Calendar of Events

germany@ewmd.org

December 17, 2025

EWMD BaWue Mi 17.12.2025 Weihnachtstreffen Stuttgart Mitte Weihnachtsmarkt Stuttgart bzw. Lautenschlager Wittwer Thalai Buchhandlung, Königstrasse, 18 Uhr Stuttgart, 70173
06:00 PM - 07:00 PM MEA

Einladung "Weihnachtstreffen" Stuttgart am Mittwoch 17.12.2025 18:00 Uhr bzw. 20:00 Uhr

Liebe EWMD members und Gäste.

zur weihnachtlichen Einstimmung treffen wir uns am Mittwoch, den 17.12.25 um 18 Uhr auf dem Weihnachtsmarkt in Stuttgart vor der Wittwer Thalia Buchhandlung.

Ab 20 Uhr gehen wir dann gemeinsam in das Lautenschlager essen.

stuttgart@wirtshaus-lautenschlager.de. Wirtshaus Lautenschlager, Lautenschlagerstraße 24, 70173 Stuttgart.

Bei Problemen bitte an beate.zifreund @t-online.de bzw. 0172 - 512 8600 wenden.

Herzliche Grüße, Dr. Antigoni Chrysostomou, Beate Zifreund, Bronia Szczesniak EWMD Chapter Baden-Württemberg

P.S. Unbedingt auch schon Mi 28ten Januar vormerken. Da gehen wir zu Frida Kahlo in die Schleyerhalle.

January 28, 2026

EWMD BaWue Mi 28.01.2026 Frida Kahlo Schleyer-Halle Stuttgart

Schleyerhalle

Mercedes str. 69

Stuttgart,

06:15 PM - 07:00 PM MEA

EWMD Baden-Württemberg lädt zum Netzwerktreffen am Mittwoch, den 28.01.2026 um 18.30 Uhr in die Schleyerhalle Stuttgart

Treffen zur Ausstellung Frida Kahlo

In der Schleyer Halle in Stuttgart gibt es eine immersive Ausstellung diesmal Frida Kahlo.

Wir treffen uns daher am Mittwoch abend, den 28ten Januar 2026 kurz vor 18:30 Uhr an der Schleyerhalle in Stuttgart.

Danach lassen wir den Abend noch im "Palm Beach" gemeinsam ausklingen.

Wer ist dabei?

Noch kann ich Karten besorgen..... Wer weiß wie lange.....

Für Gäste: 25 EUR

Bitte direkt bei beate.zifreund@t-online.de oder 0172 512 86 00 melden.

Beate Zifreund

für das EWMD Chapter BaWue

Beschreibung

Viva Frida Kahlo ist die erste immersive Inszenierung der Werke und des beeindruckenden Lebens der legendären mexikanischen Künstlerin und Ikone. Ein Ereignis für alle, die Kunst in dieser neuen multimedialen Form erleben, mit ihr interagieren und sich aus dem Alltag entführen lassen wollen. Diese Ausstellung macht die Malerin für jedermann lebendig und greifbar: Ohne Vorkenntnisse über Kunst oder über die außergewöhnliche Künstlerin besitzen zu müssen, werdet ihr hineingezogen in Frida Kahlos Welt. Ihr bewegt euch frei im Raum, aufwändige Rundumprojektionen und Sounde?ekte erzeugen exotische Farbwelten voller Emotionen und lassen euch das Leben Frida Kahlos verfolgen und ihre Werke auf nie zuvor gesehene Weise erfahren. Ihr erlebt die 1920er bis 40er Jahre, ihr taucht ein in die farbenfrohen Gemälde und kraftvollen Selbstbildnisse als Zeugnis eines Lebens voller Anmut und ungebrochenem Lebenswillen. Willkommen in Mexiko in der Casa Azul in Coyoacán!

January 7, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (7.1.2026)
ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste.

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

7. Januar, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

January 10, 2026

EWMD Rhein-Main | Netzwerktreffen im Foyer & Chansonabend im Gallustheater

Gallus Theater

Kleyerstr. 15

Frankfurt, 60326

07:00 PM - 10:00 PM CET

rhein-main@ewmd.org

Liebe Mitglieder, liebe Gäste!

