

Anzeige probleme? [Öffne diese E-Mail in deinem Browser.](#)



Pro Exzellenzia plus-Newsletter

Februar 2024

Herzlich Willkommen zu unserem neuen Newsletter!

Nach all den Demos und Verkehrseinschränkungen, angesichts noch immer besorgniserregender Nachrichtenlage und den immer wieder etwas gewöhnungsbedürftigen Faschings-/ Karnevalsaktivitäten (vereinzelt auftretender Bias bei Hamburgerinnen), blicken wir nach vorne auf ein weiterhin stürmisches Jahr.

Am 6. März wird Equal Pay Day sein und wir sind passend dazu gerade mit unserer Reihe „Das liebe Geld“ gestartet, weiter unten mehr dazu. Der Internationale Frauentag steht vor der Tür mit unserer tollen Lesung und der Auftakt unserer Female Leadership Days naht... es wird spannend, wir wollen viel mit Euch erleben und bewegen!

Unser Newsletter informiert darüber,

- was bei uns demnächst stattfindet und wo es noch freie Plätze gibt,
- was wir erlebt haben und mit Ihnen und Euch teilen wollen und
- was wir spannend finden!

Er kann natürlich nur eine kleine Auswahl zeigen, damit er „lesbar“ bleibt. Und auch für die Lesbarkeit haben wir uns für ein respektvolles "Du" in der Anrede entschieden.

Das Projekt „Pro Exzellenzia plus“ wird von der Europäischen Union und von der Freien und Hansestadt Hamburg finanziert. Ziel des Qualifizierungsprogramms von Pro Exzellenzia plus ist es, hochqualifizierte Frauen auf ihren Karrierewegen zu begleiten und sie bei der Weiterentwicklung ihrer Karriere- und Führungskompetenzen zu unterstützen.

Wir freuen uns über Rückmeldungen und Anregungen dazu, was ihr im Newsletter lesen wollt, was zu viel ist und was zu kurz kommt. Und wir freuen uns natürlich auf ein hoffentlich baldiges Wiedersehen in Präsenz oder digital!

Viele Grüße vom Pro Exzellenzia plus-Team

Neu auf unserer Website: FAQ

Wollt ihr euch einen schnellen und umfassenden Überblick über das Pro Exzellenzia plus verschaffen? Oder sucht ihr nach ganz konkreten Infos?

In unseren **FAQs** haben wir einmal Antworten auf häufig gestellte Fragen zusammengetragen - und werden diese auch weiterhin ergänzen: <https://pro-exzellenzia.de/ueber-uns/faq/>

Noch nicht fündig geworden? Dann schreibt uns eure Fragen gerne auch direkt per E-Mail an: pro-exzellenzia@hamburginnovation.de



Was bei uns demnächst stattfindet - unser Veranstaltungsprogramm



Workshop-Programm

Unser Workshop-Programm 2024

Unser Workshop-Programm ist erfolgreich ins neue Jahr gestartet - und wie gewohnt folgt auf jeden Workshop, ob online oder in Präsenz, eine Blended-Learning-Phase zum Nacharbeiten und Weiterverfolgen der Themen. Das Programm bildet die Themen ab, die wir wichtig finden, um euch angemessen auf euren Karrierewegen in Richtung Führung zu begleiten und zu unterstützen.

Alle Veranstaltungen findet ihr auf unserer [Website](#) und übersichtlich in unserem [Workshop-Flyer \(PDF-Download\)](#).



Building trust and psychological safety in diverse groups | Präsenz-Workshop am 11.03.2024

Ziel dieses Workshops ist es, Akademikerinnen mit wirksamen Werkzeugen auszustatten, um eine 360°-Führungsrolle zu übernehmen – eine Führung, die Aufwärts-, Abwärts-, Quer- und Selbstführung ermöglicht. Ein zentraler Schwerpunkt liegt auf der Kunst, vielfältige Gruppen zu führen und so den Erfolg einfacher zu gestalten. Der Workshop befasst sich mit folgenden zentralen Aspekten und Fragestellungen im Zusammenhang mit Führung:

- Was mich als weibliche Führungskraft ausmacht und was mich möglicherweise zurückhält
- Identifizieren eines authentischen (weiblichen) Führungsstils und von Führungswerten

