

Unser Jahr hat  
365 Frauentage



# Gutschein

für eine Lieblingkollegin

**Jetzt  
einlösen!**

Die IG Metall überreicht dieses Jahr zum Internationalen Frauentag ein besonderes Geschenk:  
**Online-Seminare für Frauen im Berufsleben.**

**WEIL  
DAS JETZT  
ZÄHLT.**



## Die Seminarthemen:

- **Nicht auf den Mund gefallen!**  
Schlagfertigkeit im Berufsalltag
- **Teilzeit: Neue Möglichkeiten durch**  
Tarifverträge und Rechtsprechung
- **Entgelt erfolgreich verhandeln**
- **Was tut die IG Metall für**  
Gleichstellung?



**PLUS**  
für IG Metall-  
Mitglieder

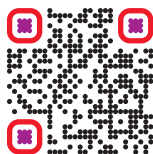
## + Für Mitglieder bieten wir exklusiv zwei Vertiefungsseminare an:

- **Mental Load – Overload?**  
Strategien, um den unsichtbaren Stress zu bewältigen
- **Was ich schon immer über meine Rente wissen wollte**

**Wie geht es?** Wunschseminar(e) auswählen.

Eine Online-Anmeldung ist zwingend erforderlich.

Die Seminare für alle Beschäftigten finden vom 20. März – 03. April 2025 statt, die Seminare exklusiv für Mitglieder der IG Metall vom 19. bis 23. Mai. Genaue Termine und die Anmeldemöglichkeit gibt es unter [igmetall.de/frauentag](https://igmetall.de/frauentag)



**Unser Angebot:** Wir stellen alle notwendigen Informationen und kompetente Ansprechpartnerinnen bereit. Sie bringen Interesse und Neugier mit.

Die Teilnahme steht allen weiblichen Beschäftigten offen.

**Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!**

Überreicht von

*Deiner IG Metall*