

ONLINE WORKSHOP: Teil 1

## WAS TREIBT MICH AN?

In diesem Workshop zeigen wir uns von unserer persönlichen Seite. Wir gehen unserer inneren Motivation unserem WARUM auf den Grund. Unser WARUM ist die Triebfeder unseres Herzens, weil es beschreibt, was uns wirklich wichtig ist. Hier wohnen unsere Werte und Überzeugungen, die uns beflügeln und antreiben. Unser WARUM beschreibt, wie aus Verhalten Haltung wird. Das schafft Vertrauen!

DATUM: 17.02.2021, 20 UHR

ONLINE: **HELGA SCHAUFF,**  
**COACHING UND BERATUNG**  
**„NEUES DENKEN FÜR NEUE LÖSUNGEN“**

ONLINE WORKSHOP: Teil 2

## VOM WARUM ZUM WAS UND WIE!

Wir beantworten die Frage, wie unser WARUM das WAS und WIE wir etwas tun stärkt. Denn mit dem WAS wir tun, stehen wir selten alleine. Unser WARUM ist das Herz unseres Tuns und ist der Motor unserer Hingabe. Ein besonderer Schatz sind unsere Potenziale. Dazu zählen unsere Talente und innere Stärken. Sie unterstützen, befeuern das WIE wir etwas tun. Unsere fachlichen und praktischen Fähigkeiten beschreiben unser WAS es ist. Wenn es uns gelingt, aus diesen drei Elementen ein harmonisches, authentisches GANZES zu kreieren, schaffen wir Mehrwert und Vertrauen.

DATUM: 17.03.2021, 19.30 UHR

ONLINE: **HELGA SCHAUFF,**  
**COACHING UND BERATUNG**  
**„NEUES DENKEN FÜR NEUE LÖSUNGEN“**

ONLINE ODER OFFLINE

## UNTERNEHMERINNENFRÜHSTÜCK

Offline ist unsere große Sehnsucht! Aber wenn dies nicht möglich ist, so gibt es dennoch eine Überraschung! Im Hintergrund wird schon getuschelt...

DATUM: 21.04.2021, 10 UHR - 12 UHR

[www.a-b-u.de](http://www.a-b-u.de)

ONLINE WORKSHOP

## BESCHWERDEMANAGEMENT ALS INSTRUMENT ZUR KUNDENBINDUNG

Sitzt Ihr manchmal auch ratlos am Telefon und wisst nicht, wie Ihr mit Beschwerdekunden umgehen sollt? Was ist die beste Strategie? Kopf in den Sand stecken? Den Schuldigen ausfindig machen? Zugeständnisse in beliebiger Höhe anbieten? Habt Ihr Vorschläge? Was hat bei Euch geklappt, was nicht. Ich bin ganz neugierig auf Eure Erfahrungen!

DATUM: 19.05.2021, 19:30 UHR

ORT: **Tinka Rohlfing von probiersofa,**  
**Dimpfel & Rohlfing GbR**

ONLINE ODER OFFLINE

## WEINPROBE MIT KLAUS RÜSING

Wir hoffen natürlich, dass dieses Event bei Klaus Rüsing in Bergisch Gladbach stattfinden kann. Aber Tinka Rohlfing von probiersofa macht zusammen mit Herrn Rüsing aus diesem Event auch ein spritziges Online EVENT.

DATUM: 16.06.2021 ABENDVERANSTALTUNG

## NETZWERKEN IN WANDERSCHUHEN

Mittlerweile eine liebgewonnene Tradition!

DATUM: 17.07.2021

ORT: **WIRD NOCH BEKANNT GEGEBEN**

## BESICHTIGUNG MIT FÜHRUNG IM FRAUEN-MEDIA-TURM (FMT)

Feministisches Archiv und Bibliothek.

DATUM: 18.08.2021

ORT: **BAYENTURM / RHEINAUHAFEN, 50678 KÖLN**

ONLINE ODER OFFLINE

## STAMMTISCH - KLÜNGEL & MEHR

Thema wird das bevorstehende Speed Dating Event am 30.10.2021 sein.

Alternativ finden wir Themen aus den eigenen Reihen.

DATUM: 15.09.2021

## ABU- SPEED DATING EVENT

Eingeladen werden umliegende Netzwerke und Interessentinnen wie: Unternehmerinnen, Frauen

in Führungsposition, Solopreneure und Frauen in Gründung. Das Thema für dieses Event steht noch nicht fest. Auf jeden Fall wird es eine Veranstaltung mit viel Raum zum Netzwerken werden.

DATUM: 30.10.2021 SAVE THE DATE!

ONLINE ODER OFFLINE

## STAMMTISCH - KLÜNGEL & MEHR

Reflektion und Feedback zum Mentoring-Programm für Gründerinnen.

