

Mitteilungsblatt 4 / 16

Seite 2

«App-mania»

Seite 2

In eigener Sache

Seite 3

2017: «Frau und Wirtschaft»

Seite 4/5

Alles „nur“ eine Frage der
Organisation?

Seite 6

Mama und Polizistin

Seite 7

Frauen-Gesundheitstag
in Herisau

Seite 8

Veranstaltungen 2017

frauen



**Frauenzentrale
St.Gallen**

Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Dieses Thema beschäftigt nach wie vor einen grossen Teil der jungen Mütter und Väter, konnte doch bis heute noch keine nachhaltige und tragfähige Lösung gefunden werden.

Es erstaunt doch sehr, dass anlässlich einer Medienkonferenz vom September zum Thema Vereinbarkeit von Familie und Beruf nur Männer das Wort ergriffen haben. Zur anschliessenden Kritik nahm der Bundesrat die Stellungnahme, dass das Thema nicht nur Frauen betreffe. Dies ist uns sehr bewusst, doch entsteht doch ein schaler Beigeschmack. Kinderkriegen ist Frauensache, jedoch Kinder aufziehen und somit die Vereinbarkeit

von Familie und Beruf geht beide Geschlechter an. Leider ist dies in den Köpfen von einem grossen Teil der Männer noch nicht angekommen. Sind wir nun wieder soweit, dass Männer über uns Frauen bestimmen, auch wenn es uns betrifft?

Alle reden über den Fachkräftemangel. Ein Grund ist, dass viele gut ausgebildete Frauen, sobald sie Familie haben aus ihrem angestammten Beruf ausscheiden oder nur noch in Kleinstpensen tätig sind. Warum ist die Wirtschaft bereit, auf gut ausgebildete Frauen zu verzichten? Warum möchte man im Ausland Personal rekrutieren anstatt Mütter und Väter

vollumfänglich ins Berufsleben zu integrieren? Da entsteht zu Recht die Frage, warum das Thema von Vereinbarkeit von Familie und Beruf nicht endlich angegangen wird, und zwar in Zusammenarbeit von Frauen und Männern!

**Jolanda Welter Alker
Präsidentin**

.....

Persönlich

«App-mania»

Sind Sie auch „verappt“?

Für jede mögliche und unmögliche Lebenssituation gibt es eine App. Gemäss Wikipedia ist eine App eine Anwendungssoftware. Machen wir ein Update auf dem Handy, werden wir meistens mit neuen Apps konfrontiert, welche uns gar nicht interessieren. Es gibt kostenlose und gebührenpflichtige Apps, praktische und sinnlose, kinderfreundliche und an den Haaren herbeigezogene etc. Es kann vorkommen, dass die Wetter-App nicht übereinstimmt mit meinem Blick nach draussen. Oh je – wer hat jetzt recht?!

Natürlich gibt es ganz nützliche Sachen wie z.B. die SBB-App, Karten-App, Erste-Hilfe-Apps oder Apps für die Zeiterfassung etc. Dann gibt's die Erinnerungs-App für Geburtstage. Schnell in der WhatsApp einen Gratulationsgruss senden – aber wo sind denn die originellen Geburtstagskarten geblieben? Statt bei Wartezeiten ein Buch zu lesen oder in einer Zeitschrift zu schmökern, wird die Zeit mit einer Game-App verkürzt. Der Daumen tanzt über den Bildschirm bis ein stechender Schmerz zum Aufhören mahnt. Für eine genaue Diagnose gibt's die passende App.

Geben Sie mal den Namen des neugewählten US-Präsidenten im App-Store ein – unglaublich. Eigentlich kann fast alles „geappt“ werden und verbunden mit einer gesunden Portion Menschenverstand ist vieles ganz nützlich. Ist dieses Phänomen weltbewegend oder einfach nur Teil unserer digitalen Gegenwart? Ich denke, wir können uns – ohne gross Schaden zu nehmen – weiterhin „verappeln“.



Karin Roelli
Vorstandsmitglied

.....

In eigener Sache

Neu im Vorstand

An der GV vom 27. Juni 2016 wurden zwei neue Mitglieder in den Vorstand der Frauenzentrale gewählt. In der Zwischenzeit hat Margrit Blaser den Vorstand aus persönlichen Gründen verlassen, was wir sehr bedauern. Wir bedanken uns herzlich für die wertvolle Arbeit, die sie für die Frauenzentrale geleistet hat.

