltungsbeginn

19.30 Uhr

### Veranstaltungsort

Berggasthof Wilhelmshöhe ■ Zur Wilhelmshöhe 14 ■  
Stemwede-Haldem



## 19. Juni – Erfolgreiche Worte

Wie man die Kraft der Worte für sich nutzen kann

Es gibt Worte, die sind wie eine Einladung zum Erfolg: Worte, die berühren, bewegen und verändern.

In diesem Vortrag erfahren Sie, warum Worte eine solche Kraft besitzen, was die Wirkmacht erfolgreicher Worte ausmacht und wie man diese für sich und seine Ziele nutzen kann.

Freuen Sie sich auf hilfreiche und leicht umsetzbare Sprach-Impulse für eine erfolgreiche Kommunikation mit Kunden und Kundinnen, Mitarbeitenden und allen anderen Menschen, die Ihnen am Herzen liegen. Lassen Sie sich außerdem überraschen von der nachhaltigen Kraft der Worte für einen erfolgreichen Ziel-Dialog mit sich selbst. Kirsten Schwert arbeitet als Lektorin, Texterin und Coach.

### Veranstaltungsbeginn

19.30 Uhr, Ende ca. 21.00 Uhr

### Veranstaltungsort

GAZ II ■ Fritz-Souchon-Str.27 ■ 32339 Espelkamp



### Kirsten Schwert

Sprachwissenschaftlerin,  
Pädagogin, systemischer  
Coach und NLP-Master,  
Herford



## **04. September – UTE Stammtisch** **Netzwerken – Austauschen - Informieren**

### **Veranstaltungsbeginn**

19.30 Uhr

### **Veranstaltungsort**

Bürgerpark Schäppchen ■ Bäckerstr. 34 ■ Lübbecke



## **14. September – Knigge-Dinner** **Über den Umgang mit Serviette, Kellner & Co.**

Egal, ob beim gehobenen Dinner oder Business-Lunch, ob im Restaurant oder zu Hause...wer die Tischsitten nicht beherrscht, fällt auf. So kann ein vermeintlich zwangloses Essen schnell die angestrebte Karriere beenden, oder zu peinlichen Situationen im privaten Bereich führen.

Wohin mit der Handtasche? Wie esse ich das Couvert-Brot korrekt? Wie bluffe ich beim Wein? Und welches Glas ist das richtige? Ein Abend für alle, die sich schon einmal gefragt haben, wie sie sich im Restaurant – ob privat oder beruflich – angemessen verhalten. Lernen Sie die aktuellen Tischsitten kennen und punkten Sie beim nächsten Restaurantbesuch mit Ihren guten Manieren.

### **Veranstaltungsbeginn**

19.00 Uhr, Ende ca. 22.00 Uhr

### **Veranstaltungsort**

Stemweder Hof ■ Stemwederberg-Straße 85 ■  
32351 Stemwede-Wehdem

### **Kosten**

Für das 3-Gang Menü incl. Aperitif wird ein Kostenbeitrag von € 45,00 erhoben. Getränke werden vor Ort bezahlt.

Der Kostenbeitrag ist bis zum 14.08.2018 auf das Konto von UTE (Beate Henke) - IBAN DE 85 4909 2650 2702 1936 03 zu zahlen. Bitte im Verwendungszweck den Namen angeben. Bei Nichtteilnahme werden die Kosten nicht erstattet.

Für diese Veranstaltung stehen nur begrenzte Plätze zur Verfügung. Eine Anmeldung ist erforderlich.

### **Referentin**

Birte Steinkamp, Vorstandsmitglied Dt. Knigge-Ges. e.V.



## 16. Oktober – Unser Arbeitsspeicher Der Chef im Gehirn

In einem interaktiven Vortrag stellt Tatjana Schilling, Heilpraktikerin (Psychotherapie) und MAT-Trainerin der Gesellschaft für Gehirntraining die Methode zur Erweiterung des Arbeitsspeichers vor. Neben Informationen werden auch Übungsbeispiele vorgestellt, die gemeinsam durchgeführt werden können.

