



VROUW ÉN INGENIEUR

Vrouw én Ingenieur is een uniek denknet binnen de **Koninklijke Vlaamse Ingenieursvereniging (KVIV)** dat de positie van de vrouwelijke ingenieurs wil versterken en ondersteunen. Het biedt een **netwerk** aan waarbinnen **vrouwelijke ingenieurs** hun persoonlijke groei en ontwikkeling kunnen realiseren. Bovendien vestigt Vrouw én Ingenieur de aandacht op specifieke aspecten van de loopbaan, formuleert het nieuwe inzichten en is er ruimte om thema's uit te diepen. De zeer actieve en enthousiaste stuurgroep van dit denknet komt maandelijks bijeen voor een vergadering. Nieuwe leden voor de denktank worden zeer enthousiast en met open armen ontvangen.

Vrouw én Ingenieur organiseert regelmatig **lezingen en discussieavonden, trainingen, grote evenementen, symposia...**

Natuurlijk onderhouden de leden onderling de sociale contacten en gaan ze af en toe gezellig **op stap met de groep**, gaande van culturele stadsbezoeken tot gastronomische dineetjes.

Vrouw én Ingenieur wil ook fungeren als **informatiebron**. Zo is het netwerk vaak aanwezig op studiekeuzedagen in secundaire scholen of op avonden georganiseerd door studentenverenigingen.

Vrouw én Ingenieur werkt mee aan Vlaamse projecten waar de **bevordering van gelijkheid tussen mannen en vrouwen en het creëren van mogelijkheden voor vrouwen** centraal staan.

Vrouw én Ingenieur heeft in 2008 de opzet mogelijk gemaakt voor het unieke project "**De wereld aan je voeten**", dat ondersteund wordt binnen Vlaanderen in Actie, een initiatief van de Vlaamse regering. Het project wil jongeren doen nadenken over hun bijdrage aan de maatschappij, de rol van de wetenschap, de technologie en ondernemingschap in onze globaliserende wereld. Meer info op: www.dewereldaanjevoeten.be

Contact:

ir. Els Schrauwen, voorzitter Vrouw én Ingenieur
voorzitter.vrouwir@kviv.be

Christine Beckers, Projectcoördinator KVIV Loopbaan en Maatschappij
KVIV, Desguinlei 214, 2018 Antwerpen, 03-260 08 50, christine.beckers@kviv.be

Meer info: www.kviv.be/vrouweningenieur

Deze activiteiten voor mannen én vrouwen worden georganiseerd door het Technologisch Instituut, Loopbaan en maatschappij, Denknet Vrouw én Ingenieur



KONINKLIJKE VLAAMSE
INGENIEURSVERENIGING



Vrouw én Ingenieur

Voorstelling actief netwerk
&
Komende activiteiten

Jouw spreekstem : onmisbare schakel naar krachtige communicatie



Je wil assertief zijn, duidelijk overkomen in vergaderingen en voor publiek. **Een zelfzekere, doorvoelde, krachtige spreekstem is een enorme troef bij het overbrengen van je boodschap.**

Begeleid door **Hilde Breda** leer je doorheen deze workshop rond stemcoaching via praktische oefeningen je stem beter tot haar recht te laten komen:

- je verkent je stem
- je zoekt naar een eigen klank"kleur"
- je leert nuances en intonaties vergroten
- je leert hoe je ademhaling de impact van je stem beïnvloedt
- je leert technieken om je stem kracht bij te zetten
- je wordt bewust van de kwaliteiten van je stem waardoor je zelfvertrouwen vergroot

Praktisch

Wanneer?

Donderdagavonden 3, 17, 24, 31 maart en 7 april - telkens van 19.30 tot 22 uur
Donderdagavonden 28 april en 5, 12, 19 en 26 mei - telkens van 19.30 tot 22 uur
Waar?

Ingenieurshuis, Desguinlei 214, 2018 Antwerpen.

Deelnameprijs?

Workshop: 200 euro voor KVIV-leden; 300 euro voor niet-leden

Het deelnemersaantal is zeer beperkt. Vlug online inschrijven is de boodschap!