Das neue Jahr 2026 starten wir in voller Vorfreude am

Samstag 10.01.2026 mit:

Netzwerken im Foyer des Gallus Theater: 19 Uhr Chansonabend mit Stefanie Rummel am: 20 Uhr

Themen des Netzwerkens:

- Welche Ziele habe ich für 2026?
- · Welche Schritte gehe ich, um dies zu erreichen?

Themen des Chansonabends

- Momente des Lebens reflektieren
- Umgang mit Zeit, Menschlichkeit,...

SONGS FROM LIFE – Deutschlandpremiere

Stefanie Rummel

Gesang, der berührt. Geschichten, die verwandeln.

Die preisgekrönte Sängerin Stefanie Rummel nimmt das Publikum mit auf eine fesselnde musikalische Reise – von den Pariser Cafés über die Berliner Kabarettbühnen bis in die Clubs Manhattans.

Mit Songs im Stil von Piaf, Weill, Sondheim und eigenen Kompositionen erzählt sie von besonderen Momenten des Lebens – voller Sehnsucht, Humor, Warmherzigkeit und Tiefe.

Als "herzberührend" und mit "brillanter Bühnenpräsenz" gefeiert, begeistert sie ihr Publikum in den USA, Großbritannien und ganz Europa – und geht nächstes Jahr erneut in Australien auf Tournee.

???? "Herausragende Stimme" – TheReviewHub ???? "Eine Offenbarung" – LondonTheatre1

Ein inspirierendes, berührendes musikalisches Cabaret über das Leben – getragen von Liedern, Persönlichkeit und Storytelling.

Bernhard Lehner begleitet versiert am Flügel.

Sieben Songs stammen von Stefanie Rummel (Text & Musik) Diese Songs wurden in Kooperation mit Tom Schlüter produziert. (Pianist & Musikproduzent)

Ein Abend voller Gefühl, Humor und internationalem Flair

Adresse: Gallus Theater, Kleyerstr. 15, 60326 Frankfurt, T:758060-20

Ticketverkauf (20 bzw. 15 €): https://www.gallustheater.de/prog/vob.php?v=29467860

Freut euch auf vertieftes Netzwerken an einem besonderen musikalischen Abend.

Ein frohes Fest und ein gutes neues Jahr wünschen wir.

Ganz viele Grüße

Antje Engelhardt, Karin Siefermann, Inga Wagner und Stefanie Rummel

Teil des agilen Teams des Chapter Rhein-Main

P.S.: Bitte beachtet, dass der Ticketverkauf direkt über das Gallus Theater erfolgt: https://www.gallustheater.de/prog/vob.php?v=29467860

January 14, 2026

EWMD-Society: Prof. Michael Domsch - es war einmal "Genderdax"

Anklamer Str. 38 Berlin, 10115

12:00 PM - 01:00 PM CET

Liebe EWMD Mitglieder, liebe Politik-Interessierte,

Wir haben Prof. Michael Domsch eingeladen mit uns über die Ambitionen der 90er Jahre zu reden - als noch alles möglich schien ...

zum Thema Mentoring, Frauenkarrieren und der Genderdax ... es ging um Chancengleichheit und Equality.

Was ist davon geblieben, was ist heute selbstverständlich - und wie wird die Zukunft aussehen? Nimmt Diversity mit der Trump Regierung auch bei uns ab? Professor Dosch ist ein "alter" Weggefährte des EWMD Netzwerkes und hat uns in vielen Dingen sehr beeinflusst. Heute würden wir von Male Ally sprechen. Deshalb ist er auch in die EWMD "Hall of Fame" aufgenommen worden.

Wir freuen uns auf diesen Jahresstart - mit dem Ausblick und Rückblick

Claudia Schmitz und Erika Regnet

Du bekommst diese Mail, weil Du bei einem Webinar teilgenommen hast, EWMD Society abonniert hast oder Mitglied oder Gast bei EWMD bist.

Diese Einwilligung kannst Du natürlich jederzeit widerrufen. Schreib einfach eine Mail an schmitz@ewmd-society.org

Gefällt Dir unser Lunchtalk? Dann gerne an Freund*innen und Bekannte weiterleiten. Unten auf der Seite von EWMD-Society kannst du dich registrieren und erhältst bei jeder neuen Veranstaltung/Info einen Hinweis.

