

**CIP** Heidemarie Cox  
Creative Individual Power

**Meine Themen:**

- Seminare
- Workshops
- Beratung
- Vorträge
- Mediation

Kommunikation  
Prävention  
Ausbildung

Mobil 01622658777 | [www.cip-cox.de](http://www.cip-cox.de)



**Yogasana**  
Yoga für alle

**Heidi Wendt**  
Yogasana in der Trad. nach B.K.S. Iyengar

Raiffeisenstr. 28  
47803 Krefeld

Fortlaufende Kurse: Tel. 0172 3627819  
[www.yogasanayogafueralle.com](http://www.yogasanayogafueralle.com)



**Susanne Volmari** Endlich ICH

Coaching | Personal Training

Für Frauen ab 55 Jahren:  
mit Leichtigkeit und innerer Kraft  
ÄLTERWERDEN!

[www.susannevolmari.de](http://www.susannevolmari.de)  
info@susannevolmari.de  
mobil: 0162 9404900



**LIVE & LEARN**  
Full Service für Fremdsprachen

[www.live-and-learn.de](http://www.live-and-learn.de)



**SONNE  
MOND  
STERNE**

Sonne, Mond und Sterne e.V.  
Linnerstraße 32  
47829 Krefeld  
Tel.: 02151 - 78 43 80  
[www.sonne-mond-und-sterne-ev.de](http://www.sonne-mond-und-sterne-ev.de)

Wir erfüllen schwerkranken Menschen jeden Alters, unabhängig ihrer sozialen und religiösen Ansiedlung, einen Wunsch in ihrer letzten Lebensphase.



**HEBISCH** *... immer eine Idee persönlicher!*  
IMMOBILIEN

Wir suchen Mehrfamilienhäuser zum Direktankauf!

**HEBISCH IMMOBILIEN** Inh. Manuela Hebisch-Grünberg  
[www.hebisch-immobilien.de](http://www.hebisch-immobilien.de) | Tel: 0 21 51- 6 55 99 00



**demtröder**  
MANAGEMENTDIAGNOSTIK

Private-Coaching  
Coaching „To go“  
Business-Coaching  
Eignungsdiagnostik  
Personalentwicklung  
Seminare und Vorträge

Andrea Iris Demtröder, Dipl. Psychologin  
Duisburg 0 21 51- 6 44 66 58, [www.demtroeder-online.de](http://www.demtroeder-online.de)




**ärztin**

**Dr. med. Petra Bartjes**  
Privatpraxis für Ganzheitliche Allgemeinmedizin  
Akupunktur und Homöopathie

Naturheilkunde mit langer ärztlicher Erfahrung und ganzheitlichem Therapieansatz

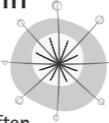
Bismarckstr. 112 • 47799 Krefeld • Tel.: 02151 647 17 17 • [www.dr-bartjes.de](http://www.dr-bartjes.de)



**Praxis für Naturheilkunde**  
**Annett Hannemann**  
HEILPRAKTIKERIN

Kompetente Behandlung mit sanften Therapien bei Rückenbeschwerden und Darmerkrankungen

Elisabeth-Munse-Str. 6, 47877 Willich  
Tel.: 02154-9508705  
[www.naturheilpraxis-hannemann.de](http://www.naturheilpraxis-hannemann.de)

**TUTORES**  
Lernbegleitung zum Schulerfolg

Nachhilfe nach niederländischem Konzept  
Lerntherapie (LRS, Dyskalkulie, ADHS)  
Lernstrategien, Lernworkshops

Unverbindliches, persönliches Beratungsgespräch!  
Drs. Josephine van Ginneken

Ostwall 27 · Krefeld  
☎ 0179 407 6302  
[www.tutores.de](http://www.tutores.de)



**Gründung mit 48+ ?**

Ihr stimmiger Außen-Auftritt:  
· Konzeption+Grafikdesign+Webdesign  
· Individuell, wirkungsvoll, verständlich

**Kistermann**  
Werbung, die Früchte trägt

Brigitte Kistermann  
Dipl.-Des. + PR-Beraterin DAPR  
Tel: 02151 391967 + [www.kistermann-pr.de](http://www.kistermann-pr.de)



**Sabine Engler**  
Steuerberaterin

Krefeld, Tel: 02151- 56 10 71  
[www.steuerberatung-engler.de](http://www.steuerberatung-engler.de)  
[www.steuerberatung-fuer-aerzte.de](http://www.steuerberatung-fuer-aerzte.de)

Fachberaterin für den Heilberufbereich (IFU/ISM gGmbH)

Zertifizierte Beraterin für die Unternehmensnachfolge (IFU/ISM gGmbH)




## Unternehmerinnen Krefeld

- Netzwerk für selbstständige Krefelderinnen -  
Unternehmerinnen, Freiberuflerinnen, Gründerinnen

## Themen & Termine

2020  
Erstes Halbjahr

[www.unternehmerinnen-krefeld.de](http://www.unternehmerinnen-krefeld.de)

## Unternehmerinnen in Krefeld

Branchenübergreifende Themen behandeln, sich gegenseitig unterstützen, Erfahrungen weitergeben, Kunden vermitteln, sich vernetzen, - das sind seit 2002 die Leitgedanken des Krefelder Unternehmerinnen-Netzwerks.