Im folgenden Artikel lernen wir Romana Giarrizzo, unsere neue Vorstandsfrau, etwas näher kennen.

Romana Giarrizzo ist 23 Jahre alt, lebt in Goldach, und hat vor einigen Monaten ihr Studium General Management mit Vertiefungsrichtung Human Resources abgeschlossen. Sie absolviert zurzeit ein Praktikum bei Helvetia Versicherungen Schweiz.

«Verschiedene Menschen bringen verschiedenste Anliegen mit.» Dies wird mir in meiner jetzigen Rolle als Hochschulpraktikantin im Bereich Human Resources tagtäglich bewusst gemacht und verhilft mir, allgemeine wirtschaftliche sowie politische Zusammenhänge und Verhaltensweisen besser zu verstehen.

Meiner Meinung nach werden der aktive Erfahrungs- und Wissensaustausch immer wichtiger in unserer schnelllebigen und vernetzten Welt. Digitalisierung ist das Stichwort des heutigen Zeitalters und zwingt Unternehmen sowie andere Akteure zum schnellen und agilen Handeln. Beispielsweise wird dies insbesondere bei der Verbreitung von Daten sichtbar. Auch das Verhalten der Gesellschaft, welches wir durch unser Verhalten tagtäglich prägen, hat sich in vielerlei Hinsicht verändert. Um die Bedürfnisse der einzelnen Zielgruppen abholen und bedienen zu können, muss man diese früh erkennen. Aus Unternehmenssicht wird hier auch gerne von kundenfreundlichem oder -orientiertem Auftreten gesprochen. Dies zieht mit sich, dass man auch offen gegenüber unkonventionellen Ideen und Veränderungen sein sollte.

Mit meiner Mitwirkung im Ressort Strategie und Öffentlichkeitsarbeit bin ich davon überzeugt, den Auftritt der Frauenzentrale vor allem im Bereich der Social Media-Kanäle attraktiver mitgestalten zu können. Dies bringt den Vorteil mit sich, dass auch Anliegen einfacher positioniert und diskutiert werden können.



Nicht zuletzt wegen meinem Interesse an einer aktiven Mitgestaltung in gesellschaftspolitischen Anliegen sehe ich Chancen darin, der Gesellschaft einen Mehrwert erbringen zu können, indem man Wissen teilt, austauscht und weitergibt. Aus diesem Grund habe ich mich für die Mitarbeit im Vorstand der Frauenzentrale St.Gallen entschieden. Ich denke, dass gerade Anliegen der jungen Frauen mit soliden Ausbildungen stärker thematisiert sowie ein offenes Gehör in der Gesellschaft finden sollten.

Romana Giarrizzo
Vorstandsmitglied

Jahresplanung 2017

ganz im Zeichen von «Frau und Wirtschaft»

Bei der Jahresplanung orientiert sich der Vorstand jeweils an seiner Vision und an aktuellen Entwicklungen, die im betreffenden Jahr zu erwarten sind. Alle geplanten Massnahmen sollen uns unterstützen, für die Anliegen der Frauen in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft eine starke Stimme zu sein.

Mit einem abwechslungsreichen Programm wollen wir auf uns und auf unsere Arbeit aufmerksam machen. Letztlich geht es aber darum, dass wir Frauen in verschiedenen Bereichen – sei es in der Politik, im Beruf oder in der Familie – mehr Einfluss haben und mitentscheiden können.

Unter dem Motto «Die Einflussnehmerinnen tagen» haben wir seit 2015 verschiedene Veranstaltungen zu unterschiedlichen Schwerpunkten durchgeführt. Im 2015 und 2016 stand aufgrund der eidgenössischen, kantonalen und kommunalen Wahlen «Frau und Politik» im Vordergrund. Ein Höhepunkt war die Veranstaltung im Juni 2016 zum 20-Jahr-Jubiläum des Gleichstellungsgesetzes.