Dieses Gehirntraining, auch kurz MAT® genannt, wurde seit 1981 an der Universität Erlangen-Nürnberg unter wissenschaftlichen Kriterien entwickelt und erprobt. Dabei wird mit gezielten Übungen der Arbeitsspeicher (früher auch Kurzspeicher genannt) trainiert, denn gerade in diesem Bereich, also in der Verarbeitungsgeschwindigkeit von Informationen und in der Merkspanne, wird eine Veränderung als erstes für den Betroffenen spürbar. Neben einer gesteigerten Arbeitsspeicherleistung verbessert sich auch die Konzentrations- und Belastungsfähigkeit. Die Erhaltung bzw. Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit bringt flexiblere und kreativere Bewältigung der Arbeits- und Alltagsaufgaben mit sich. Auch die Verbesserung der Gedächtnisleistung führt zu mehr Lebensqualität.

### Veranstaltungsbeginn

19.30 Uhr, Ende ca. 21.00 Uhr

### Veranstaltungsort

GAZ II ■ Fritz-Souchon-Str.27 ■ 32339 Espelkamp



**Tatjana Schilling**

Heilpraktikerin, Löhne



## 20. November – So schmeckt Wein

Kurzgefasstes Wissen über Weinsorten von Chardonnay bis Sauvignon; über Herkunftsgebiete, Anbau, Lagerung bis zum trinkfertigen Wein.

Zu welcher Gelegenheit welcher Wein? Theoretisches Wissen wird bei einer anschließenden Weinprobe in die Praxis umgesetzt: Geht doch Probieren über Studieren! Anneliese Meyer, Unternehmerin aus Espelkamp, referiert über Wein. Im Anschluss besteht die Möglichkeit einer Weinverkostung.

### Veranstaltungsbeginn

19.00 Uhr, Ende ca. 22.00 Uhr

### Veranstaltungsort

GAZ II ■ Fritz-Souchon-Str.27 ■ 32339 Espelkamp

### Kosten

Es wird ein Kostenbeitrag von € 15,00 erhoben.

Für diese Veranstaltung stehen nur begrenzte Plätze zur Verfügung. Eine Anmeldung ist erforderlich.



Der Kostenbeitrag ist bis zum 12.11.2018 auf das Konto von

**UTE (Beate Henke)**  
**IBAN DE 85 4909 2650 2702 1936 03**

zu zahlen. Bitte im Verwendungszweck den Namen angeben. Bei Nichtteilnahme werden die Kosten nicht erstattet.



## **04. Dezember – UTE Stammtisch** **Netzwerken – Austauschen – Informieren**

Stammtisch für Unternehmerinnen und Frauen in Führungsposition.

Beruflich erfolgreich. Mit dem Stammtisch wird eine Plattform für alle interessierten Unternehmerinnen und Frauen in Führungspositionen aus den unterschiedlichsten Branchen gestellt, die Interesse an Erfahrungsaustausch, neuen Kontakten und Vernetzung haben.

### **Veranstaltungsbeginn**

19.30 Uhr

### **Veranstaltungsort**

Krug Zum Grünen Kranze ■ Tonnenheider Str. 80 ■  
32339 Espelkamp

„Es hängt von Dir selbst ab, ob Du das neue Jahr als Bremse oder als Motor benutzen willst.“

(Henry Ford)



UTE steht für UnternehmerinnenTreff Espelkamp, Rahden, Stemwede und Umgebung.

Mit UTE wurde ein Forum für unternehmerisch denkende Frauen und Existenzgründerinnen aus Espelkamp und Umgebung geschaffen.

Basis dieses Netzwerks sind Unternehmerinnen, die bereits erfolgreich den Schritt in die Selbstständigkeit vollzogen haben, sowie Freiberuflerinnen, die gemeinsam den Netzwerkgedanken tragen und beleben.

Monatlich werden Vorträge, Seminare oder Workshops angeboten.

## **5 Gründe, warum Sie bei uns Mitglied werden sollten:**

- Informations- und Erfahrungsaustausch
- Fort- und Weiterbildung
- Kontaktbörse
- Finden von Kooperationspartnerinnen
- Präsenz und Werbung

 **UTE** – unternehmerisch – tolerant – erfolgreich.

[www.ute-web.com](http://www.ute-web.com)