

Handbuch Girls' Day Tirol

Ein erfolgreicher Aktionstag in Unternehmen & Bildungseinrichtungen



Der Girls' Day auf einen Blick



Anmeldung und Teilnahme



Rahmenbedingungen



Tipps für einen erfolgreichen Girls' Day



Möglicher Ablauf des Aktionstags



Ideen für Mitmachaktionen



PR-Tipps



Teilnahmeschein und Feedbackbogen



Der Girls' Day auf einen Blick

Was ist der Girls' Day?

Der Girls' Day ist ein Projekt, das **Mädchen und junge Frauen bei der Berufsorientierung unterstützt** und sowohl neue berufliche Möglichkeiten als auch vielfältige Fähigkeiten der Schülerinnen sichtbar macht. Der Girls' Day wird in Kooperation mit der Bildungsdirektion von der Tiroler Arbeitsmarktförderungsgesellschaft (amg-tirol) veranstaltet und vom Land Tirol, Abteilung für Gesellschaft und Arbeit, gefördert. Am Girls' Day erhalten Mädchen der

- **3. Klasse (7. Schulstufe) der Mittelschule und AHS Unterstufe**
- **sowie Schülerinnen der 7. Klasse (11. Schulstufe) AHS Oberstufe**

die Möglichkeit, **technische, handwerkliche und naturwissenschaftliche Berufe** kennen zu lernen und dadurch ihr Berufswahlspektrum zu erweitern.

Der Girls' Day Tirol findet am **24. April 2025** bereits zum **24. Mal in allen Tiroler Bezirken** statt. Schülerinnen besuchen an diesem Tag Unternehmen und Bildungseinrichtungen und können dort in Werkstätten, Labors u.v.m. **erste Erfahrungen im praktischen Arbeiten** sammeln und erhalten Einblicke in die Welt der MINT-Berufe (Mathematik, Informatik, Naturwissenschaften und Technik) sowie in handwerkliche Tätigkeitsfelder. Zudem findet im Juni der Girls' Day mini statt, an dem Schülerinnen der 3. Klasse Volksschule erste Erfahrungen mit diesen Berufsfeldern sammeln können.

Ausgangspunkt

Gerade im MINT-Bereich und in handwerklichen Berufsfeldern fehlen unseren Unternehmen immer mehr gut ausgebildete Fachkräfte. Wenn es um die Berufswahl geht, wählen Mädchen auch heute kaum Berufe aus diesen Bereichen, in denen der Männeranteil deutlich höher ist – die technischen Fähigkeiten von Mädchen bleiben dadurch weitgehend ungenutzt. Mädchen haben kaum Gelegenheit, Erfahrungen in technischen, handwerklichen oder naturwissenschaftlichen Bereichen zu sammeln und nehmen diese Tätigkeiten daher auch nicht in ihr Berufswahlspektrum mit auf.

Ziele des Girls' Day

Das Ziel des Girls' Day ist es, durch einen eigenen Mädchentag in Unternehmen und Bildungseinrichtungen die beruflichen Zukunftsperspektiven von Mädchen zu erweitern, und ihnen Mut zu machen, auch nicht-konventionelle Berufe zu ergreifen. Die Schülerinnen sammeln praxisnahe Erfahrungen und können damit Schwellenängste abbauen und ihre eigenen Fähigkeiten umfassender kennenlernen. Unternehmen können sich den Mädchen als attraktive Berufs- und/oder Ausbildungsstätten präsentieren und geben ihnen die Möglichkeit, Berufe, in denen der Frauenanteil bisher niedrig ist, vor Ort kennenzulernen.





Öffnen Sie einen Tag Ihre Türen und geben Sie Mädchen und jungen Frauen einen Einblick in zukunftsorientierte Berufsfelder!