Wir sind ein Projekt von EWMD Deutschland e.V. und freuen uns über Spenden. Für EWMD-Mitglieder ist der Lunchtalk kostenlos – Interessierten bieten wir an, uns monatlich mit 5 EUR zu unterstützen. Sepa-Lastschrift-Mandat

Bank Details: GLS Bank Account Name: EWMD Deutschland e.V. BIC/SWIFT-Code: GENODEM1GLS IBAN: DE69 4306 0967 1298 2371 00

EWMD-Society

January 21, 2026

EWMD vor Ort in Berlin | Neujahrsempfang 2026 am 21.1.26

Arminiusmarkthalle - Berlin-Moabit

Arminiusstraße 2-4

Berlin, 10551

06:00 PM - 10:00 PM CET

Eva Maria Scheid,

berlin-brandenburg@ewmd.org

Liebe EWMDler*innen, Liebe Interessent*innen,

sehr herzlich laden wir euch ein, mit uns ins Neue Jahr zu starten.

In lockerer Atmosphäre möchten wir unseren Mitgliedern und unseren Interessent*innen die Möglichkeit geben, unsere EWMD-Arbeit besser kennenzulernen und sich nach einer Vorstellungsrunde miteinander auszutauschen.

Es wird auch in diesem Jahr wieder ein lustiges Quiz geben – lasst euch überraschen.

Wo? Arminiusmarkthalle

Die Kosten für das leibliche Wohl trägt jede*r selbst.

Bist du dabei?

Wir freuen uns auf dich.

Viele Grüße

von Eva Maria Scheid, Caterine Schwierz, Kathrin Klix

P.S. Anfahrt zur Arminiusmarkthalle, Arminiusstraße 2-4, 10551 Berlin-Moabit

ÖPNV: U-Turmstraße U9, Tram M10, diverse Buslinien

PKW: Parkraumbewirtschaftung, PARK ONE Tiefgarage im Schultheiss Quartier (24x7),

die Einfahrt befindet sich in der Turmstraße 25, 10559 Berlin

January 23, 2026

EWMD Bayern online Business Connect (Members only!)

Anklamer Str. 38
Berlin, 10115
12:00 PM - 01:00 PM MEA
EWMD Bayern Event Management,
events.muenchen@ewmd.org

January 27, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im Januar (27.01.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET service.international@ewmd.org Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

?Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

?Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

January 30, 2026

EWMD Bayern | Welcome 2026! Mit Schwung ins neue Jahr

06:00 PM - 09:30 PM MEA EWMD Bayern Event Management, events.muenchen@ewmd.org Liebe Mitglieder des EWMD in Bayern,

"Welcome 2026", unter dem Motto wollen wir gemeinsam den Start ins neue Jahr feiern. Dazu laden wir Euch wieder sehr herzlich ein!

An diesem Abend wollen wir uns besser kennenlernen und uns austauschen über die Frage "Was möchte ich 2026 zum EWMD beitragen?"

Unser Jahresauftakt findet am Freitag 30. Januar 2026 ab 18 Uhr statt.

Details zum Ort folgen bald.

Diese Einladung gilt exklusiv Mitgliedern des EWMD, ob Einzel- oder Firmenmitglieder. (Sorry an alle interessierten Gäste - Sie dürfen uns bei anderen Terminen kennenlernen.)

Wir freuen uns gemeinsam auf das neue Jahr mit allen Mitgliedern anzustoßen und einen schönen Abend zu verbringen.

Herzliche Grüße

Euer EWMD Bayern Team

February 4, 2026

EWMD Young & Active | Let's talk (f \tilde{A} 1/4r Interessentinnen)

Zoom

07:00 PM - 07:45 PM CET

Irene Schilling,

info@schillout-coaching.net

EWMD Young & Active Let's talk - für Interessentinnen

Raum schaffen für neue Ideen

Du bist neugierig auf die Y&A Community und möchtest mehr über EWMD erfahren? Dann laden wir Dich herzlich zu unserem neuen Format ein: Y&A Let's talk – für Interessentinnen.