DATUM: 17.11.2021

## REFRATHER WEIHNACHTSDORF

Hoffentlich dieses Jahr wieder!!! Gemütlich lassen wir das Jahr 2021 ausklingen.

DATUM: 15.12.2021

ORT: **PETER-BÜRLING-PLATZ**  
**51427 BERGISCH GLADBACH**

## ABU Programm 2021

Solange es die Corona-Regeln nicht anderes zulassen, finden unsere Veranstaltungen und Treffen in 2021 online statt. Sobald wieder Treffen mit mehreren Haushalten möglich sind, switchen wir auf unsere bewährten Offline-Formate um.

### KLÜNGEL & MEHR

So heißen unsere Stammtischtreffen, die mit wertvollen Themen – Workshops – Diskussionen aus dem Know-how unserer Mitglieder gespeist werden. Diese finden in der Regel an jedem dritten Mittwoch im Monat statt.

### DU HAST LUST, MIT UNS REGIONAL ZU NETZWERKEN?!

Dann fühle Dich herzlich eingeladen und nimm unverbindlich und kostenfrei an einem unserer Stammtische oder an einer Veranstaltung teil. Kostenpflichtige Veranstaltungen sind für Interessentinnen nicht kostenfrei. Weil es sein kann, dass wir Programmverschiebungen vornehmen müssen, kontaktiere uns bitte vorab über:

[info@a-b-u.de](mailto:info@a-b-u.de)

[facebook.com/aktivebergischeunternehmerinnen](https://facebook.com/aktivebergischeunternehmerinnen)



Das Frauennetzwerk für  
Unternehmerinnen, Freiberuflerinnen,  
Führungskräfte und Gründerinnen

Gemeinsam netzwerken, sich weiterbilden,  
stärken, wachsen und Spaß haben.

Gestaltung: Tina Wengler | [www.freiflieger-design.de](http://www.freiflieger-design.de)

# PROGRAMM 2021



## WILLKOMMEN BEI DEN AKTIVEN BERGISCHEN UNTERNEHMERINNEN

Du tauschst Deine beruflichen Erfahrungen gerne mit anderen Unternehmerinnen aus und möchtest regional noch bekannter werden. Du bist offen für Neues, möchtest Dich weiterentwickeln und teilst ebenso gerne dein Wissen.

**Dann lass uns gemeinsam netzwerken!**

Was uns ABU's bewegt, ist die Neugierde, neue Wege zu denken, zu gestalten und zu erfahren, wie ANDERE dies tun. Wir möchten wachsen und sichtbar sein mit dem was wir tun ... auf ganz vielfältige Weise!

Was uns ausmacht und was uns trägt, sind unsere Werte. Gegenseitiges Unterstützen, Mitnehmen und Stärken. Wir blicken respektvoll und ohne Konkurrenzdenken in die Zukunft.



Astrid Banken  
Filialdirektorin Finanzierungen  
Geschäftskunden  
0221 - 227 - 64 59  
[www.ksk-koeln.de](http://www.ksk-koeln.de)



Stefanie Betzer  
AOK Rheinland/Hamburg  
Die Gesundheitskasse  
02202 - 17 - 331  
[www.aok.de/rh](http://www.aok.de/rh)



Sabine Birven  
Raum zur Entwicklung  
Business Coaching & Training  
02204 - 48 13 71  
[www.birven.de](http://www.birven.de)



Laura Büchler  
SuneJo GmbH & Co. KG  
Das regionale Online-Jobportal  
02202 - 28 28 28  
[www.sunejo.de](http://www.sunejo.de)



Ellen Cornely-Peeters  
Ganzheitliche Frauengesundheit  
Wechseljahre-Beratung  
0151 - 53 93 58 23  
[www.chacha-wechseljahre.de](http://www.chacha-wechseljahre.de)



Kathrin Dielmann  
Digital Marketing Expertin  
02204 - 70 39 901  
[www.dielmann-marketing.de](http://www.dielmann-marketing.de)



Ellen Ebert  
EMSTraining & Personaltraining  
Ernährung & Entspannung  
02204 - 75 91 429  
[www.stilvollfit.de](http://www.stilvollfit.de)



Birgit Franke  
Bürgerhaus Bergischer Löwe  
02202 - 29 46 12  
[www.bergischerloewe.de](http://www.bergischerloewe.de)



Edda Görres  
Expertin für Videomarketing  
0212 - 22 13 96 31  
[www.vision3rhein-ruhr.de](http://www.vision3rhein-ruhr.de)



Sibylle Haas  
Immobilien- und  
Sachverständigenbüro  
02204 - 96 31 51  
[www.immoplusvision.de](http://www.immoplusvision.de)



Verena F. Henk  
Vertriebspartner von PM  
International AG  
FitLine & FitLine skin  
0174 - 87 50 748