- Wie man angesichts der Unterschiede in heterogenen Teams Empowerment und Motivation schafft
- Wie man eine Umgebung schafft, um die Kraft der Vielfalt in Gruppen zu nutzen
- Wie Sie psychologische Sicherheit und Vertrauen für Teams und sich selbst aufbauen, um Innovationen und Lösungen in Gruppen zu fördern

Termin: Montag, 11.03.2024 von 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr - in English

Zur Anmeldung



Karriereplanung – Industrie vs. Wissenschaft | Präsenz-Workshop am 18.04.2024

Stehst du kurz vor Abschluss der Promotion und bist noch unentschlossen, ob deine Zukunft in der Wissenschaft liegt? Für diesen Workshop führst du vorab eine Standortbestimmung mit Fragebögen durch, deren Ergebnisse dann im Workshop gemeinsam ausgewertet und analysiert werden. Daraus bilden sich wertvolle Erkenntnisse für deine berufliche Zukunft.

Im anschließenden Video-Follow-Up hast du die Möglichkeit, eine Vielzahl von Optionen für dein zukünftiges Handeln und Erleben zu erkunden. Dieser Workshop ist der Schlüssel, um deine berufliche Laufbahn auf die nächste Stufe zu heben. Sei bereit für die spannende Reise, die vor dir liegt!

Termin: Donnerstag, 18.04.2023 von 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Zur Anmeldung



Weitere Workshops bis Ende April

Anmeldungen direkt über die hinterlegten Links.

- [Wie will ich führen? Ein Grundlagenworkshop](#)
Präsenz-Workshop am 20.02.2024
- [Professionelle Beratungskompetenz entwickeln](#)
Präsenz-Workshop am 27.02.2024
- [Upshift your PhD](#)
Online-Workshop am 28.02. & 06.03.2024
- [Building trust and psychological safety in diverse groups](#)
Präsenz-Workshop am 11.03.2024
- [Die Initiative ergreifen: mentale Stärken für persönlichen und beruflichen Erfolg](#)

Präsenz-Workshop am 03.04.2024

- Professorin gesucht! Planung und Optimierung der Hochschulkarriere
Online-Workshop am 10.04. & 11.04.2024
- Karriereplanung – Industrie vs. Wissenschaft
Präsenz-Workshop am 18.04.2024
- Erfolgreich und gelassen in die nächste Gehaltsverhandlung
Online-Workshop am 23.04. & 24.04.2024



Das Jahresprogramm im Überblick: Alle Veranstaltungen



Vortrags- und Kooperationsveranstaltungen



Speak Up and Shine - Lesung zum Internationalen Frauentag am 8. März:

»Warum werde ich immer wieder unterbrochen? Warum fällt es mir so schwer, mir Gehör zu verschaffen?« Viele Frauen haben den Eindruck, dass sie sich im Job nicht ausreichend hörbar machen. Sei es aus Unsicherheit, Harmoniewunsch oder schlicht Bequemlichkeit: Zurück bleibt das schale Gefühl, wieder einmal leise geblieben zu sein, statt konsequent mitzuwirken.

Stimm-Expertin Dr. Monika Hein zeigt in ihrem neuen Buch, wie Zurückhaltende konsequent für sich einstehen und Vorsichtige endlich gehört werden. Mithilfe von praktischen Übungen und Tipps werden innere Blockaden überwunden und die eigene Überzeugungskraft und Präsenz erarbeitet.

Anmeldung jetzt offen:

Die **interaktive Lesung "Speak Up and Shine" am Freitag, 08.03.2024 (17-19 Uhr)** umfasst Auszüge aus dem Buch und Gesprächsrunden, sowie eine offene Diskussion.

Wir freuen uns auf einen anregenden und interaktiven Abend! Hier geht's zur Anmeldung:

Zur Anmeldung



Auftakt Female Leadership Days 2024: Sich entscheiden, in Führung zu gehen

Bei dieser ersten Veranstaltung der Reihe „Female Leadership Days“ geht es um die Entscheidung, eine Führungsrolle anzunehmen – sich entscheiden, in Führung zu gehen. Dieser Schritt verändert meistens nicht nur Titel und Gehalt, sondern bringt viele neue Chancen und Herausforderungen mit sich, nicht zuletzt die Frage nach der eigenen Ausgestaltung der Führungsrolle. Wer will ich sein als Führungskraft?

