

# Zeitplan

KURT-MAHLER-SAAL

**10.30 – 11.00 Uhr**  
Impulsvortrag

siaf e.V.

**HILFREICHE FINANZTIPPS BEI  
TRENNUNG UND SCHEIDUNG**

**11.15 – 11.45 Uhr**  
Impulsvortrag

Jobcenter

**BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG / JOBSUCHE**  
Vorstellung von Unterstützungsangeboten in München und Tipps zur Stellensuche.

**12.00 – 12.30 Uhr**  
Impulsvortrag

amuvee | AFQ Service  
gGmbH

**ALLEINERZIEHEND & GRÜNDEN**  
Von der Idee zur Plattform amuvee: Ein Social Startup als Game Changer für Alleinerziehende.

**12.45 – 13.15 Uhr**  
Workshop

Lisa Hahn

**YOGA FÜR MAMAS\* UND KINDER**  
Spüre deine innere Kraft in einer kurzen Yogaeinheit, die Kinder und Erwachsene gemeinsam genießen können! Keine Matte erforderlich!

**13.30 – 13.45 Uhr**  
MeetUp

Kinderschutzbund

**14.00 – 14.30 Uhr**  
Impulsvortrag

Dr. Anne Wiesbeck

**POSITIVE PSYCHOLOGIE FÜR SINGLE-ELTERN**  
Eine Trennung und allein zu erziehen, gehört zu den größten Herausforderungen und Belastungen für Kinder und Eltern. Erfahre im Workshop, wie du die positive Psychologie und Übungen aus der Resilienz für dich und dein Kind im Alltag nutzen kannst.

**14.45 – 15.15 Uhr**  
Impulsvortrag

Susanne Scholz

**BABYSCHLAF VERSTEHEN:  
PRAKTISCHE TIPPS FÜR ERHOLSAMEN  
SCHLAF UND MEHR SELBSTFÜRSORGE**  
Erfahre, welche Faktoren den Schlaf deines Kindes positiv beeinflussen und wie du die Schlafbedürfnisse sicher und liebevoll begleiten kannst. Außerdem: praktische Tipps und Strategien für mehr Ruhe und Selbstfürsorge.

**15.30 – 16.00 Uhr**  
Impulsvortrag

Raquel Serrano | mowom

**MUTTERSCHAFT IM LEBENSLAUF:  
NEUE WEGE FÜR BERUFLICHE WIEDEREINSTIEGE**  
Viele Frauen unterbrechen ihre Berufstätigkeit, wenn sie Mutter werden. Doch bei der Rückkehr ins Berufsleben, stellt sich die Frage: Wie füllen wir die Lücke im Lebenslauf? Erfahre es im Vortrag.

**16.15 – 16.45 Uhr**  
Impulsvortrag

Regle Deinen Kram

**VORSORGE- UND SORGERECHTSVOLLMACHT**  
Erhalte einen ersten Einblick und konkrete Tipps für die Erstellung von Vorsorgedokumenten.

**17.00 – 17.15 Uhr**  
MeetUp

Susanne Fischer |  
Bavariafinanzanlage