



Veranstaltungsort

FOM Hochschulzentrum Köln
Kölnisch Quartier, Venloerstr. 231b, 50823 Köln



Anmeldung

Sie möchten am 12. FOM Frauen-Forum Köln teilnehmen? Bitte melden Sie sich bis zum 21. Februar 2025 online an unter fom.de/veranstaltungen oder QR-Code scannen.



Ihre Ansprechpartnerin

Silja Barthes
0221 801478-45, silja.barthes@fom.de

In Kooperation mit:



Kölner-Frauenportal.de

FOM. Die Hochschule. Für Berufstätige.

Mit rund 50.000 Studierenden ist die FOM eine der größten Hochschulen Europas. Sie ist eine Initiative der gemeinnützigen Stiftung für internationale Bildung und Wissenschaft mit Sitz in Essen. Die FOM bietet Abiturienten, Berufstätigen und internationalen Studierenden die Möglichkeit, berufsbegleitend oder in Vollzeit zu studieren. Das Angebot umfasst über 60 praxisorientierte Studiengänge aus den Hochschulbereichen Wirtschaft & Management, Wirtschaft & Psychologie, Wirtschaft & Recht, Gesundheit & Soziales, IT Management sowie Ingenieurwesen.

Alle Bachelor- und Master-Abschlüsse der FOM sind sowohl staatlich als auch international anerkannt. Studiert wird an der FOM entweder im Campus-Studium+ oder online im Digitalen Live-Studium in virtueller Präsenz – live gesendet aus den Hightech-TV-Studios der FOM Hochschule.

Die Hochschule kooperiert mit über 10.000 Unternehmen – von Start-ups über mittelständische Unternehmen bis hin zu global agierenden Konzernen. Dazu zählen beispielsweise BMW, IBM, Siemens und die Telekom. Als forschungsstarke Hochschule betreibt die FOM mehr als 20 Institute und KompetenzCentren, die anwendungsorientiert Lösungen für betriebliche und gesellschaftliche Problemstellungen generieren.

Im Rahmen der FOM Summer Academy besteht für FOM Studierende die Möglichkeit, Auslandserfahrungen an renommierten internationalen Partnerhochschulen zu sammeln.

#fomfrauenforen



FOM200-K - 12/24

34 FOM Hochschulzentren: Aachen | Arnberg | Augsburg | Berlin | Bochum | Bonn
Bremen | Dortmund | Duisburg | Düsseldorf | Essen | Frankfurt a. M. | Gütersloh
Hagen | Hamburg | Hannover | Herne | Karlsruhe | Kassel | Köln | Leipzig
Mainz | Mannheim | Marl | München | Münster | Neuss | Nürnberg | Oberhausen
Saarbrücken | Siegen | Stuttgart | Wesel | Wuppertal

fom.de



fom.de

FOM
FRAUENFORUM



Einladung zum 12. FOM Frauen-Forum Köln

**Auf den Ton kommt's an –
mit starker Stimme und
Haltung zum Erfolg**

Samstag, 22. Februar 2025,
10.00–14.00 Uhr
FOM Hochschulzentrum Köln



Starke Stimmen, starke Frauen

Sie wollen wirklich überzeugen – sowohl im Alltag als auch im Job? Ein souveränes Auftreten und eine starke Stimme sind der Schlüssel zum Erfolg.

Wie verschaffen sich Frauen in Meetings und Konferenzen mehr Gehör? Und wie können sie in herausfordernden Situationen selbstsicher und überzeugend auftreten? Beim 12. FOM Frauen-Forum Köln stehen die weibliche Stimme und Präsenz im Mittelpunkt. In Impulsvorträgen erfahren Teilnehmerinnen von zwei Expertinnen, wie sie ihre eigene Stimmpräsenz verbessern können und wie die eigene Haltung mit dem Auftreten zusammenhängt. Anschließend wird in Workshops das Gelernte direkt angewandt. Zudem erhalten Teilnehmerinnen Strategien, Übungen und praktische Tipps für den persönlichen und beruflichen Alltag.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei. Die FOM Frauen-Foren bringen Frauen zusammen, die sich austauschen und ihre Karrierechancen durch Netzwerkarbeit stärken möchten. In den Vorträgen und Workshops erhalten Teilnehmerinnen stets Impulse für neue Ideen und Strategien.

Fotos © Jacob Lund/yurolaisalbert/Seventyfour/pressmaster AdobeStock, www.hemming-photographie.de

Das Programm

10.00 Uhr Begrüßung und Vorstellung der Netzwerke

Silja Barthes, Studienberatung Köln

10.15 Uhr Impulsvortrag I

„Überzeugende Frauenstimmen – sich stimmlich stark Gehör verschaffen!“

„Warum hört man mir nicht zu?“ „Wie verschaffe ich mir in Meetings, Konferenzen und Medien mehr Gehör?“ – In diesem Vortrag erhalten Sie Erkenntnisse aus Wissenschaft und Praxis, die das Bewusstsein und die persönliche Stimmpräsenz erweitern.

Stefanie Rummel, Trainerin, Speakerin und Int. Executive Coach (EBS)

10.45 Uhr Impulsvortrag II

„Souveränes Auftreten und Schlagfertigkeit im Job“

Wie kann ich selbstbewusst und souverän in herausfordernden Situationen auftreten, insbesondere in männerdominierten Branchen? Der Vortrag vermittelt, was einen souveränen weiblichen Auftritt wirklich ausmacht und wie Frauen Sicherheit im Umgang mit herausfordernden Gesprächssituationen erlangen können.

Tanja Peters, Autorin, Speakerin und Trainerin

**11.15 Uhr Aufteilung der Gruppen:
Workshop I + Workshop II**

Die Workshops stärken Frauen in Stimme und Auftreten und fördern Selbstbewusstsein und Sicherheit. Stefanie Rummel vermittelt, wie man die Stimmpräsenz verbessert und selbstbewusster spricht, während Tanja Peters Strategien für Schlagfertigkeit, souveränes Auftreten und den Umgang mit schwierigen Gesprächen zeigt.

12.15 Uhr Pause

12.30 Uhr Workshop I + Workshop II

Tausch der Gruppen

13.30 Uhr Netzwerken und Imbiss im Foyer

Die Referentinnen



Dr. med. Stefanie Rummel
Trainerin, Speakerin und
Int. Executive Coach (EBS)

Dr. med. Stefanie Rummel ist Expertin für Stimme, Körpersprache und Soft-Skills sowie zertifizierter Executive Coach (EBS). Sie entwickelt Vorträge, Coachings, Trainings und Konzepte für die Entwicklung von Führungskräften. Seit Jahren ist die international tätige Trainerin und Speakerin auch in der Stimmforschung tätig und begleitet Studien der Uniklinik Freiburg.



Tanja Peters
Autorin, Speakerin und Trainerin

Tanja Peters ist seit mehr als zehn Jahren erfolgreich als Speakerin und Trainerin unterwegs. Sie weiß, was es heißt, in jeder Situation schlagfertig und souverän aufzutreten. Genau das zeigt sie in ihren Female Empowerment-Programmen auch anderen Frauen.