In einem kompakten Austausch wollen wir Dir Einblicke in EWMD geben und gleichzeitig Raum für Dich und Deine Themen öffnen. Wir möchten hören, was Dich bewegt, welche Interessen Du mitbringst und welche Ideen wir gemeinsam entwickeln können. So entsteht Dynamik, die neue Perspektiven und frische Impulse für junge Frauen ermöglicht.

Wann:

Mittwoch, 4. Februar 2026, 19:00-19:45 Uhr

Dauer:

45 Minuten

Ablauf:

15 Minuten Vorstellung von EWMD 30 Minuten gemeinsamer Austausch

Hinweis: Dieses Format findet regelmäßig einmal im Quartal, jeweils in der 1. Woche am Mittwoch, statt.

Wir freuen uns, Dich kennenzulernen und gemeinsam mit Dir neue Ideen zu gestalten. Sei dabei – wir freuen uns auf Dich!

Dein Young & Active Team youngandactive @ewmd.org

February 4, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (4.2.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste,

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch.

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

4. Februar, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

February 24, 2026

EWMD Presidents Pick | Redesigning the Future: A Conversation with Dr. Emilia Roig (24.2.26 Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET

Dear EWMD, dear networker,

(->You can find the German text below)

on Tuesday, February 24, 2026, from 6:00 p.m. to 7:00 p.m., we cordially invite you to the virtual "Presidents Pick" – this time with a voice that combines clarity, courage, and social vision like no other: Dr. Emilia Roig.

Dr. Emilia Roig is a political scientist, bestselling author (Why We Matter, The End of Marriage, Loving and Dear Son, or How to Save the World), and one of the most influential voices for social justice and transformation. In her works, she challenges us to recognize the structures that shape our thinking and actions – and to consciously make new decisions. She says, "We can only change systems if we understand how they work." This is exactly where our conversation begins.

EWMD Germany President Birgit Jünger moderates the discussion on

- how real change begins, rather than ending with cosmetic reforms
- what intersectionality means in practice beyond buzzwords ("Intersectionality means seeing people's reality in its entirety.")
- why leadership is always political and why every decision has a social impact
- what role lived diversity plays in organizations ("Diversity is not an add-on it is the foundation of just systems.")
- and how you, as a leader, decision-maker, or designer, can influence the future.

Emilia speaks openly, clearly, and without taboos about power, privilege, change, and responsibility. She knows how to explain complex issues in a way that touches and moves people. If you are longing for new perspectives or want to question old certainties, you will particularly appreciate this hour.

? The event will be held in English.

We look forward to seeing you there and to a conversation that is guaranteed to open your mind and give you inspiration that will last long after the evening is over.

Best regards,

Your EWMD Germany Board

Birgit, Andrea and Jessica

Deutsche Version

Liebe EWMD, liebe Netzwerkerin,

am Dienstag, 24. Februar 2026 von 18:00–19:00 Uhr laden wir dich herzlich zum virtuellen "Presidents Pick" ein – dieses Mal mit einer Stimme, die wie kaum eine andere Klarheit, Mut und gesellschaftliche Vision verbindet: Dr. Emilia Roig.

Dr. Emilia Roig ist Politikwissenschaftlerin, Bestseller-Autorin (Why We Matter, Das

Ende der Ehe, Lieben und LIEBER SOHN oder So rettest du die Welt) und eine der einflussreichsten Stimmen für soziale Gerechtigkeit und Transformation. In ihren Werken fordert sie uns auf, die Strukturen zu erkennen, die unser Denken und Handeln prägen – und bewusst neue Entscheidungen zu treffen. Sie sagt: "Wir können Systeme nur verändern, wenn wir verstehen, wie sie funktionieren." Genau hier setzt unser Gespräch an.

EWMD Germany President Birgit Jünger moderiert das Gespräch darüber,

- wie echte Veränderung beginnt, statt bei kosmetischen Reformen zu enden
- was Intersektionalität praktisch bedeutet jenseits von Modeworten ("Intersektionalität bedeutet, die Realität der Menschen vollständig zu sehen.")
- warum Führung immer politisch ist und warum jede Entscheidung einen gesellschaftlichen Effekt hat
- welche Rolle gelebte Vielfalt in Organisationen spielt ("Diversity ist kein Add-on sie ist die Grundlage gerechter Systeme.")
- und wie du als Führungskraft, Entscheiderin oder Gestalterin Einfluss auf die Zukunft nehmen kannst.