Impuls-Vortrag: Ich geh in Führung! (Joumana Kubiak, Führungskräfteberatung und -coaching)

Danach vier Diskussionsrunden: Führungskräfte aus verschiedenen Sektoren tauschen sich mit den angemeldeten Teilnehmerinnen aus:

- Sektor **Unternehmen:** Claudia Mueller (Head of Partner Management / CCM-PAM/bonprix/ Otto group)
- Sektor **Stiftungen:** Susanne Lea Radt (Bereichsleitung Bildung und Schule/ Claussen-Simon-Stiftung)
- Sektor **Öffentlicher Dienst:** Dr. Britta Buth und Constanze Mehlhose (WoMen Impact Network - Das Mitarbeiter:innen-Netzwerk für Gleichstellung und Kulturwandel in der FHH, kurz: WIN)
- Sektor **Kulturbranche:** Corinne Eichner (Geschäftsführung Stadtkultur Hamburg)

Termin: Donnerstag, 14. März 2024, 13:30-16:00 Uhr

Ort: Transferagentur der Universität Hamburg, Rothenbaumchaussee 19

Zur Anmeldung

Die Reihe **Female Leadership Days** ist eine Kooperation der *Transferagentur der Universität Hamburg/ Career & Qualification Center* und *Pro Exzellenzia plus – Hamburgs Karriere Kompetenzzentrum für Frauen*

Wie ist es, als Frau in einer Führungsrolle zu sein? Wäre das auch etwas für mich?

An drei Terminen werden weibliche Führungskräfte aus verschiedenen Sektoren eingeladen: Öffentlicher Dienst, Wirtschaft und Industrie, NGOs, Stiftungen, außeruniversitäre Forschungseinrichtungen u.v.m.. Sie gehen mit euch in den Austausch - auf Augenhöhe und in vertrauensvoller Atmosphäre.

Die einzelnen Veranstaltungen bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln gebucht werden!

Weitere Termine:

- 27. Juni 2024: Fachliche, disziplinarische Führung oder wie? 13:30 – 16:00 Uhr
- 17. Oktober 2024: Führung in Teilzeit/ im Tandem, 13:30 – 16:00 Uhr



Stipendienprogramm

Vorstellung unserer Stipendiatinnen

In jedem Newsletter stellen wir euch unsere Stipendiatinnen, die durch Pro Exzellenzia plus finanziell und mit Qualifizierungsangeboten unterstützt werden, kurz vor. Heute:

Hannah Hoppen

Ihr Projekt:

„Leichtgewichtige und breitbandige Schallisolierung im tiefen Frequenzbereich für Flugzeugkabinen“

Hochschule für angewandte Wissenschaft (HAW) Hamburg



Hannah, die eine Professur an einer Fachhochschule anstrebt, hat dafür wichtige Qualifikationen mitgenommen:

"Dank der Pro Exzellenzia Workshops habe ich viel an meinem Auftreten und der Stimme gearbeitet, die ich nun bei Vorträgen und Vorlesungen gezielt einsetzen kann."

Mehr über Hannah und ihr Projekt erfahrt ihr auf unserer Website: [Stipendienprogramm](#)



Neue Stipendiatin

Wir begrüßen unsere neue Stipendiatin **Hasibe Tuncay Elbasi!**

Hasibe ist Entwicklungsbiologin an der Universität Hamburg und erhält das Pro Exzellenzia plus-Stipendium vom 01.01.-31.12.2024. Wir freuen uns auf dich, Hasibe, und wünschen dir ein erfolgreiches Jahr mit uns!



Bewerbungsberatung

Wie gestalte ich meine Bewerbungsunterlagen? Wie stelle ich mich dar mit meinem Rucksack voller Erfahrungen, Qualifikationen und Kompetenzen? Wie kann ich mich angemessen auf ein Bewerbungsverfahren vorbereiten? Und wie erstelle ich überhaupt meine individuelle Karrierestrategie?

In unserer Bewerbungsberatung kannst du dich mit unseren Beraterinnen zu deinen persönlichen Fragen und Anliegen online oder in Präsenz austauschen.

Zur individuellen Terminabsprache schreibe bitte eine E-Mail an pro-exzellenzia@hamburginnovation.de mit Nennung deines Hochschulabschlusses und -fachs sowie deinem Anliegen und deinem Format-Wunsch (online oder in Präsenz). Wir beraten dich gern!



Was wir erlebt haben und mit euch teilen möchten



Business Talk Werteorientierte Führung mit dem Anti-Bias-Ansatz

am 31. Januar 2024 bei der KWB (Koordinierungsstelle Weiterbildung und Beschäftigung e.V.).

