

**Zielgruppe:**

Junge weibliche FM-Kräfte, die bereit sind, sich persönlich weiterzuentwickeln

**Was bekomme ich als Mentee?**

**Persönliche Begleitung:**

- Persönliche Mentorin/Mentor, der/die dich über mehrere Monate in regelmäßigen Sessions begleitet, damit auch Zugang zu ihrem Wissen, Erfahrungen und Perspektive

**Fachliche und persönliche Weiterentwicklung:**

- Impulsvorträge, Tandem-Arbeit, Plenarsessions
- Praktische Tools und Methoden zur beruflichen Orientierung
- Konkrete Unterstützung bei Herausforderungen im Arbeitsalltag

**Netzwerk und Community:**

- Zugang zu einem aktiven FM-Frauennetzwerk
- Kontakte zu Führungskräften und Branchenexperten

**Karriereboost:**

- Klarheit über Ziele und nächste Karriereschritte
- Mehr Selbstvertrauen und Entscheidungssicherheit
- Begleitung beim Übergang in Führungsrollen

**Kosten:**

1.200 Euro/Jahr (10 x 1:1 Tandem- und Netzwerk-Sessions)

→ Du bekommst eine klare Orientierung, persönliche Unterstützung, Weiterbildung und ein Netzwerk, das Dein berufliches Profil und Deinen Weg im FM stärkt!

→ Bei Fragen zum Programm bitte an [info@gefma.de](mailto:info@gefma.de) wenden



Anmeldung bis  
31. August 2026

# gefma 3C Mentoring

women um einen Unterschied zu machen

in Kooperation mit **CONTRAS**  
consulting & training services

## Zielgruppe:

Erfahrene weibliche Führungskräfte mit dem Potenzial und dem Willen, Top-Führungspositionen zu übernehmen

## Was bekomme ich als Mentee?

### Persönliche Begleitung:

- Persönliche Mentorin/Mentor, der/die dich über mehrere Monate individuell begleitet, damit auch Zugang zu ihrem Wissen, Erfahrungen und Perspektive
- Regelmäßige 1:1 Sessions

### Fachliche und persönliche Weiterentwicklung:

- Konkrete Unterstützung bei Herausforderungen im Alltag (**3C = Personal Case + People Case + Business Case**)
- Impulsvorträge, Tandem-Arbeit, Plenarsessions, Dialoge mit Top-FM-Entscheidern mit politischer Komponente
- Praktische Tools und Methoden zur beruflichen Positionierung inkl. Business Case und Stakeholder-Landkarte

### Netzwerk und Community:

- Kontakte zu Top-Entscheidern
- Zugang zu Branchenexperten für individuelles Sparring

### Karriereboost und Horizonterweiterung:

- Klarheit und Aktionsplan zu beruflichen Zielen und nächsten Karriereschritten und Begleitung bei der Positionierung

### Kosten:

2.000 Euro/Jahr (bis zu 12 x 1:1 Tandem- und Netzwerk-Sessions)

→ Du bekommst Entscheidungssicherheit, personalisierte Unterstützung, konkret Instrumente und ein Netzwerk!

→ Bei Fragen zum Programm bitte an [info@gefma.de](mailto:info@gefma.de) wenden



Anmeldung bis  
31. August 2026

# gefma Train-the-Mentor

women

in Kooperation mit **CONTRAS**  
consulting & training services

## Zielgruppe:

Erfahrene weibliche und männliche Führungskräfte mit dem Willen, ihre eigenen Erfahrungen weiterzugeben

## Voraussetzungen und Mehrwert:

- Mentorinnen und Mentoren sind operativ in einer Führungsrolle seit mehreren Jahren
- Bereitschaft, die eigenen Erfahrungen zu teilen und das persönliche Netzwerk ggf. einzubringen
- 2 Tage gesponsertes "Train-the-Mentor" Programm unter professioneller Anleitung  
(Präsenz zur eigenen Netzwerkerweiterung)

## Zeitaufwand:

- 10-12 Tandem –Sessions (in der Regel 1h bis max. 2h)
- Tandem Sessions werden von der Mentee vorbereitet

## Zeitlicher Ablauf:

- Erste Tandem-Session findet im Rahmen des Kick-Off Treffens in Präsenz statt
- Teilnahme an 4 Plenarsitzungen:
  - Kick-Off (ein Tag, in Präsenz)
  - 2 Boxenstopps à ½ Tag (einmal online und einmal in Präsenz)
  - Summit (ein Tag, in Präsenz)
- Optional: Mentoren-Supervision (je nach Bedarf)

→ Bei Fragen zum Programm bitte an [info@gefma.de](mailto:info@gefma.de) wenden



Anmeldung bis  
31. August 2026