Emilia spricht offen, klar und ohne Tabus über Macht, Privilegien, Veränderung und Verantwortung. Sie versteht es, komplexe Zusammenhänge so zu erklären, dass sie berühren – und bewegen. Wenn du dich nach neuen Perspektiven sehnst oder Lust hast, alte Gewissheiten zu hinterfragen, wirst du diese Stunde besonders schätzen.

? Die Veranstaltung findet auf Englisch statt.

Wir freuen uns sehr, wenn du dabei bist und auf ein Gespräch, das dir garantiert neue Gedanken öffnet und Impulse mitgibt, die weit über diesen Abend hinaus wirken.

Viele Grüße

Dein EWMD Vorstand

Birgit, Andrea und Jessica

March 4, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (4.3.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste.

finde Deine Kraftquelle – einmal im Monat, am 1. Mittwoch.

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

4. März, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

March 31, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im März (31.03.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

April 1, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (1.4.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste,

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

1. April, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

April 14, 2026

EWMD Hello New | Virtuelles Onboarding fýr neue Mitglieder (14.04.2026)

06:30 PM - 08:00 PM CET

Claudia Schmidt,

info@byclaudiaschmidt.com

Du bist neu ins EWMD Netzwerk gekommen?

Dann ist dieses Event genau das Richtige für Dich!

Das "Hello New"-Team lädt Dich am Dienstag, 14. April 2025 von 18.30 - 20 Uhr zu unserem virtuellen EWMD Onboarding ein.

Alle neuen Mitglieder aus 2025 sind herzlich eingeladen, sich hier zu vernetzen, zu zeigen und Informationen über den EWMD zu erhalten.

Bitte plant mit ca. 90 Minuten, in denen wir Euch willkommen heißen, Basics und Orientierungspunkte zum EWMD mitgeben und Euch eine Plattform zum Austausch anbieten.

Worauf dürft Ihr Euch freuen?

- andere neue Mitglieder kennenzulernen
- mehr über den EWMD zu erfahren
- unsere Präsidentinnen in einer kurzen Q&A zu erleben
- Informationen zu EWMD Plattformen, Projekte, Ansprechpartnerinnen
- ein Interview und anschließende Q&A mit einem erfahrenen Mitglied
- Austausch, Vernetzung, Spaß haben.

Was dürft Ihr mitbringen?

Neugier

Eure Fragen

Offenheit

Etwas zu essen und zu trinken

Bitte registriere Dich für dieses Event, damit wir besser planen können. Wenn Du Fragen hast, erreichst Du uns per E-Mail oder auf LinkedIn.

Die Zugangsdaten für den Zoom-Raum schicken wir Euch direkt nach der Registrierung!

Euer "Hello New" Team Annette & Claudia

Claudia Schmidt

info@byclaudiaschmidt.com

Annette Weber

Annette@seminarhaus1.de

April 28, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im April (28.04.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET

service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

May 6, 2026

EWMD Young & Active | Let's talk (fýr Interessentinnen) am 6.5.26 Zoom

07:00 PM - 07:45 PM CET youngandactive@ewmd.org EWMD Young & Active Let's talk – für Interessentinnen Raum schaffen für neue Ideen

Du bist neugierig auf die Young & Active Community und möchtest mehr über EWMD erfahren? Dann laden wir Dich herzlich zu unserem neuen Format ein: "Young & Active Let's talk – für Interessentinnen".

In einem kompakten Austausch wollen wir Dir Einblicke in EWMD geben und gleichzeitig Raum für Dich und Deine Themen öffnen. Wir möchten hören, was Dich bewegt, welche Interessen Du mitbringst und welche Ideen wir gemeinsam entwickeln können. So entsteht Dynamik, die neue Perspektiven und frische Impulse für junge Frauen ermöglicht.

Wann:

Mittwoch, 6. Mai 2026, 19:00-19:45 Uhr

Dauer:

45 Minuten

Ablauf:

15 Minuten Vorstellung von EWMD 30 Minuten gemeinsamer Austausch

Hinweis: Dieses Format findet regelmäßig einmal im Quartal, jeweils in der 1. Woche am Mittwoch, statt.