Silke Potthast vom Projekt WOMENOMICS und Dr. Rita Panesar vom Projekt Expertinnennetz – Mentoring für Frauen führten durch diese inspirierende Morgen-Veranstaltung (mit Frühstück!) und ermöglichten den ca. 40 Teilnehmerinnen eine kurze aber intensive Auseinandersetzung mit ihren eigenen (Führungs-) Werten und den Ambivalenzen, die entstehen können, wenn diese z.B. nicht mit den Werten meines Teams übereinstimmen - wie wichtig es ist, darüber zu sprechen. Der Anti-Bias-Ansatz, den beide in ihrem gemeinsamen Input vorstellten, knüpft hier an: Der eigenen Voreingenommenheit, dem eigene „Fremdeln“ der anderen Person gegenüber offen begegnen, sich damit auseinandersetzen und eine Sprache finden, sich darüber auszutauschen mit der oder den Anderen. Und das als Wert zu erkennen. Als Führungswert. Nicht zuletzt geht es um das „Verlernen“ dieser Vorurteile durch das Kennenlernen der Anderen.

Eine Fortsetzung dieser Veranstaltung ist geplant, wir halten Euch auf dem Laufenden.



Workshop "Die eigene Chefin sein - Ist das was für mich?"

Wie es ist, die eigene Chefin zu sein, konnten die Teilnehmerinnen dieses tollen, lebendigen Workshops anhand ihrer eigenen Gründungs-/ Freiberuflichkeitsideen schon mal professionell angeleitet erspüren.

Tatjana Timoschenko und Nils Neumann von [StartupPort](#) führten durch diesen praxisorientierten Workshop, der der Frage nachging, ob sich aus der persönlichen Leidenschaft oder Forschungsarbeit eine konkrete Geschäftsidee ableiten lässt und ob diese das Potenzial für eine Gründung hat. Wir bleiben dran am Ergebnis, schließlich waren u.a. Stipendiatinnen und Teilnehmerinnen der QfM-Linie von Pro Exzellenzia plus dabei. Aber auch die Anderen behalten wir im Auge. 😊

Interessant für alle Interessierten ist die Möglichkeit sich für das EXIST-Women-Stipendium zu bewerben. Fragt danach an euren Hochschulen und Universitäten oder beim Startup Port: <https://www.exist.de/EXIST/Navigation/DE/Gruendungsfoerderung/EXIST-WOMEN/EXIST-WOMEN/exist-women.html>



Workshop "Das liebe Geld"

Gender Pay Gap, Gender Care Gap, Gender Pension Gap – da kann einer schon mal die Hutschnur gehen bei diesen Themen. Im Workshop „Das liebe Geld“ von Dr. Sally Peters (in Kooperation mit dem [Zentrum für Gender & Diversity](#)) gab es aber nicht nur grundlegende Informationen zu den Schiefen von Gehältern, Rentenzahlungen und Sorge-Arbeit, sondern auch Ansatzpunkte zum niedrigschwelligen Handeln: Wir wurden mit Tipps für Finanzanlagen, Beratungsstellen und die Organisation der eigenen Finanzen versorgt. Ein super Einstieg in dieses Themenfeld, sodass wir mit einer kleinen – aber machbaren - To-Do-Liste und weniger Groll und Respekt vor diesem Thema nach Hause gingen.



"Für eine feministische Zukunft mit Künstlicher Intelligenz"

Veranstaltung "Für eine feministische Zukunft mit Künstlicher Intelligenz" der Heinrich-Böll-Stiftung am 16.01.2024

Künstliche Intelligenz ist auf dem Vormarsch. Wie sie sich entwickelt hängt auch damit zusammen, mit welchen Daten sie gespeist wird. Das kann dazu führen, dass KI (unbewusste) sexistische, rassistische und stereotype Sichtweisen sowie Fehldeutungen übernimmt. An welchen Stellschrauben muss gedreht werden, um damit einhergehenden Diskriminierungen vorzubeugen?

Alexandra Wudel stellte ihre Vision für eine feministische KI vor und zeigte, wie diese zu mehr Gerechtigkeit - in und über die Arbeitswelt hinaus - und zu einem besseren Leben für Alle beitragen kann. Sie ist Co-Gründerin und geschäftsführende Direktorin [FemAI - Center for Feminist Artificial Intelligence](#). Sie arbeitet für den Deutschen Bundestag in der IuK-Kommission.