Am 16. Januar 2017 starten wir mit der Veranstaltung **«Wiedereinstieg in den Beruf, Vereinbarkeit von Beruf und Familie – zwei Themen mit Hürden»** ins neue Jahr, das nun ganz im Zeichen von «Frau und Wirtschaft» steht (siehe Seite 5). Es ist leider immer noch die Realität, dass sich viele – teils auch sehr gut ausgebildete Frauen – schwer tun bei der Jobsuche nach einer längeren Pause. Es gibt immer noch zu wenig attraktive Teilzeitstellen für Frauen und für Männer. Trotz des Fachkräftemangels erachten es Arbeitgeberverbände und Politik nicht für notwendig, Frauen an den runden Tisch zu holen, um gemeinsam über Lösungen zu diskutieren und geeignete Strategien zu entwickeln. Um dieser Thematik mehr Nachdruck zu verleihen, planen wir im Herbst 2017 einen weiteren Programmhöhepunkt. Details dazu sind noch in Bearbeitung.

Neben diesen thematischen Veranstaltungen organisieren wir jährlich wiederkehrende Anlässe wie die Generalversammlung, der Mitglieder- und Gönneranlass sowie das Charity Dinner. Durch die Zusammenarbeit mit der Frauenzentrale Appenzell Ausserrhoden können wir unseren Mitgliedern und Interessierten ein noch attraktiveres Programm anbieten (siehe Seite 7). Selbstverständlich werden wir aktuelle Entwicklungen rund um die Thematik Fachkräftemangel oder generell zur Frage der Vereinbarkeit von Beruf und Familie im Auge behalten und gegebenenfalls in die Programmgestaltung einfließen lassen.

Im kommenden Jahr wird uns zudem die Finanzierung der Frauenzentrale intensiv beschäftigen. Der Vorstand hat Mitte November mit einer externen Beraterin vom Raiffeisen-Unternehmer-Zentrum Gossau eine Retraite durchgeführt, um kurz- und längerfristige Massnahmen zu definieren. Sobald sie spruchreif sind, werden wir Sie darüber informieren.

Nun wünsche ich Ihnen eine schöne Adventszeit und dann einen guten Start in unser neues Jahr «Frau und Wirtschaft»!

Maya Grollimund Bühler
Vorstandsmitglied



Der Gönnerinnen- und Gönner-Anlass 2016 führte in das Stickereiunternehmen Forster Rohner AG

Vereinbarkeit von Beruf und Familie

Alles „nur“ eine Frage der Organisation?

Wohl kaum – selbst wenn viele im Beruf erfolgreiche Frauen das lässig behaupten, sobald sie gefragt werden, wie sie denn Kinder, Partnerschaft, Haushalt und Karriere miteinander vereinbaren. Beim Thema Vereinbarkeit von Beruf und Familie geht es um weit mehr als um persönliches Organisationstalent, individuelle Lebensentwürfe und weitere Selbstoptimierungsversuche. Es ist eine Aufgabe, die die Gesellschaft als Ganzes betrifft.

Unternehmen müssen umdenken

Für Unternehmen sind Frauen im wahren Sinne des Wortes ein Gewinn: Dank diverser Studien wissen wir mittlerweile, dass gemischte Teams im Vergleich zu reinen Männer- oder Frauengruppen bessere Ergebnisse erzielen (nach einer Untersuchung unter Mitwirkung des MIT, Massachusetts Institute of Technology, erhöhen sie z.B. den Umsatz um über 40%) und dass Frauen im höheren Management eine Verbesserung des Finanzergebnisses und höhere Aktienmarkterrenditen bedeuten. Somit wird in der Wirtschaft bereits viel getan, Frauen mit ihren Potenzialen in die Unternehmen zu holen.

Doch spätestens wenn Frauen Mütter werden, geht den meisten Unternehmen dieser Gewinn verloren und Geschlechterparität hat ein Ende: Es sind nämlich nicht die Väter, sondern die Mütter, die ihre Erwerbstätigkeit dann meist unterbrechen oder in Teilzeitpensen wechseln. So arbeiten zwar über 80% aller Frauen in der Schweiz, doch 60% dieser Frauen nur Teilzeit, und davon wiederum 40% weniger als 50 Stellenprozent. Der Anteil der Teilzeit arbeitenden Männer beträgt lediglich etwa 16%.

Das scheint irgendwie paradox. Sobald Kinder kommen, haben Unternehmen offenbar keine Mittel, um ihre Mitarbeitenden von einer völlig veralteten Rollen-



aufteilung zwischen Frauen und Männern abzuhalten – obwohl diese sich messbar negativ auf ihren wirtschaftlichen Erfolg auswirkt. Flexible Arbeitszeitmodelle für alle Mitarbeitenden als Bestandteil der Unternehmenskultur, ein Aufweichen der Präsenzkultur sowie Leistungsbewertung auf Basis von Effizienz und Arbeitsergebnissen sind hier der Schlüssel.