Inschrijven en meer info: via www.kviv.be/stem

Goed kiezen geeft kracht



Je maakt de hele dag door keuzes, bewust of onbewust. Sommige beslissingen geven een goed gevoel, bij andere blijf je steeds twijfelen. **Kiezen en beslissen kan een moeilijke klus zijn.**

Tijdens deze workshop krijg je **een realistische kijk** op wat **kiezen en beslissen** is. Je krijgt er **sleutels** aangereikt **die je helpen om beslissingen te nemen in trouw aan jezelf.**

Begeleid door **Thea Bombeek** leer je aan de hand van praktische oefeningen:

- hoe een beslissingsproces verloopt
- de invloeden op het beslissingsproces
- goede beslissingen nemen: overdacht of impulsief maar trouw aan jezelf
- een goede beslissing herkennen
- hoe terugkomen op beslissingen

Praktisch

Wanneer?

Zaterdag, 19 maart – van 10.00 tot 17.00 uur (lunch om 13 uur)

Waar?

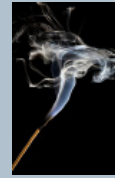
Ingenieurshuis, Desguinlei 214, 2018 Antwerpen.

Deelnameprijs?

Workshop: 65 € excl. 21 % BTW voor KVIV-leden; 85 € excl. 21 % BTW voor niet-leden

Inschrijven en meer info via www.fi.kviv.be/kiezen

Burn-out



Burn-out komt meestal voor bij werknemers die heel toegewijd zijn, overactief, sterk gefocust, veeleisend voor zichzelf en met een work-life balance die sterk overheeft naar het domein 'werk'. Zij vormen dikwijls de steunpilaren van de organisatie waar ze werkzaam zijn.

Voordracht door **Patrick Mesters**, arts en specialist in de neuropsychiatrie en oprichter van het "European Institute for Intervention and Research on Burn out" en Inge Huygen, ICF gecertificeerde coach, met volgende punten:

- wat is burn-out precies - hoe herken je het bij jezelf en/of bij je medewerkers?
- de oorzaken en de symptomen
- hoe voorkom je het en wat zijn de voordelen van een preventiebeleid voor jezelf en/of voor de organisatie?
- wat zijn de risico's en de gevolgen voor jezelf en/of voor de organisatie?
- wat kan de organisatie doen? welke leiderschapsstijl is nodig?

Praktisch

Wanneer?

maandag, 2 mei – aanvang 19.30 uur

Waar?

Ingenieurshuis, Desguinlei 214, 2018 Antwerpen.

Deelnameprijs?

8.26 € excl. 21 % BTW (10 € incl. BTW) voor KVIV-leden; 16.55 € excl. 21 % BTW (20 € incl. BTW) voor niet-leden ter plaatse te betalen

Inschrijven en meer info via www.fi.kviv.be/burnout

De kracht van een zakelijk imago



Je **successen** zijn niet alleen afhankelijk van wat je kent of kunt, maar ook van **hoe je het brengt en hoe je jezelf presenteert**. Een gezonde dosis commerciële vaardigheden, een effectieve communicatiestijl en een zakelijk voorkomen benadrukken je kernkwaliteiten en maken je als persoon professioneel zichtbaar.

Tijdens deze 3-delige workshop begeleid door **Viviane Jehin** leer je:

Module 1: hoe jij met de juiste zakelijke stijl vertrouwen en competentie uitstraalt.

Module 2: een positieve, krachtige gespreksstijl te ontwikkelen die je onmiddellijk kan toepassen in de praktijk.

Module 3: Act like a true consultant in voortdurende interactie en aan de hand van concrete oefeningen

Praktisch

Wanneer?

Dinsdagen 27 september en 4 en 11 oktober aanvang 18.45 uur

Waar?

Ingenieurshuis - KVIV, Desguinlei 214, 2018 Antwerpen

Deelnameprijs?

(prijzen excl. 21 % BTW):

- 3 modules: 130 € voor KVIV- en VIK-leden, 160 € voor niet-leden

- per module: 50 € voor KVIV- en VIK-leden, 65 € voor niet-leden

Inschrijven en meer info: via www.fi.kviv.be/kracht