

# Den „Zeitfressern“ keine Chance mehr geben

Frauenwirtschaftstag in der Volkshochschule hat große Resonanz – Maria Bitenc: „Hier sind viele Frauen, die großes Potenzial haben“

**Sinsheim.** (mw) Referentin Regina Schulz aus Weinstadt im Schwäbischen war voller Lob für Sinsheim und seine „Frauenpower“. „Sinsheim ist immer Klasse“, fasst sie die Stimmung und die Mitwirkung des „heterogen gemischten Auditoriums“ im dreistündigen Workshop zusammen, der im großen Saal der Volkshochschule gut 80 Frauen zum Frauen-Wirtschaftstag zusammen geführt hatte.

Schulz, Geschäftsführerin einer Kommunikations-Agentur aus dem Schwäbischen, ist zum zweiten Mal nacheinander Gestalterin des Kernstücks der Veranstaltung, dem Workshop. Seit vier Jahren ist der Frauen-Wirtschaftstag auch in der Kraichgau-Metropole daheim. Die Veranstaltungen finden landesweit statt und



Frauen-Power: Referentin Regina Schulz, Christina Armbrust (Berufliche Fortbildung) und Dr. Maria Bitenc, Wirtschaftsförderin im Rathaus Sinsheim. Foto: Weis

werden vom baden-württembergischen Wirtschaftsministerium unterstützt.

Referentin Schulz hat sich für ihr Publikum ein brisantes Thema ausgewählt: „Der 25-Stunden-Tag“, dem sie mit „dem magischem Zeit- und Selbstmanagement“ Lösungsvorschläge zur Seite stellt, die Frauen, hin- und hergerissen zwischen Beruf, Familie, der eigenen Leistungsfähigkeit und einer Sinnsuche, Perspektiven eröffnen, „wie man mit der eigenen Lebenszeit künftig sehr bewusst umzugehen lernt.“

„Raus aus der Opferrolle“ ermutigt sie die Frauen, teils Berufs-Wiedereinsteiger, Selbständige und in Jobs gebundene Frauen und solche, die sich für die Familie entschieden haben.

Das „Zeit-Balance-Modell“, das sie vorstellt, funktioniere nur dann und halte die vier Bereiche „Körper / Leistung, Arbeit/Kontakt (Familie Freunde, Anerkennung, Zuwendung) und Sinn (Selbstverwirklichung Zukunftsfragen) in Balance, wenn man „ein gutes Selbstmanagement“ entwickle. Werde ein Bereich zu Gunsten eines anderen vernachlässigt habe das fatale Folgen. „Zeitfresser“ müssten erkannt und ausgemerzt werden, wie die für Frauen typische Neigung „nicht nein sagen zu können, nicht delegieren zu können“ und „Störungen durch Telefonate und unangemeldete Besuche.“ Prioritäten müssten Frauen setzen, „unterscheiden, was wichtig fürs eigene Leben, für persönliche und berufliche Ziele ist.“

Hier helfe die „80 zu 20 Regel“. 80 Prozent reichten für manche Aufgaben aus, um sie gut aber eben nicht perfekt zu erledigen. Schlüssel- und Kernaufgaben seien zu unterscheiden. Das müssten Frauen



Beim Frauen-Wirtschaftstag in der Volkshochschule war auch der Nachwuchs bestens aufgehoben. Eine Erzieherin beschäftigte sich den ganzen Nachmittag mit den Kleinen. Foto: Weis

lernen. Erster Weg zum Selbstmanagement: Die Frauen verfassten Briefe, was sie ändern wollen. Die werden von den Schreiberinnen in vier Wochen überprüft, was und wie es umgesetzt wurde.

Christine Armbrust vom Regionalbüro für berufliche Fortbildung, Mitorganisator des Tages, würdigte das „immense Interesse an der Veranstaltung. „Wir haben spontan sehr positive Rückmeldun-

gen erhalten.“ Sinsheims Wirtschaftsförderin Dr. Maria Bitenc ordnete den Frauen-Wirtschaftstag als „wichtiges Thema im Ressort Wirtschaftsförderung“ ein, da Frauen auf diesem Weg Mut gemacht werde, sich als Selbständige und Existenzgründer zu behaupten. Der Frauen-Wirtschaftstag stärke deren Selbstbewusstsein. „Hier saßen viele Frauen, die ein großes Potenzial haben.“