Frauen selbst lassen sich oft aus mangelnder Unterstützung des Partners oder Beeinflussung durch ihre jeweiligen Herkunftsfamilien in die klassische Rolle der Hausfrau und Mutter drängen, obwohl auch sie wissen, dass dies gravierende negative Auswirkungen auf ihre Lohnentwicklung und ihre soziale Absicherung hat, sie bei Weiterbildungsmaßnahmen nicht mehr berücksichtigt werden und damit letztlich ihre Karrierechancen sinken. Wenn Frau das bewusst in Kauf nimmt und in ein solches Modell investiert, ist das selbstverständlich ihre Entscheidung und verdient den gebührenden Respekt – was natürlich auch für Männer gilt, die die Rolle des Hausmannes und Vaters wählen.

Teilzeitarbeit muss steuerlich attraktiv sein

Leider bieten auch die politischen Rahmenbedingungen absolut keine Anreize für Männer und Frauen, aus dem längst überholten Rollenmodell auszusteigen. Im Gegenteil: Das derzeitige Steuersystem veranlagt Ehepaare gemeinsam und begünstigt sie steuerlich, wenn nur einer der beiden erwerbstätig ist. Damit wird die Norm des Alleinverdiener-Haushalts zementiert. Und teilen sich Paare Erwerbstätigkeit und Kinderbetreuung auf, werden sie über die Altersversorgung benachteiligt, denn zwei Teilzeittlöhne sind schlechter versichert als ein Vollzeitlohn. Vom Schulsystem, das keine Ganztagesstrukturen kennt, und anderen mangelnden Möglichkeiten flexibler Kinderbetreuung der Kommunen wollen wir erst gar nicht reden.

Kein Wunder, dass sich besonders hochqualifizierte Frauen vor die Wahl gestellt sehen, entweder ihren Beschäftigungsgrad zu reduzieren und damit wohl auf Karriere zu verzichten oder ihren Kinderwunsch aufzugeben. Die Schweiz ist gerade auf ziemlich gutem Wege, das Land der gebildeten, kinderlosen Frauen zu werden. Rund 30% der Frauen mit Hochschulabschluss haben keine Kinder. Das ist ebenso unerfreulich wie der Umstand, dass das so in

Bildung investierte Kapital zudem nicht wieder in den Wirtschaftskreislauf zurück fliesst, so dass es sich volkswirtschaftlich rechnen würde.

Damit wäre das Dilemma perfekt: Frauen sind gut ausgebildet, ein buchstäblicher Gewinn für Unternehmen und werden in der Wirtschaft gebraucht (Fachkräftemangel!). Wenn Frauen aber Mütter werden, blockiert das gesamte System und strukturelle Probleme werden auf das Individuum verlagert. Frauen (und Männer) müssen sehen, wie sie den alltäglichen Organisationswahn bewältigen, den es mit sich bringt, Beruf und Familie unter einen Hut zu bringen, was auch die Kinder psychosozial belastet. Finanzielle Einbussen ergeben sich im Grunde genommen für alle: Unternehmen, Familien und Staat. Zudem leistet die Allgemeinheit bereits heute ihren Beitrag, wenn Frauen im Alter wegen zu geringer sozialer Absicherung und tiefem Rentenniveau (momentan 37% tiefer als das der Männer) über Ergänzungsleistungen unterstützt werden müssen.

Das kann auf Dauer nicht gutgehen. Was wir brauchen sind Strukturen und Normen in Wirtschaft und Gesellschaft, die Geschlechterparität ermöglichen, und politische Rahmenbedingungen, die diese absichern. Dazu braucht es eine gesamtgesellschaftliche Solidarität.

Annette Nimzik
Vizepräsidentin

Wiedereinstieg in den Beruf, Vereinbarkeit von Beruf und Familie – zwei Themen mit Hürden

Der Wiedereinstieg in das Berufsleben nach einer längeren Pause, z.B. wegen Mutterschaft, kann für viele Frauen zum grossen Härtefall werden. Auch bestens ausgebildete Frauen tun sich schwer bei der Jobsuche.

Guðrun Sander bietet an der Universität St.Gallen ein Programm an, das den Wiedereinstieg für Fachhochschul- und Universitätsabgängerinnen erleichtert. Unter dem Titel **Women Back to Business** werden ein Management Update, ein Coaching für die Persönlichkeitsentwicklung sowie ein Praktikum angeboten.