Eine Aufzeichnung des Streams der Veranstaltung ist auf Facebook (@ver.difrauenhamburg) zu finden: <https://www.facebook.com/watch/?v=1417430095872849>



Was wir spannend finden!

Hier ist eine kleine Auswahl weiterer Veranstaltungshinweise und Neuigkeiten anderer Institutionen und unserer Kooperationspartner:innen. Mehr Tipps und News auf [LinkedIn](#) und auf [Instagram](#).

HRA Spotlight – #HowToDo Medienanfragen

Wie kann ich mich auf einen Filmdreh vorbereiten? Was bedeutet es, wenn ein Journalist ein Hintergrundgespräch „Unter Zwei“ anfragt? Und worin besteht der Unterschied zwischen einem Statement und einem Interview? Die zweistündige Veranstaltung gibt einen ersten Einblick in das Thema Medienkontakte und soll allgemeine Fragen zu der Thematik beantworten.

Es werden die Besonderheiten der jeweiligen Mediengattungen besprochen, Tipps zur Vorbereitung auf ein Medieninterview gegeben, Checklisten präsentiert und die Do's and Don't's diskutiert. Darüber hinaus bleibt Raum für kleine Praxisaufgaben und die gemeinsame Reflexion zum Thema.

Di., 5 März 2024, 10:00 - 12:00 Uhr, Präsenzveranstaltung

Anmeldung: <https://tools.hra-hamburg.de/de/hra-wise-2324-033>

Frühstück mit Gründerinnen am 22.02.2024

Egal, ob du gerade mit dem Gedanken spielst, dein eigenes Unternehmen zu gründen, bereits kurz vor der Gründung stehst oder schon erfolgreich gegründet hast – diese Veranstaltung ist für dich. Ziel ist es, eine Plattform für den Austausch und die Unterstützung unter Frauen* in der Gründungsszene zu bieten. Hier kannst du dich mit Gleichgesinnten treffen, Fragen stellen und wertvolle Ratschläge erhalten.

Bitte melde dich bis zwei Tage vor Veranstaltungsbeginn per Mail an, damit ausreichend Plätze und Frühstück vorbereitet werden kann.

Mehr Infos und Anmeldung: <https://startupport.de/events/gruenderinnen-fruehstueck-240222/>

“Fit fürs Vorstellungsgespräch”

Onlineworkshop von arbeiterkind.de Hamburg für Berufseinsteiger:innen und Interessierte
Vorstellungsgespräche können ganz schön aufregend sein und lassen einen oftmals nervös werden. In diesem Webinar geht es darum, dass es dafür eigentlich keinen Grund gibt und wie man sich gut auf ein Gespräch vorbereiten kann.

Mehr Infos und Anmeldung: <https://www.arbeiterkind.de/ehrenamtlich-mitmachen/veranstaltungen>

Quint - Qualifizierung und Integration

Das Projekt „Quint - Qualifizierung und Integration“ wendet sich zum einen an Akademiker:innen, die im Ausland ihren Studienabschluss erworben haben und in Hamburg einem adäquaten Beruf nachgehen wollen und zum anderen an Menschen, die bereits qualifiziert und/oder beschäftigt sind und sich beruflich neu orientieren wollen. Im Teilprojekt Teilprojekt "Bridgemakers" werden arbeitssuchende Hochschulabsolvent:innen mit einem ökonomischen bzw. wirtschaftswissenschaftlichen Berufsabschluss aus dem Ausland durch Bewerbungscoaching sowie durch individuell zusammengestellte Qualifizierungen beim Übergang in adäquate Tätigkeiten, z. B. als Betriebswirt:innen, Buchhalter:innen oder Finanzexpert:innen unterstützt und begleitet. Mehr über das Projekt:

<https://www.quint-hamburg.de/>

Ihre Ansprechpartnerin für diesen Newsletter ist Dr. Nina Feltz.

E-Mail: pro-exzellenzia@hamburginnovation.de

Tel: 040 76629-3122

Impressum: <https://pro-exzellenzia.de/impressum>

Datenschutzerklärung: <https://pro-exzellenzia.de/datenschutzerklärung>



Das Projekt Pro Exzellenzia plus wird von der Europäischen Union und von der Freien und Hansestadt Hamburg (FHH) finanziert.



Kofinanziert von der
EUROPÄISCHEN UNION



[Abbestellen](#) | [Ihr Abonnement verwalten](#)

MailPoet