Anmeldung und Teilnahme

1. Die Anmeldung erfolgt zwischen **01. Oktober 2024 bis 31. Jänner 2025** über ein Online Formular, das Sie über die [Girls' Day Website](#) erreichen. Die von Ihnen hier eingetragenen Informationen werden in genau dieser Form den Mädchen zugänglich gemacht.
2. Die Mädchen wählen im März 2025 einen der zur Verfügung gestellten Beruf im technischen, handwerklichen oder naturwissenschaftlichen Bereich selbst aus und erfahren erst nach dieser Entscheidung, welches Unternehmen/welche Bildungseinrichtung sie besuchen werden.
3. Ihr Unternehmen/Ihre Bildungseinrichtung erfährt Anfang April den Anmeldestand. Somit haben Sie noch einen knappen Monat Zeit, Ihr Angebot auf die konkrete Anzahl der Mädchen abzustimmen. **Mindestens** nehmen **zwei** Schülerinnen am Girls' Day Tirol in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung teil.





Wichtige Hinweise

Registrierung der Teilnehmerinnen

Vor dem Girls' Day erhalten Sie von uns eine Liste aller Schülerinnen, die sich für einen Beruf in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung angemeldet haben. Bitte kontrollieren Sie diese Liste zu Beginn des Aktionstags in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung und melden Sie sich beim Girls' Day Team unter 0664 85 89 724 oder girlsday@amg-tirol.at, falls ein Mädchen nicht anwesend ist. Bei Krankheit oder anderen Abwesenheitsgründen sind die Mädchen angehalten, sich beim Unternehmen/bei der Bildungseinrichtung sowie beim Girls' Day Team abzumelden.

Versicherung und Anwesenheitspflicht

Der Girls' Day ist eine schulbezogene Veranstaltung. Das heißt, die Schülerinnen sind während des Aufenthalts in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung versichert. Außerdem besteht Anwesenheitspflicht, die Schülerinnen müssen also bis zum Programmende am Aktionstag teilnehmen.

Fotonachweis

Wir informieren die Teilnehmerinnen und deren Erziehungsberechtigte darüber, dass am Girls' Day Bild- und Videoaufnahmen für Dokumentationszwecke und Berichterstattungen angefertigt werden. Die Teilnehmerinnen können Widerspruch gegen diese Aufnahmen erheben – sollte dies der Fall sein, weisen wir Sie im Rahmen der Teilnehmerinnenliste, die wir Ihnen vor dem Aktionstag zuschicken, darauf hin. Beachten Sie bitte zudem die Wünsche der Mädchen und das Recht am eigenen Bild, sollte Ihnen z.B. eine Schülerin mitteilen, nicht fotografiert werden zu wollen. Die datenschutzrechtliche Verantwortung liegt bei den Unternehmen/Bildungseinrichtungen, die das Bild- und Videomaterial veröffentlichen.



