

## Leben

---

Christine Hapala  
Sonja Rieder

**Change ... und ich  
bin dabei!**  
Der Umgang mit  
dem "Jetzt"

---

Moderation  
Brigitte Ettl

---

Montag/08.02.2010/19.00 Uhr

## Lass nur Gutes in deinen Gedanken sein.

frei nach Konfuzius

Veränderungen passieren immer – gerade jetzt auch! Veränderungen sind etwas Neues, Unbekanntes – etwas, das Angst machen kann, vielleicht verunsichert. Wie gehen wir damit um?

Christine Hapala möchte aufzeigen, dass wir immer wieder Krisen, Veränderungen begegnen, persönlichen, im näheren oder weiteren Umfeld oder eben weltweit ... Sie hat mit Menschen Kontakt aufgenommen, um herauszufinden, wie diese mit ihren ganz persönlichen Krisen umgehen – und mit dem "Danach".

Herausgekommen ist ein Buch, das Mut erfordert hat, von all jenen, die es ermöglicht haben und Mut gibt, all jenen, die es in die Hand nehmen. Die Initiatorin und Herausgeberin, sowie eine der Autorinnen stellen das Buch bei uns vor, wo Sie es auch erwerben können, wie auch unter [www.human-money.at](http://www.human-money.at) oder im Buchhandel unter der ISBN 978-3-200-01584-5. (Das Buch ist in LIMITIERTER Auflage von 999 Stück erschienen, € 9,-)

Christine Hapala



### Kom.R Mag. Christine Hapala

Geboren 1954 in Wien, geschieden  
1979 Sponion zur Magistra rer. soc. oec  
1989 Diplom als NLP-Practitioner  
seit Juni 1990 eigene Wirtschaftstreuhandkanzlei  
2002 Gewerbeberechtigung Unternehmensberaterin  
2003 Diplom zur Wirtschaftsmediatorin  
2005 Diplom zum Wirtschaftscoach  
seit 2005 Gründung der Kooperation human business company,  
[www.human-business.biz](http://www.human-business.biz)  
seit 2007 Kommandistin der Hapala Consulting KG  
Autorin von zahlreichen Sachbüchern  
verschiedene Vorstandssitze  
[www.human-money.at](http://www.human-money.at)



### Mag. Sonja Rieder

Geboren 1973 in Klagenfurt, 2 Kinder  
1997 Abschluss des Studiums der Rechtswissenschaften (Wien und Paris)  
1999 Lehrgang Mediation und Konfliktmanagement  
2004 Psychotherapeutisches Propädeutikum  
derzeit Beendigung des Masterstudiums in Psychotherapie,  
Fachrichtung Integrative Gestalttherapie an der Donau-Uni  
Krems  
seit 2007 Beratung für Schwangere und junge Mütter sowie Leiterin von Bewegungsgruppen in Wien  
seit 2008 Karriere- und Berufsberatung sowie Psychotherapie in eigener Praxis.

# alpha kalender

## jänner

## februar

## Veranstaltungsort

alpha, 1010 Wien,  
Stubenbastei 12/14

Tel. +1/513 48 00  
Fax: +1/513 48 00-23

www.alphafrauen.org;  
clubalpha@alphafrauen.org

Alle Veranstaltungen sind, wenn  
nicht speziell vermerkt, kostenlos.

## inhalt

Editorial 3  
alpha Cocktail 4  
Babytreff 4  
Im Gespräch mit 5  
Gesellschaft 6-7  
Gesundheit 8-10  
Filmabend 11  
Gesellschaft 12  
alpha Artothek 13  
Vernissage 14-15  
alpha unterwegs 16-17  
Leben 18  
Workshop 19  
WoMentoring 20  
Mentory Club 21  
Vorsatz für das neue Jahr 22  
Epitaph für Tante G. 23  
Wer ist alpha 24  
alpha Buchtipps 25  
Recht mit alpha 26

## impresum

Herausgeber und Medieninhaber:  
E. Dörner-Brader f. d. Hildegard Burjan  
Institut

Redaktion:  
I. Ackerl, E. Dörner-Brader,  
M. Rauch-Kallat,

Layout:  
E. Dörner-Brader, Andrea Wagner  
Für den Inhalt verantwortlich:  
alle

Fotocredit:  
Ricardo Herrgott, Anita DörnerVBK Wien,  
Vladislav Manyshev-Monroe, Hannes  
Gellner, ORF Hummel

Blattlinie:  
Information über Gesellschaft, Politik,  
Kultur und Kunst

Adresse:  
1010 Wien, Stubenbastei 12/14, Tel.:  
+43/1/513 48 00, Fax: +43/1/513 48 00-23

e-mail:  
clubalpha@alphafrauen.org,  
www.alphafrauen.org

Preis: Einzelpreis: € 3,50, Abo: € 15,-

Hersteller:  
RemaPrint, 1160 Wien,  
Neulerchenfelderstraße 35  
Auf chlorfrei gebleichtem Papier  
gedruckt.