Kerstin Höher  
Hochzeits- & Familienfotografie  
02204 - 71 292  
[www.fotowuensche.de](http://www.fotowuensche.de)



Ursula Krawinkel  
Leiterin einer Geschäftsstelle  
0172 - 26 48 845  
02205 - 90 19 688  
[www.barmenia.de](http://www.barmenia.de)



Michaela Kühnel  
Unabhängige Finanzberatung  
02205 - 89 84 85 - 0  
[serviceteam@kuehnel-consult.de](mailto:serviceteam@kuehnel-consult.de)



Angelika Nolting  
Stv. Geschäftsführerin  
Geschäftsstelle Oberberg  
02261 - 81 01 - 99 52  
[www.ihk-koeln.de](http://www.ihk-koeln.de)



Birgit Oebbeke  
Ganzheitliche Behandlung des  
Stütz- & Bewegungsapparates  
02204 - 42 67 36  
[www.heilpraxis-oebbeke.de](http://www.heilpraxis-oebbeke.de)



Ute Oehlen  
OxclusivIA  
Gewürz- & DesignManufaktur  
02263 - 80 25 440  
[www.oxclusivia.de](http://www.oxclusivia.de)



Susanne Prothmann  
Businessfotografie  
02202 - 22 430  
[www.susanne-prothmann.de](http://www.susanne-prothmann.de)



Anja Radermacher  
Trainerin für  
Ernährung und Prävention  
02206 - 85 28 918  
[www.feelgood-trainer.de](http://www.feelgood-trainer.de)



Gina Rauter  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
EmpaThie und Anahata Insitut  
02202 - 26 03 316  
[www.anahata-institut.de](http://www.anahata-institut.de)



Anita Rick-Blunck  
Martluther Investment GmbH  
02204 - 30 06 397  
[www.martlutherinvest.com](http://www.martlutherinvest.com)



Tinka Rohlfing  
probiersofa  
Dimpfel & Rohlfing GbR  
01573 - 22 55 336  
[www.probiersofa.de](http://www.probiersofa.de)



Helga Schauuff  
Business Mentorin  
Neues Denken für neue Lösungen  
02205 - 80 96 285  
[www.coaching-beratung-schauuff.de](http://www.coaching-beratung-schauuff.de)



Christel Schierbaum  
Ideen-, Geschäfts- und Karriere-  
Entwicklung  
02174 - 89 42 810  
[www.schierbaumideen.de](http://www.schierbaumideen.de)



Diana Schumacher  
Steuererklärungen, Beratung,  
Buchhaltung und Abschlüsse  
0221 - 61 10 75 - 00  
[www.schumacher-stb.com](http://www.schumacher-stb.com)



Doris Schüller-Breidenbach  
Familienrecht, Erbrecht  
02202 - 23 89 41  
[RASchuellerbreidenbach@gmx.de](mailto:RASchuellerbreidenbach@gmx.de)



Stefanie Weigelt  
Büromanagement  
Haustechnik GmbH  
02204 - 76 86 52  
[www.haustechnik-weigelt.de](http://www.haustechnik-weigelt.de)



Tina Wengler  
Grafik Designerin  
Büro Grafik & Web Design  
0179 - 17 24 497  
[www.freiflieger-design.de](http://www.freiflieger-design.de)



Barbara Willmroth  
Dipl. Sozialpädagogin  
Kölner Berufswegberatung  
0221 - 16 92 997  
[www.via-nova-koeln.de](http://www.via-nova-koeln.de)



Maria-Theresia Wolff  
Schneiderin Stoffhandel  
phantasiali stoffe  
02202 - 24 98 280  
[www.phantasiali.de](http://www.phantasiali.de)

## JUMP - IM TANDEM LEICHTER ZUM ERFOLG!

Unser Angebot richtet sich speziell an Jungunternehmerinnen hier in der Region. Diese möchten wir mit wertvollen Tipps und Tricks von erfahrenen Unternehmerinnen und Solopreneuren durch die aufregende und turbulente Anfangsphase begleiten und unterstützen. Gerade, wenn alles neu ist und viele schwierige Entscheidungen ohne große Erfahrungen zu treffen sind, ist es ein unglaublicher Gewinn, aus dem vielfältigen Wissensschatz unseres Netzwerks zu schöpfen. Im Tandem mit Rat und Tat an Deiner Seite!

Ist es das, was Du brauchst? Wir freuen uns auf Dich!  
Schreibe uns eine Mail: [info@a-b-u.de](mailto:info@a-b-u.de)  
Oder rufe uns direkt an!

Sibylle Haas: 02204 - 96 31 51  
Tinka Rohlfing : 01573 - 22 55 336

[www.a-b-u.de](http://www.a-b-u.de)