Wenn Sie Freiberuflerin, Unternehmerin sind oder sich in der Gründungsphase befinden, sind Sie herzlich willkommen:

Monatliche Netzwerktreffen, dienstags um 19:30 Uhr mit gemeinsamen Essen, die Räumlichkeiten finanzieren sich über den abendlichen Verzehr.

Interner E-Mail-Verteiler mit über 450 angeschlossenen Unternehmerinnen zum beruflichen Austausch.

Kein monatlicher Mitgliedsbeitrag.

[www.unternehmerinnen-krefeld.de](http://www.unternehmerinnen-krefeld.de)



## Ablauf unserer Netzwerk-Abende

Beginn 19:30 Uhr

- Alle Teilnehmerinnen stellen kurz ihr Unternehmen vor
- Aktuelle Infos, Fragen und Antworten aus der Runde
- Fachvorträge, Workshops, interaktive Übungen
- Viel Zeit für Gespräche und Erfahrungsaustausch

Den aktuellen Veranstaltungsort finden Sie unter [www.unternehmerinnen-krefeld.de](http://www.unternehmerinnen-krefeld.de) oder Tel: 02151 391967

## Termine & Themen 2. Halbjahr 2020

Den aktuellen Veranstaltungsort finden Sie unter [www.unternehmerinnen-krefeld.de](http://www.unternehmerinnen-krefeld.de) oder Tel: 02151 391967

14.01.2020 um 19:30 Uhr

### „Polynesisch Segeln oder Wie wir in komplexen Zeiten (unternehmerische) Ziele definieren können“

Wie lege ich meine Ziele fest, wenn die Welt sich immer schneller wandelt? Was können wir daraus lernen, wie die Polynesier segeln? Kurzer Überblick über den „Effectuation-Ansatz“ & mehr.

Dr. Christine Lotz-Keens  
Coach'in & Trainerin  
KEENS HOF Cooking & Coaching  
[www.keens-hof.de](http://www.keens-hof.de)

11.02.2020 um 19:30 Uhr

### App & Push - mobiles Marketing Nur ein Hype oder Instrument der Zukunft?

Was ist „mobiles Marketing“? Welchen Nutzen haben Apps und Push-Benachrichtigungen für Unternehmerinnen in Zeiten von Tablet und Smartphone? Einblicke in die neuen Möglichkeiten.

Dipl. Ing. Sabine E. Schmitz  
initial Design Kommunikation  
<https://initial-online.de>

10.03.2020 um 19:30 Uhr

### Zauberwort Positionierung? Ein Workshop

Business-Einzigartigkeit kontra Bauchladenstrategie  
Input, Ideensammlung, konkrete Lösungserarbeitung und Präsentation in der Gruppe.

Brigitte Kistermann, Dipl. Des., PR-Beraterin DAPR  
[www.kistermann-pr.de](http://www.kistermann-pr.de)

14.04.2020 um 19:30 Uhr

### Themenfreier Netzwerkabend mit ausgiebiger Vorstellungsrunde

und Zeit zum Einüben des eigenen Elevator Pitches mit Feedback aus der Gruppe



12.05.2020 um 19:30 Uhr

### Business Speed-Dating der Unternehmerinnen

Im 8-Minutentakt unkompliziert viele neue interessierte Gesprächspartnerinnen kennen lernen. Über das eigene Business berichten und in kurzer Zeit neue Kooperationsmöglichkeiten, Impulse, Weiterempfehlung, Aufträge, Kunden generieren ...

Brigitte Kistermann, Barbara Stauch, Gabi Wiese

09.06.2020 um 19:30 Uhr

### Bewegung im Berufsalltag? Sagen Sie nicht: OH NEIN!

Dass es gut ist, sich zu bewegen, wissen wir alle. Aber warum ist es so gut für uns? Wieviel Bewegung ist sinnvoll? Wie setze ich sie mit Spaß und Freude im Arbeitsalltag um? 45 Minuten Theorie und viel Praxis

Susanne Volmari  
Coaching · Personal Training  
[www.susannevolmari.de](http://www.susannevolmari.de)

## Sie suchen frauengeführte Unternehmen oder Freiberuflerinnen?

Unter [www.unternehmerinnen-krefeld.de](http://www.unternehmerinnen-krefeld.de) finden Sie im Branchenverzeichnis Firmenportraits frauengeführter Unternehmen und Freiberuflerinnen aus der Region.

Hiermit möchten wir Unternehmen, die von Frauen geleitet werden, öffentlich sichtbar machen. Viele Frauen möchten gerne Leistungen von anderen Frauen in Anspruch nehmen. Hier haben sie jetzt die Möglichkeit, gezielt nach solchen Unternehmen zu suchen.



## Das Unternehmerinnen-Forum ist eine Privatinitiative

Gründung 2002  
Ansprechpartnerin Brigitte Kistermann  
Tel: 02151-391967, [info@kistermann-pr.de](mailto:info@kistermann-pr.de)  
[www.unternehmerinnen-krefeld.de](http://www.unternehmerinnen-krefeld.de)

Organisation:  
Brigitte Kistermann, [www.kistermann-pr.de](http://www.kistermann-pr.de)  
Gabi Wiese  
Barbara Stauch, [www.mediation-stauch.de](http://www.mediation-stauch.de)