... 07.01.2010/Donnerstag/19.00 Uhr ...14  
**Martina Schettina**  
Vernissage: "Mathemagische"  
Bilder  
Malerei  
Begrüßung und Eröffnung: Isabella  
Ackerl

... 18.01.2010/Montag/15.00 Uhr.....4  
**Babytreff**  
Mit Nicole Hoberstorfer

... 18.01.2010/Montag/12.00 Uhr.....16  
**alpha unterwegs**  
Edward Munch und das  
Unheimliche  
Leopold Museum  
Begleitung: Hilde Philippi

... 18.01.2010/Montag/19.00 Uhr.....6  
**Andrea Farnhofer**  
Genussvoll um die Welt  
Souvenirs in Form von Rezepten  
Moderation: Irene Michl

... 19.01.2010/Dienstag/ 9.00 Uhr.....8  
**Gabriele Brigitte Scheucher**  
Montignac auf Wienerisch  
Essen ist Lustgewinn  
Moderation: Charlotte Winkler

... 21.01.2010/Donnerstag/19.00 Uhr...10  
**Silvia Janata**  
Starke Knochen – starke Frauen  
Moderation: Eszter Dörner-Brader

... 26.01.2010/Dienstag/19.00 Uhr.....9  
**Sigrid Anna Kuhn**  
Leben auf der rauhen Seite  
Schmetterlingskinder  
Moderation: Eva Stadler

... 28.01.2010/Donnerstag/19.00 Uhr.....7  
**Gabriele Kuhn**  
Alles, nur nicht perfekt  
Moderation: Charlotte Winkler

... 02.02.2010/Dienstag/19.00 Uhr.....15  
**Martina Reinhart**  
Vernissage: Menschen, Körper und  
andere Wesen  
Malerei  
Begrüßung und Einführung: Isabella  
Ackerl

... 08.02.2010/Montag/19.00 Uhr.....18  
**Christine Hapala, Sonja Rieder**  
Change ... und ich bin dabei!  
Der Umgang mit dem "Jetzt"  
Moderation: Brigitte Ettl

... 09.02.2010/Dienstag/19.00 Uhr.....12  
**Afra Margaretha**  
Gemeinsam wohnen  
Ein Miteinander der Generationen  
Moderation: Dorothea Patzl

... 11.02.2010/Donnerstag/11.00 Uhr...17  
**alpha unterwegs**  
Gender Check  
Rollenbilder in der Kunst Osteuropas  
MUMOK  
Begleitung: Hilde Philippi

... 11.02.2010/Donnerstag/17.00 Uhr.....4  
**Faschings-Cocktail**  
mit alpha Frauen

15.02.2010/Montag/15.00 Uhr.....4  
**Babytreff**  
Mit Nicole Hoberstorfer

... 17.02.2010/Mittwoch/19.00 Uhr.....11  
**Milli Segal**  
La Mémoire des enfants (Film)  
Das Schicksal der jüdischen Kinder  
unter dem Vichy-Regime  
Begrüßung: Eszter Dörner-Brader

... 18.02.2010/ Donnerstag/18.00 Uhr..21  
**Mentory Club/Karrieretalk mit**  
Dr. Johanna Rachinger  
Österreichische Nationalbibliothek  
Anmeldung unter: office@mentory.at

... 23.02.2010/Dienstag/19.00 Uhr.....5  
**Im Gespräch mit Maria Fekter**  
Eine starke weibliche Hand hält  
das Innenressort  
Moderation: Maria Rauch-Kallat

... 24.02.2010/Mittwoch/19.00 Uhr.....19  
**Workshop**  
SkillCarts  
Stärken erkennen und nutzen  
Leitung: Kay Lechleitner  
Begrüßung: Eszter Dörner-Brader

FÜR ALLE VERANSTALTUNGEN BITTE ANMELDEN  
01/513 48 00 oder clubalpha@alphafrauen.org