Warum tun sich Politik und Arbeitgeberseite so schwer, griffige Massnahmen zu präsentieren, trotz hinlänglich bekanntem Fachkräftemangel? Warum werden Frauen aus der Diskussion um die Entscheidungsfindung gar ausgeschlossen? Warum gelingt es nur selten, dass auch Männer Teilzeitstellen erhalten und so die Familienarbeit paritätisch aufgeteilt werden kann?

In Zusammenarbeit mit der Frauenzentrale Appenzell Ausserrhoden, dem Forum Mann und Fachpersonen werden wir das Thema eingehend diskutieren, von verschiedenen Seiten beleuchten und kritisch hinterfragen.

Montag, 16. Januar 2017
17.00 bis 20.00 Uhr
Universität St.Gallen

Regierungsrat Bruno Damann
Grusswort des Vorstehers des Volkswirtschaftsdepartementes Kt. SG

Podiumsdiskussion u.a. mit
Prof. Dr. Guðrun Sander, Universität St.Gallen

Valentin Vogt, Schweizerischer Arbeitgeberverband
Cornel Rimle, ForumMann
Sabine Bianchi, Moderation

Anschliessend wird ein Apéro riche serviert.

Alles Weitere finden Sie unter
www.fzsg.ch

«...weil ich Mama und Polizistin sein kann.»

Dieser Slogan, welcher zurzeit auf der Homepage des Kantons St.Gallen zu sehen ist, hat mich neugierig gemacht. Wie ist es denn, wenn man einem Beruf nachgeht, der keine normalen Bürozeiten hat und bei dem Gefahren im Einsatz lauern? Ich habe mich mit der Polizistin Claudia Duft-Giger unterhalten. Die 38-Jährige ist verheiratet, hat zwei Kinder und arbeitet – wie auch ihr Mann – bei der Kantonspolizei St.Gallen. Sie erklärte mir, wie sie Beruf und Familie unter einen Hut bringt und wo ihre Herausforderungen im Alltag sind.

Jacqueline Schneider: Frau Duft, warum sind Sie Polizistin geworden?

Claudia Duft: Der Berufswunsch war schon in der Kindheit da. Meine Arbeit ist abwechslungsreich, spannend, umfassend und alltagsnah. Meine Erstausbildung absolvierte ich in der Klink Stephanshorn als Krankenschwester. Nach sieben Jahren stand ich vor der Entscheidung, mich weiterzubilden oder eine Leitungsfunktion zu übernehmen. Da flammte mein alter Berufswunsch wieder auf und ich bestand die Aufnahmeprüfung zur Polizistin. Heute kann ich sagen, dass sich diese beiden Berufe sehr gut ergänzen und ich darum in gewissen Situationen auch gelassener reagieren kann als andere Kolleginnen und Kollegen.

Seit wann arbeiten Sie bei der Polizei und in welcher Abteilung?

Ich bin seit zwölf Jahren bei der Kantonspolizei, fünf Jahre habe ich 100% gearbeitet, seit der Geburt unseres ersten Kindes vor sieben Jahren konnte ich mein Pensum auf 30% reduzieren. 6 ½ Jahre dieser Teilzeitarbeit absolvierte ich bei der Regionalpolizei im Front- und Innendienst.

Jetzt arbeite ich bei der SIWAS (Sicherheitsdienste / Waffen / Sprengstoff). Ich bin dort im Waffenbüro tätig und erledige diverse Aufgaben, die mit dem Erwerb einer Waffe zu tun haben. Mein Arbeitsplatz befindet sich an der Moosbruggstrasse in St.Gallen.

Können Sie Beruf und Familie gut miteinander vereinbaren?

Jetzt ja, seit ich vor sechs Monaten in die SIWAS gewechselt habe, ist vieles einfacher geworden. Ich kann mir meine Arbeit sehr flexibel einteilen und arbeite zu Bürozeiten. Ich mache keinen Pikettendienst mehr, damit ergeben sich auch



Claudia Duft

keine kurzfristigen Änderungen mehr im Alltag, wie dies z.B. der Fall wäre, wenn ich zu einem Einsatz ausrücken müsste. Dies stellte früher immer wieder grosse Herausforderungen in der Kinderbetreuung dar.

Wie erleben Sie die Diskussion zum Thema Vereinbarkeit?

