



# conmadres

STARKE MÜTTER, STARKE UNTERNEHMEN.

# PROGRAMM 2024





## Carina Bartmann Co-Founderin conmadres

Als Mutter von zwei Kindern erlebte ich mit dem Mutterwerden einen intensiven Wandelprozess, richtete ich mich beruflich nochmal völlig neu aus und lebe mit meinem Mann eine Elternschaft auf Augenhöhe. Als systemische Müttercoachin und Transformationsbegleiterin kenne ich sowohl die Bedürfnisse berufstätiger Mütter als auch die Herausforderungen vieler Organisationen bei der Gestaltung einer zukunftsfähigen und familienfreundlichen Unternehmenskultur. Mit dem „Mütternetzwerk conmadres“ setze ich mich für eine inklusive und gleichberechtigte Arbeitswelt ein, in der Mütter ihr Potenzial entfalten und Unternehmen diese Talente langfristig binden können.

Väter gGmbH

Langbehnstraße 10  
22761 Hamburg  
Tel.: 0163/6016006

E-Mail: [c.bartmann@conmadres.de](mailto:c.bartmann@conmadres.de)  
Web: [www.conmadres.de](http://www.conmadres.de)

# Das Erfolgsmodell für Väter jetzt auch für Mütter

Bereits seit 12 Jahren begleitet Volker Baisch mit dem Vätternetzwerk conpadres Unternehmen und Väter, um ganzheitliche Lösungen zum Thema Vereinbarkeit von Beruf und Familie aus Sicht der Männer umzusetzen. Mit fast 40 Mitgliedsunternehmen wurden so in den letzten Jahren wertvolle und sozial nachhaltige Erfahrungen gesammelt, wie Chancengleichheit heute auch für Väter in Unternehmen umgesetzt werden kann.

Nun stehen wir im Jahr 2023 immer noch an einem Punkt, an dem 38% der Frauen bzw. sogar die Hälfte der Frauen in Führungspositionen von Diskriminierungserfahrungen aufgrund ihrer Mutterschaft berichten. Jede vierte Mutter nimmt Hürden beim Wiedereinstieg nach der Elternzeit wahr und Ausfälle bei der Kinderbetreuung werden nach wie vor überwiegend von Müttern kompensiert. Nicht zuletzt in Zeiten des Fachkräftemangels wird ein entscheidender Fokus der Arbeitswelt in den kommenden Jahren auf Frauen und Müttern liegen.\*

Unsere Mission ist es, Mütter und Väter in Unternehmen sichtbar zu machen und ihnen eine Stimme zu geben. Daher freuen wir uns, dass wir Unternehmen mit dem Mütternetzwerk conmadres nun auch erstmals ein Angebot zur gezielten Unterstützung von Müttern machen können. In unserer neuen Marke stecken die gesamten Erfahrungswerte und das bewährte Erfolgsmodell von conpadres. Darüber hinaus gehen wir mit inspirierenden Veranstaltungsformaten und Themen unseres Jahresprogramms ganz auf die spezifischen Bedürfnisse, Interessen und Rahmenbedingungen von berufstätigen Müttern ein.

Wie gehen wir dabei vor? Im ersten Schritt analysieren wir mit euch gemeinsam, wo ihr als Unternehmen in Sachen Vereinbarkeit steht und entwickeln erste Ideen für den Aufbau eines internen Mütternetzwerkes. Wir begleiten euch und euer neues Mütternetzwerk strategisch, so dass ihr immer von den besten Ideen aus dem gesamten bundesweiten Netzwerk conmadres profitiert. Die Mitglieder des Mütternetzwerkes erhalten zudem Zugang zu unserem abwechslungsreichen Programm, das Mütter (und Väter) durch Vorträge, Workshops und Webinare informiert und vernetzt. Neugierig geworden? Meldet euch sehr gerne bei uns, um gemeinsam die partnerschaftliche Welt von morgen zu gestalten.

Herzliche Grüße

Carina Bartmann  
Co-Founderin conmadres

## Ein spezielles Mütternetzwerk in Unternehmen...

\_bietet einen geschützten Raum für den Austausch unter Müttern, die durch die Verantwortung für die Kinder vor einzigartigen Herausforderungen bei der Vereinbarkeit mit ihrem Beruf stehen

\_ermöglicht eine zielgerichtete und unbürokratische Unterstützung der Mütter untereinander, wie z.B. die Weitergabe von Tipps & Erfahrungen

\_unterstützt Mitarbeiterinnen in der Bewältigung der täglichen Aufgaben und stärkt so die Belastbarkeit, Motivation und Leistungsfähigkeit

\_bietet inspirierende Veranstaltungsformate und Themen, die auf die spezifischen Bedürfnisse und Rahmenbedingungen von Müttern zugeschnitten sind

\_kann das Bewusstsein für die Bedürfnisse und Herausforderungen von berufstätigen Müttern im Unternehmen schärfen und dadurch eine Kultur der Vielfalt, Inklusion und Gleichberechtigung fördern.

\_kann zur Bindung und Gewinnung talentierter Fachkräfte beitragen

\_sendet ein positives Signal an alle Mitarbeiterinnen im Unternehmen, dass das Unternehmen sich um ihre Bedürfnisse und Belange kümmert. Dies kann die Unternehmenskultur stärken und die Mitarbeiterbindung erhöhen.