Rahmenbedingungen

- Für den Zeitraum von **mindestens 5 Schulstunden** (z.B. von 8:00 bis 12:30 Uhr) sollen Mädchen die Möglichkeit haben, die von Ihnen vorgestellten Berufsfelder kennenzulernen, wobei der Schwerpunkt auf der **praktischen Mitarbeit** der Mädchen liegen sollte. Der Zeitraum von fünf Stunden reicht erfahrungsgemäß in den meisten Branchen aus, Sie können den Schülerinnen natürlich auch gerne ein länger andauerndes Programm anbieten. Alles in allem sollte das gesamte Programm in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung nicht länger als sieben Stunden dauern.
- Begrenzen Sie die einzelnen **Informationsinputs auf maximal 30 Minuten**. Längere Einheiten sind nur dann sinnvoll, wenn die Mädchen tatsächlich eine **aktive Rolle** dabei haben, d.h. sich **bewegen, diskutieren oder selber etwas ausprobieren** können.
- Der Schwerpunkt sollte auf der **praktischen Mitarbeit der Mädchen** liegen. **Mindestens $\frac{2}{3}$ der Zeit** soll dafür verwendet werden, dass Mädchen konkret arbeiten können (je nach Art des Unternehmens/der Bildungseinrichtung: Mitarbeit in der Werkstatt, Erzeugung eigener Werkstücke, Möglichkeit des Experimentierens, ...).
- **Vorstellung und Kennenlernen von handwerklichen, technischen oder naturwissenschaftlichen Berufen/Branchen**, in denen der Frauenanteil noch gering ist (z.B. Tischlerin, Holz- und Sägetechnikerin, Bautechnische Zeichnerin, Elektrobetriebstechnikerin, Elektronikerin, Installateurin, KFZ-Technikerin, Laborantin, Maurerin, Mechatronikerin, Prozesstechnikerin, Programmiererin, Schlosserin, Spenglerin, Werkstofftechnikerin, Maschinenbautechnikerin, Umwelttechnikerin, Druckereien, EDV Branche, Glasereien, etc).
- Aufnahme von **mindestens zwei Schülerinnen** (die Mädchen fühlen sich in der Gruppe sicherer). Wenn mehr als zehn Mädchen teilnehmen, sollten Gruppen gebildet werden. Jede Gruppe sollte von einer Ansprechperson des Betriebs/der Bildungseinrichtung begleitet werden. Die Schülerinnen besuchen das Unternehmen/die Bildungseinrichtung nicht im Klassenverbund. Sie werden daher nicht von einer Lehrperson begleitet.
- Ein **detailliertes Programm** bei der Anmeldung ist sehr hilfreich, da die Mädchen vorab einen besseren Einblick des Ablaufes bekommen. Programmvorschläge finden sie weiter unten im Handbuch unter **Möglicher Ablauf im Unternehmen/in der Bildungseinrichtung**.
- Stellen Sie gegebenenfalls **Arbeitsschutzkleidung** wie Brillen, Kopfbedeckungen, Handschuhe, Kittel und Arbeitsschuhe zur Verfügung.



Tipps für einen erfolgreichen Girls' Day

Vor dem Girls' Day



Erwartungshaltung

- Seien Sie sich dessen bewusst, dass sich viele der Mädchen am Girls' Day erstmals mit Berufsfeldern der Technik, Handwerk, Informatik, Mathematik und/oder Naturwissenschaft auseinandersetzen. Manche der Teilnehmerinnen fühlen sich in den vorgestellten Bereichen sofort zu Hause, andere wiederum nicht.

Messen Sie den Erfolg des Girls' Day in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung deshalb nicht an der Nachfrage nach Praktikums- oder Ausbildungsplätzen seitens der Mädchen. Ihr Ziel sollte vielmehr sein, Berufsoptionen aufzuzeigen und neue Wege sichtbar zu machen.



Vorbereitung

- Bereiten Sie sich gut auf den Girls' Day vor und entwickeln Sie mit Ihren Mitarbeitenden ein konkretes, besonderes Programm für die Mädchen, die Ihren Betrieb/Ihre Bildungseinrichtung am Girls' Day besuchen.

Programmvierfalt

- Nutzen Sie vielfältige Methoden wie Workshops, Gruppenarbeit, Führungen, kurze(!) Vorträge oder Diskussionsrunden und versuchen Sie, die Mädchen dabei stets aktiv einzubinden. Sie erhöhen damit die Aufmerksamkeit Ihrer Besucherinnen.
- Falls es die Möglichkeit gibt, planen Sie **Besichtigungen** im Programm ein (Fertigungshallen, Testlabore, Forschungsabteilungen, Baustellen).



Vorbilder

- Achten Sie darauf, bei Möglichkeit auch **weibliche Vorbilder** (Role Models) und Lehrlinge in die Girls' Day-Aktivitäten mit einzubinden: Gespräche mit weiblichen Fachkräften oder (fast) Gleichaltrigen (peer group) bestärken die Mädchen.