Wir freuen uns, Dich kennenzulernen und gemeinsam mit Dir neue Ideen zu gestalten. Sei dabei – wir freuen uns auf Dich!

Dein Young & Active Team youngandactive @ewmd.org

May 6, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (6.5.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste.

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann? 6. Mai, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

May 26, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im Mai (26.05.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

June 3, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (3.6.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste.

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

3. Juni, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

June 30, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im Juni (30.06.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET

service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

July 1, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (1.7.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste.

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

1. Juli, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

July 28, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im Juli (28.07.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

August 5, 2026

EWMD Young & Active | Let's talk (fÃ 1 /4r Interessentinnen) am 5.8.26 Zoom

07:00 PM - 07:45 PM CET youngandactive@ewmd.org EWMD Young & Active Let's talk – für Interessentinnen Raum schaffen für neue Ideen

Du bist neugierig auf die Young & Active Community und möchtest mehr über EWMD erfahren? Dann laden wir Dich herzlich zu unserem neuen Format ein: "Young & Active Let's talk – für Interessentinnen".

In einem kompakten Austausch wollen wir Dir Einblicke in EWMD geben und gleichzeitig Raum für Dich und Deine Themen öffnen. Wir möchten hören, was Dich bewegt, welche Interessen Du mitbringst und welche Ideen wir gemeinsam entwickeln können. So entsteht Dynamik, die neue Perspektiven und frische Impulse für junge Frauen ermöglicht.

Wann:

Mittwoch, 5. August 2026, 19:00-19:45 Uhr

Dauer:

45 Minuten

Ablauf:

15 Minuten Vorstellung von EWMD 30 Minuten gemeinsamer Austausch

Hinweis: Dieses Format findet regelmäßig einmal im Quartal, jeweils in der 1. Woche am Mittwoch, statt.

Wir freuen uns, Dich kennenzulernen und gemeinsam mit Dir neue Ideen zu gestalten. Sei dabei – wir freuen uns auf Dich!

Dein Young & Active Team youngandactive @ewmd.org

August 5, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (5.8.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste,

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

5. August, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

August 25, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im August (25.08.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET

service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

September 2, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (2.9.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste,

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

2. September, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

September 29, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im September (29.09.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET

service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

October 7, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (7.10.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste,

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

7. Oktober, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

October 27, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im Oktober (27.10.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET

service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

November 4, 2026

EWMD Young & Active | Let's talk (fÃ $^1\!\!4$ r Interessentinnen) am 4.11.26 Zoom

07:00 PM - 07:45 PM CET youngandactive@ewmd.org EWMD Young & Active Let's talk – für Interessentinnen Raum schaffen für neue Ideen

Du bist neugierig auf die Young & Active Community und möchtest mehr über EWMD erfahren? Dann laden wir Dich herzlich zu unserem neuen Format ein: "Young & Active Let's talk – für Interessentinnen".

In einem kompakten Austausch wollen wir Dir Einblicke in EWMD geben und gleichzeitig Raum für Dich und Deine Themen öffnen. Wir möchten hören, was Dich bewegt, welche Interessen Du mitbringst und welche Ideen wir gemeinsam entwickeln können. So entsteht Dynamik, die neue Perspektiven und frische Impulse für junge Frauen ermöglicht.

Wann:

Mittwoch, 4. November 2026, 19:00-19:45 Uhr

Dauer:

45 Minuten

Ablauf:

15 Minuten Vorstellung von EWMD 30 Minuten gemeinsamer Austausch

Hinweis: Dieses Format findet regelmäßig einmal im Quartal, jeweils in der 1. Woche am Mittwoch, statt.

Wir freuen uns, Dich kennenzulernen und gemeinsam mit Dir neue Ideen zu gestalten. Sei dabei – wir freuen uns auf Dich!

Dein Young & Active Team youngandactive @ewmd.org

November 4, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (4.11.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste.

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

4. November, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

November 24, 2026

EWMD DE | Virtual Apero im November (24.11.2026)

Online via Zoom

06:00 PM - 07:00 PM CET service.international@ewmd.org

Liebe EWMD-Mitglieder, liebe Netzwerk Freunde,

wir laden euch herzlich zu unserem virtuellen EWMD Apéro ein! Dies ist die perfekte Gelegenheit, um uns untereinander auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und uns in einer angenehmen Atmosphäre zu vernetzen.