## UNSERE MITGLIEDSUNTERNEHMEN IM GRÜNDUNGSJAHR...

### #PIONIERE

...sind Teil des ersten bundesweiten Netzwerks für Mütter in Unternehmen und damit echte Vorreiter\*innen in der Vereinbarkeit von Beruf & Familie!

### #CO-KREATION

...haben die Chance von Beginn an mitzuwirken, mit uns gemeinsam zu lernen und das neu wachsende Netzwerk aktiv mitzugestalten

### #ARBEITGEBERMARKE

...positionieren sich als attraktive Arbeitgeber für Mütter & Väter, die sich aktiv für die Bedürfnisse ihrer Mitarbeitenden interessieren und sich auf den Weg machen, bessere Bedingungen und eine positive Kultur für Eltern zu schaffen

### #STRAHLKRAFT

...senden ein positives Signal auch an andere Mitarbeiter\*innen in ihrer Organisation mit ganz individuellen Vereinbarkeitsthemen (z.B. Pflege, Ehrenamt, Hobbies)

## STRATEGIE

## TRENDSETTER

Exklusives Co-Kreations-Event für Gründungsmitglieder\*

Zwei bundesweite conmadres Konferenzen\*

5 x Online Netzwerktreffen aller Kerngruppen - Best Practice Club\*

Dreiteilige Strategiefbegleitung der Kerngruppe\*

Unternehmensspezifische Evaluation der Zusammenarbeit\*

Kommunikations- und Marketingpaket\*

Zugang zur Wissensdatenbank und conmadres Mediathek\*\*

Moderation einer Inhouse-Veranstaltung / Netzwerk Kick-off\*\*

5 x Lunch & Learn Sessions \*\*

5 x Morning Coffee Sessions\*\*

Inhouse Workshop oder Onlinekurs mit Deep Dive Session\*\*

Thematisches Community Bar-Camp \*\*

\*für die Kerngruppe

\*\*für die Mütter-Communities

PREIS AUF ANFRAGE

# LUNCH & LEARN

In den digitalen Lunch & Learn Sessions, die sechs Mal im Jahr zur Mittagszeit zwischen 12.00 und 13.00 Uhr stattfinden, werden Impulse in den wichtigsten Themenbereichen gesetzt und mit Vätern (und Müttern) aus allen Unternehmen diskutiert.

## THEMA

## INHALT

## REFERENT

|                |  |                   |
|----------------|--|-------------------|
| KARRIERE       | “Nichts Halbes und nichts Ganzes”? Wie arbeiten in Teilzeit wirklich gelingen kann   | Johanna Fink      |
| PARTNERSCHAFT  | Faire Elternschaft. Warum eine gerechte Aufteilung von Erwerbs- und Carearbeit Beziehungen langfristig stärkt                            | E-Lou Falkenberg  |
| FINANZEN       | Auf Kosten der Mütter - Warum finanzielle Selbstbestimmung für Frauen mit Familie so wichtig ist   | Dr. Birgit Happel |
| SELBSTFÜRSORGE | Tschüss Schuldgefühle! Einen guten Umgang mit eigenen Ansprüchen finden  | Carina Bartmann   |
| ERZIEHUNG      | Konsequent statt Konsequenzen. Wie du eine konsequente Elternschaft ohne Bestrafungen mit gewaltfreier Kommunikation (GfK) leben kannst. | Kathy Weber       |

# MORNING COFFEE

In den 30-minütigen MORNING COFFEES SESSIONS (10:00-10:30Uhr) laden wir inspirierende Mütter als Inspiration Models ein, die von ihren Erfahrungen berichten, Tipps geben und mit ihren Geschichten für uns alle Räume für neue Möglichkeiten eröffnen.

# FORMATE UND THEMEN MIT MEHRWERT FÜR MÜTTER

## WISSEN & WEITERBILDUNG

Das Leben als Mutter bringt fast täglich neue Herausforderungen und konfrontiert uns mit ganz neuen Themen. Die Vermittlung von Wissen und Informationen sowie schnell anwendbare Lösungen spielen daher eine große Rolle im conmadres Programm. Die Themen der Lunch & Learn Sessions entstehen aus der Community heraus und richten sich nach den Bedürfnissen der Mitglieder.

## AUSTAUSCH & UNTERSTÜTZUNG

Mit unseren Inhouse Formaten und in Breakout Sessions erhalten Mütter einen Raum für tiefe Gespräche, um sich über ihre Erfahrungen auszutauschen, gemeinsam zu reflektieren und sich gegenseitig zu unterstützen.

## INSPIRATION & LEICHTIGKEIT

Es darf auch mal leicht sein: Die kurzen, knackigen Morning Coffees mit spannenden Persönlichkeiten sorgen für frische Inspiration und einen energievollen Start in den Tag. In der stetig wachsenden Mediathek stehen zudem Webinare und Hacks rund um die Uhr und on demand zur Verfügung.

Mentale Gesundheit  
Vollzeit  
Mutterrolle  
Durchsetzungskraft  
Teilzeit  
Kommunikation  
Erziehung  
Führung  
Selbstfürsorge  
Altersvorsorge  
Nachhaltigkeit  
Ernährung  
Schule  
Geld  
Fitness  
Grenzen setzen  
Achtsamkeit

Selbstzweifel  
Partnerschaft  
Auszeit  
Erschöpfung  
Karriere  
Elternteam  
Stillen  
Wiedereinstieg  
Gleichberechtigung  
Beförderung  
Medien  
Alleinerziehend