Unter den Polizistinnen gibt es diese Diskussion schon. Viele haben mit denselben Fragestellungen und Problemen zu kämpfen. So sind die Stellung im Team, die Akzeptanz und auch, dass einige das Gefühl haben, die Frauen hätten „Extrawürste“, immer wieder ein Thema. Die Polizistinnen haben eine eigene Vereinigung, auch dort wird über diese Themen gesprochen (VSP – Vereinigung Schweizer Polizistinnen www.vsp-ch.org).

Was würden Sie sich noch von ihrem Arbeitgeber wünschen in diesem Bereich?

Ich glaube, dass die Kapo St.Gallen auf gutem Weg ist. Es wäre wünschenswert, wenn noch vermehrt Teilzeitstellen geschaffen würden, eine Möglichkeit wäre zum Beispiel auch das Home-Office. Es gehört aber auch die nötige Toleranz und Offenheit in allen Dienstbereichen dazu, dass Teilzeitarbeit in der heutigen Zeit nichts Aussergewöhnliches mehr ist. Ich bin überzeugt, dass Frauen, die in Teilzeit ihren Dienst leisten können, quantitativ und qualitativ sehr gute Arbeit leisten, weil sie trotz hoher Doppelbelastung zufrieden sind.

Was würden Sie sich von der Politik wünschen zum Thema Vereinbarkeit?

Es müssten sicher noch vermehrt Krippenplätze geschaffen werden und diese müssen aber auch finanzierbar sein. Ebenfalls wäre es wünschenswert, wenn in der Gesellschaft die Teilzeitarbeit gestärkt werden könnte, hier fehlt es aus meiner Sicht schon noch an der nötigen Toleranz. Denn für viele Frauen ist es wichtig, dass sie eben Mutter sein UND ihrem Beruf nachgehen können. Ich bin sicher, dass dies eine Win-Win-Situation für alle ist.

*Jacqueline Schneider,
Bereichsleiterin Geschäftsstelle*

4. Frauen-Gesundheitstag in Herisau

Einen Tag lang die Seele baumeln lassen, Inspirationen aufnehmen, Begegnungen mit Anderen und Neues ausprobieren... Darauf dürfen sich die Teilnehmerinnen des vierten Gesundheitstages am 25. Februar 2017 freuen. Organisatorin ist auch dieses Mal die Frauenzentrale Appenzell Ausserrhoden. Dank der neu aufgegleisten Vernetzung mit der Frauenzentrale St.Gallen freuen wir uns, speziell auch St.Galler Frauen zu unserer Veranstaltung einzuladen.

4. Frauen-Gesundheitstag

Samstag, 25. Februar 2017

9.30 bis 16.30 Uhr

Berufsbildungszentrum
Herisau, Waisenhausstrasse 6

Musik, Bewegung und Workshops

Ein attraktives Rahmenprogramm erwartet das Publikum, das von der Sopranistin Antonia Brown und der Smovey-Trainerin Sonja Schläpfer bestritten wird. Aus dem breiten Angebot an Workshops können die Teilnehmerinnen zwei auswählen und so einen Einblick gewinnen in die Themenbereiche Gesundheit und Ernährung wie zum Beispiel Baladi, vegan kochen oder ganzheitliche Zahnmedizin.

Vernetzungs- und Werbeplattform

Zu den Randzeiten und über Mittag kann durch die Stände auf dem Marktplatz flaniert werden, wo die Referentinnen und die Mitglieder der Frauenzentralen ihre vielseitigen Angebote präsentieren. Als Mitglied der Frauenzentrale St.Gallen möchten wir auch Ihnen diese Vernetzungs- und Werbeplattform anbieten. Bitte nehmen Sie deswegen baldmöglichst Kontakt mit uns auf.

Eine kleine Aus-Zeit

Gönnen Sie sich einen Tag mit vielen Inputs, mit bewusstem Zeithaben und Geniessen. Vielleicht wollen Sie diesen Tag mit Ihrer Freundin, Ihrer Mutter oder Ihrer Tochter erleben? Die speziellen Mutter-Tochter-Tickets kommen dieser Idee finanziell entgegen. Für kleine Kinder wird ein kostenloser Kinderhütedienst organisiert.

Wir halten die Tagespauschale bewusst tief, um ein breites Publikum anzusprechen. So kostet der Tag für die Mitglieder der beiden Frauenzentralen AR und SG 80 Franken, für Nichtmitglieder 100 Franken und das Mutter-Tochter-Ticket gibt

es für 150 Franken. Dies ist möglich dank verschiedenen Sponsoren, unserem ehrenamtlichen Einsatz und viel Frauenpower-Goodwill-Entgegenkommen.