Wann?

Jeden letzten Dienstag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr

Was erwartet euch?

Spannende Gespräche und inspirierende Begegnungen mit anderen Frauen aus dem Netzwerk

Der Austausch von Ideen und Erfahrungen

Gelegentlich auch Beiträge von externen Gästen, die zu aktuellen und relevanten Themen spannende Einblicke geben – Meldet Euch gerne bei uns, wenn Ihr hier Themenvorschläge habt oder selbst ein Projekt vorstellen möchtet.

Lasst uns gemeinsam bei einem Glas eures Lieblingsgetränks neue Perspektiven gewinnen und uns gegenseitig unterstützen!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und einen bereichernden Austausch!

December 2, 2026

EWMD Double | Self-Care Moment - Deine Zeitinsel (2.12.2026) ONLINE via Zoom

12:00 PM - 12:30 PM CET berlin-brandenburg@ewmd.org Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel

Liebe EWMD Members, liebe Gäste,

finde Deine Kraftquelle - einmal im Monat, am 1. Mittwoch

Du managst alles parallel und hältst die Bälle in der Luft. Gönn Dir eine Pause!

Mit dem "Self-Care Moment – Deine 30 Minuten Zeitinsel" schaffen wir Raum für Dich: Investiere bewusst Zeit in Deine Selbstfürsorge und schöpfe Kraft für nachhaltiges Führen, Arbeiten und Leben.

Worum geht es?

Dieses Format bietet Dir einmal im Monat eine feste Auszeit – Deine persönliche Zeitinsel.

Beim Self-Care Moment zählen nur Du und Deine Bedürfnisse.

Wann?

2. Dezember, 12:00-12:30

Wo?

Online via Zoom

Was erwartet Dich?

Check-In: Ankommen, offen werden für Dich selbst

Impuls : Inspirationen zu Themen wie Grenzen erkennen & setzen, Entschleunigung ohne Rückzug, Netzwerk & Austausch statt Selbstoptimierungsdruck

Reflexion& Check-Out: Zeit für Deine persönliche Selbstfürsorge-Reflexion

Warum mitmachen?

Stärkung Deiner Resilienz durch bewusste Selbstfürsorge Austausch in einem unterstützenden Netzwerk ohne Leistungsdruck Impulse, die Dir helfen, gesund und nachhaltig zu leben und Dich selbst zu führen

Melde Dich jetzt an und gönn Dir Deine persönliche Zeitinsel – für mehr Balance, Kraft und Klarheit!

Wir freuen uns auf Dich und Deine Zeit für Dich!

Coming Soon

Young & Active Retreat 2025

Start: 15 Uhr am 27.6.25 Stefanie Biedinger,

stefaniebiedinger@googlemail.com

Unleash Your Power – Find Balance & Self-Care for a vibrant life Entdecke Dein volles Potenzial beim diesjährigen Young & Active Retreat 2025 - ein exklusives Event für dynamische Frauen zwischen Mitte 20 und Mitte 40, die sich den Herausforderungen der modernen (Arbeits-) Welt stellen.

Stehst Du am Anfang Deiner Karriere und fragst Dich, wie Du Deine private und berufliche Entwicklung gestalten möchtest? Stehst Du im Berufsleben und möchtest als Frau den nächsten Karriereschritte gehen, mit und nicht trotz Kindern oder anderen familiären Verpflichtungen? Lass uns voneinander lernen und uns gegenseitig inspirieren.

Vereinbarkeit und Selbstverwirklichung im Fokus

Tauche ein in die EWMD DOUBLE Thematik und erkunde innovative Wege, um doppelte Vereinbarkeits- und Selbstverwirklichungsmodelle zu meistern. Gemeinsam diskutieren wir:

Strategien zur Vereinbarkeit von Karriere und Privatleben Wege zur Selbstverwirklichung in verschiedenen Lebensbereichen Lösungsansätze für die Balance zwischen persönlichen und beruflichen Zielen Internationale Perspektiven

Profitiere vom länderübergreifenden Austausch und erweitere Deinen Horizont:

