

FRAUEN INFOTAGE

Programm vom 04. bis 08. Mai 2026 in der Region Stuttgart (kostenfrei)
Fokus: Perspektiven für morgen

Online-Angebote ([Link 04. – 06.05.26](#) und [Link 07. – 08.05.26](#))

Montag, 04. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link |
|---------------|--|
| 10:00 – 12:00 | Kreativ aus der Krise |
| 12:00 – 13:00 | Mittagsimpuls: Zeit für meine berufliche Zukunft |
| 15:30 – 16:30 | Wege in Green Jobs |
| 19:30 – 21:00 | Mental Load – Wenn alles zu viel wird |

Dienstag, 05. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link |
|---------------|--|
| 08:15 – 09:00 | Meditation fürs Herz |
| 10:00 – 11:00 | Zurück in deine innere Stärke – Selbstvertrauen aufbauen |
| 10:00 – 10:30 | Hilfen für Alleinerziehende |
| 11:00 – 12:00 | Darm trifft Psyche |
| 11:00 – 13:00 | Silver Star – Diamond League: Jobsuche 50+ |
| 13:00 – 14:00 | Wechseljahre verstehen und gestalten |
| 14:00 – 16:00 | Frauen in Führung – Wege durch die „gläserne Decke“ |
| 16:00 – 17:00 | Frauen im Handwerk |
| 17:00 – 19:00 | Weiblicher Zyklus im Berufsalltag |

Mittwoch, 06. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link |
|---------------|--|
| 09:00 – 10:30 | Stabilität gibt Kraft |
| 12:00 – 13:30 | Finanzielle Hilfen für Frauen und Familien |
| 13:15 – 14:00 | Meditation fürs Herz |
| 17:00 – 18:00 | Mama 100 % Führung |
| 18:30 – 20:30 | Wege in/durch die Selbständigkeit |

Donnerstag, 07. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link |
|---------------|---|
| 12:00 – 13:30 | Sichtbar bleiben & Chancen nutzen in stürmischen Zeiten |
| 12:00 – 12:30 | Digitale Orientierung „Stuttgarter FrauenNetz |
| 13:00 – 14:00 | Stark durch die Lebensmitte: Wechseljahre im Beruf |
| 15:30 – 16:30 | Existenzgründung kompakt |
| 16:00 – 16:30 | Mut zur Rollenumkehr |
| 18:30 – 20:30 | Toxische Beziehungen erkennen, vermeiden und verlassen |

Freitag, 08. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link |
|---------------|---|
| 10:00 – 12:00 | Finanzielle Unabhängigkeit von Frauen |
| 12:00 – 13:00 | Purzelbäume im Lebenslauf |
| 14:00 – 14:45 | EmpowerME |
| 19:30 – 21:00 | Mental Load – Wenn alles zu viel wird |

Präsenz-Angebote ([Link](#))

Dienstag, 05. Mai bis

Freitag, 08. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link | Ort |
|---------------|---|-----------------------------|
| | Büchertisch: Literatur von und für Frauen | Stadtbibliothek Ludwigsburg |
| 10:00 – 19:00 | Dienstag, Mittwoch, Freitag | |
| 10:00 – 20:00 | Donnerstag | |

Dienstag, 05. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link | Ort |
|---------------|--|------------------------------|
| 09:30 – 11:00 | Wiedereinstieg in den Beruf | Agentur für Arbeit Stuttgart |
| 11:00 – 12:00 | Frauenpower in der vhs Stuttgart | Agentur für Arbeit Stuttgart |
| 13:00 – 14:00 | EmpowerME | Agentur für Arbeit Stuttgart |
| 13:00 – 14:00 | MERVA | Agentur für Arbeit Stuttgart |

Mittwoch, 06. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link | Ort |
|---------------|--|--------------------------------|
| 09:00 – 12:00 | IKIGAI | Agentur für Arbeit Ludwigsburg |
| 15:00 – 18:00 | Schritt für Schritt – berufliche Veränderung | Agentur für Arbeit Waiblingen |

Donnerstag, 07. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link | Ort |
|---------------|--|---|
| 09:00 – 13:00 | Familihtag | Jobcenter Landkreis Esslingen, Geschäftsstelle Nürtingen |
| 10:00 – 11:30 | Wege in die Erziehung (Quereinstieg) | Agentur für Arbeit Ludwigsburg (BIZ) |
| 15:00 – 18:00 | Selbstmarketing – Karrierewerkstatt | Agentur für Arbeit Waiblingen |

Freitag, 08. Mai

| Uhrzeit | Titel & Link | Ort |
|---------------|--|--------------------------------|
| 09:00 – 11:00 | Teilzeit-Ausbildungen | Volkshochschule Herrenberg |
| 10:00 – 12:00 | Arbeiten in Teilzeit | Agentur für Arbeit Waiblingen |
| 18:30 – 20:30 | Neustart: Kraft tanken | Antiquariat Friedrich, Marbach |

Infos und Anmeldung auch unter www.landkreis-ludwigsburg.de/fraueninfotage

Die FRAUEN INFOTAGE werden veranstaltet von (Gesamt-Veranstalterinnen):

Kommunale Gleichstellungsbeauftragte

| | |
|--------------------------|-----------------------|
| Cynthia Schönau | Landkreis Ludwigsburg |
| Prof. Dr. Kristina Wolff | Stadt Ludwigsburg |
| Stephanie Zipponig | Rems-Murr-Kreis |
| Annette Zoll-Decandia | Landkreis Esslingen |

Arbeitsagenturen: Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

| | |
|--------------------|--------------------------------|
| Jörn Harström | Agentur für Arbeit Göppingen |
| Karin Lindenberger | Agentur für Arbeit Ludwigsburg |
| Petra Persigehl | Agentur für Arbeit Waiblingen |
| Patrizia Worbs | Agentur für Arbeit Stuttgart |

Jobcenter: Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

| | |
|------------------------|-----------------------|
| Stefanie Andersson | Stadt Stuttgart |
| Kira Brey | Landkreis Esslingen |
| Narin Ferli | Rems-Murr-Kreis |
| Sarah Hollborn-Roßbach | Landkreis Ludwigsburg |
| Dagmar Sowa | Landkreis Böblingen |

Weitere Expertinnen

| | |
|---------------|--|
| Daniela König | Zentrum für Digitalisierung Region Stuttgart Projekt The Chance - Weiterbildungsscout |
|---------------|--|

Und mit im ORGA-Team

| | |
|------------------|--|
| Sabine Abbenseth | Institut für BusinessGeographie®, Marbach a.N. |
|------------------|--|



**04. – 08.
MAI 2026**
Zukunft • Chancen • Leben

Fokus 2026:
Perspektiven für morgen

**Jetzt informieren
& anmelden:**