Melden Sie sich gleich an und kehren Sie nach diesem Tag gestärkt und mit vielen gesundheitsrelevanten Ideen in Ihren Alltag zurück. Das ausführliche Tagesprogramm finden Sie im hier beiliegenden Flyer oder auf unserer Homepage.

Ariane Brunner, Co-Präsidentin
Frauenzentrale Appenzell Ausserrhoden



Der Marktplatz mit all seinen Angeboten zieht immer viele Interessierte an

Informationen und Kontakt

Geschäftsstelle der Frauenzentrale
Appenzell Ausserrhoden
Rebekka Forster
Schwantlernegg 23
9056 Gais

Tel. 071 380 09 02

info@frauenzentrale-ar.ch
www.frauenzentrale-ar.ch

Adressen der Beratungsstellen

Budget- und Schuldenberatung

Bleichestrasse 11
9000 St.Gallen
Tel. 071 222 22 33
Fax 071 223 83 75
budgetberatung@fzsg.ch

Kinderhütendienst

Bleichestrasse 11
9000 St.Gallen
Tel. 071 222 04 80
Fax 071 223 83 75
kinderhuetendienst@fzsg.ch

Beratungsstellen für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität

www.faplasg.ch
Vadianstrasse 24, Postfach 325
9001 St.Gallen
Tel. 071 222 88 11
Fax 071 222 34 50
faplasg@fzsg.ch

Bahnhofstrasse 9
7320 Sargans
Tel. 081 710 65 85
Fax 081 720 09 11
faplasargans@fzsg.ch

Bahnhofstrasse 6, Postfach 122
9630 Wattwil
Tel. 071 988 56 11
Fax 071 987 54 41
faplawattwil@fzsg.ch

St.Gallerstrasse 1
8645 Jona
Tel. 055 225 74 30
fapljona@fzsg.ch

Haushilfe- und Entlastungsdienst

Poststrasse 15
9000 St.Gallen
Tel. 071 228 55 66
Fax 071 220 61 59
hed@fzsg.ch

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen

Lämmisbrunnenstrasse 55
9000 St.Gallen
Tel. 071 222 22 63
selbsthilfe@fzsg.ch
www.selbsthilfe-gruppen.ch

Städtische Stelle für Mutterschaftsbeiträge

Vadianstrasse 24, Postfach 325
9001 St.Gallen
Tel. 071 222 88 13
Fax 071 222 34 50
mb@fzsg.ch

Veranstaltungen 2017

Impressum

Herausgeberin

Frauenzentrale St.Gallen
Bleichestrasse 11, 9000 St.Gallen
Tel. 071 222 22 33
Fax 071 223 83 75
info@fzsg.ch
www.fzsg.ch

Redaktion

Maya Grollimund Bühler
Eva Kurmann
Jacqueline Schneider
Irene Schuchter

Gestaltungskonzept

schalter&walter, St.Gallen

Foto Titelblatt: REHvolution.de / photocase.de

Foto Seite 4: Diddi / photocase.de

Druck

Typotron AG, St.Gallen

Erscheint viermal jährlich

Auflage

1200 Exemplare

Nächster Redaktionsschluss

6. Februar 2017

Wiedereinstieg in den Beruf, Vereinbarkeit von Beruf und Familie – zwei Themen mit Hürden (siehe Seite 5)

Montag, 16. Januar 2017

17.00 bis 20.00 Uhr

Universität St.Gallen

4. Frauen-Gesundheitstag (siehe Seite 7)

Samstag, 25. Februar 2017

09.30 bis 16.30 Uhr

Berufsbildungszentrum Herisau

**Fit für Kommunikation und Auftritt
in Beruf, Familie, Vereinstätigkeit und Politik**
Samstag, 18. und 25. März 2017, 08.15 bis 17.00 Uhr
Donnerstag, 30. März 2017, 18.30 bis 21.00 Uhr
Evang. Kirchgemeindehaus, Heiden
alles Weitere unter www.frauenzentrale-ar.ch

103. GV der Frauenzentrale St.Gallen

Donnerstag, 18. Mai 2017

18.00 Uhr

St.Gallen

Weitere Informationen laufend unter www.fzsg.ch