Erfahre von Best Practices aus verschiedenen europäischen Ländern Diskutiere unterschiedliche Ansätze zur Förderung der Geschlechtergerechtigkeit Knüpfe wertvolle Kontakte in einem internationalen Netzwerk starker Frauen

Selbstfürsorge als Schlüssel zum Erfolg

Entdecke die Kraft der Selbstfürsorge für Dein persönliches und berufliches Wachstum:

Lerne effektive Techniken zur Stressreduktion und Achtsamkeit Entwickle Strategien für ein ausgewogenes Leben Tausche Dich mit Gleichgesinnten über Herausforderungen und Lösungen aus

Sei Teil dieser einzigartigen Plattform, um Dich mit anderen inspirierenden Frauen zu vernetzen, voneinander zu lernen und gemeinsam Wege zu finden, wie wir die Rahmenbedingungen für echte Geschlechtergerechtigkeit gestalten können. Gemeinsam sind wir stark!

Retreat Details

Datum: 27.06.2025 – 29.06.2025

Ort: 61389 Schmitten/Arnoldshain (40km nördlich von Frankfurt am Main) // Die

Abholung von nächst gelegenen Bahnhof Oberursel (20 min Entfernung zum Tagungshotel) kann organisiert werden.

Workshop-Sprache: Englisch

Kontakt: Irene Schilling (info@schillout-coaching.net) und Stefanie Biedinger (stefaniebiedinger@googlemail.com)

Melde Dich jetzt an und gestalte aktiv die Zukunft mit, in der Vereinbarkeit, Selbstverwirklichung und Gleichberechtigung keine Gegensätze mehr sind! Sei dabei für ein unvergessliches Erlebnis.

Wir freuen uns auf Dich,

Irene & Steffi

Registrierungsgebühr:

Für alle U30 & Buchung bis zum 15. April 2025: 310 €
Für EWMD-Member & Buchung bis 15. April 2025: 350 €
Für alle anderen / für EWMD-Member bei Buchung nach dem 15. April 2025: 400 €

Die Reservierungsbestätigung erfolgt bei Eingang der Zahlung. Die Gebühr beinhaltet das Workshop Programm, Unterkunft im Einzelzimmer mit Vollverpflegung (Freitagnachmittag bis Sonntagvormittag). Wer möchte, kann zum Netzwerken auf eigene Kosten zu Mittagessen am Sonntagmittag bleiben (ca. 33€).

WICHTIG zu beachten: Eine Erstattung des Betrags nach erfolgter Anmeldung und Zahlung ist nicht mehr möglich. Platzübertragung bei Teilnahmeverhinderung innerhalb des EWMD-Netzwerks ist möglich und sollte selbst organisiert werden.

English text:

Discover your full potential at the this year's Young & Active Retreat 2025 - an exclusive event for dynamic women between mid-20s and mid-40s who are tackling the challenges of the modern working world.

Are you at the dawn of your career, pondering how to shape your personal and professional growth? Are you an established professional woman ready to take the next leap in your career, harmonizing success with family life? Let's join forces to learn from each other and spark inspiration!

Balancing Life and Ambition

Dive into the EWMD DOUBLE theme and explore innovative ways to master dual reconciliation and self-fulfillment models. Together, we will discuss:

Strategies for balancing career and personal life
Paths to self-fulfillment in various areas of life
Solutions for achieving a balance between personal and professional goals

Page 38/39

Learn from best practices across different European cultures
Discuss different approaches to promoting gender equality
Build valuable connections within an international network of strong women

Self-Care as the Key to Success

Discover the power of self-care for your personal and professional growth:

Learn effective techniques for stress reduction and mindfulness Develop strategies for a balanced life Share experiences and solutions with like-minded individuals

Be part of this unique platform to network with other inspiring women, learn from each other, and collectively find ways to shape the conditions for true gender equality. Together we are strong!

Event Details:

Date: 27/06/2025 - 29/06/2025

Location: 61389 Schmitten (40 km north from Frankfurt am Main/Germany) // Pickup from the nearest station, Oberursel (20 minutes away from the conference hotel), can

be arranged.

Workshop Language: English

Contact: Irene Schilling (info@schillout-coaching.net) and Stefanie Biedinger

(stefaniebiedinger@googlemail.com)

Workshop Program