Am Girls' Day

- Nehmen Sie sich Zeit für eine **herzliche Begrüßung** der Mädchen und stellen Sie ihnen ihre Ansprechpersonen am Girls' Day in Ihrem Betrieb/Ihrer Bildungseinrichtung vor.
- Seien Sie auf Fragen bzgl. **Praktikumsplätze und Ausbildungsmöglichkeiten** vorbereitet.
- Verwenden Sie die **weibliche Form** bei den Berufsbezeichnungen. Das verdeutlicht den Mädchen, dass das vorgestellte Berufsfeld auch Frauen offen steht.
- Tipps für **Programminhalte** und **Mitmachaktionen** finden Sie auf den nächsten Seiten.



Möglicher Ablauf im Unternehmen/in der Bildungseinrichtung

1. Beginn

- Gemeinsamer **Treffpunkt** - möglicherweise Girls' Day Plakate als Wegweiser verwenden
- **Begrüßung** und Registrierung der Mädchen
- Vorstellung des Programms, gegenseitiges **Kennenlernen**
- Präsentation und Besichtigung des **Unternehmens/der Bildungseinrichtung**
- Vorstellung der einzelnen **Berufsfelder** und konkrete Hinweise auf die dafür notwendige Ausbildung



2. Schwerpunkt "Mitmachaktionen"

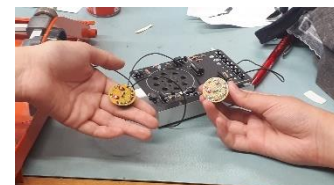


Eine tolle „Mitmachaktion“ bleibt den Schülerinnen lange in Erinnerung und bestärkt sie in ihren Fähigkeiten. Besonders spannend ist es für die Mädchen, wenn sie eigenhändig ein Werkstück herstellen, das sie mit nach Hause nehmen können. Dadurch werden die Schülerinnen (und ihr soziales Umfeld) noch lange an ihre handwerklichen, technischen und naturwissenschaftlichen

Fähigkeiten sowie an den Tag in Ihrem Betrieb/Ihrer Bildungseinrichtung erinnert. Weitere Ideen und Vorschläge finden Sie im Abschnitt [Mitmachaktionen](#).

3. Gemeinsame Mittagspause

Gemeinsame Pausen **verbinden und stärken das Teamgefühl**. Organisieren Sie wenn möglich daher ein gemeinsames Mittagessen oder eine gemeinsame Vormittagsjause.



4. Ende

Zusammenfassung und Bewertung des Tages: Nehmen Sie sich am Ende des Tages Zeit, mit den Schülerinnen über ihre Erfahrungen, Fragen und Eindrücke zu dem Berufsorientierungstag in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung zu sprechen. Abschließend können Sie den Schülerinnen auch noch für Sie wichtige Informationen mit auf den Weg geben und die Teilnehmerinnen verabschieden.

Gerne können Sie den Schülerinnen auch abschließend eine personalisierte [Teilnahmebestätigung](#) sowie einen [Feedbackbogen](#) austeilen. Beide Dokumente finden Sie auf den letzten Seiten des Handbuchs und können Sie nach Bedarf anpassen. Diese Materialien stellen wir Ihnen für den unternehmenseigenen Bedarf gerne zur Verfügung, eine umfassende Girls' Day Evaluierung findet vonseiten der Veranstalterin amg-tirol statt. Die Evaluation 2024 ergab eine durchwegs hohe Zufriedenheit aller Beteiligten, sämtliche Unternehmen und Schulen gaben an, auch künftig am Girls' Day teilnehmen zu wollen. Auf der Girls' Day Tirol Website finden Sie den [Abschlussbericht](#) des letzten Jahres.



Ideen für Mitmachaktionen

Es gibt viele Möglichkeiten, das Interesse der Mädchen an MINT-Berufen oder handwerklichen Arbeitsbereichen zu wecken und ihnen die Arbeitswelt anschaulich näher zu bringen. Wie Sie sich entscheiden werden, hängt natürlich von Ihren Gegebenheiten vor Ort ab. Um Sie bei der Planung des Girls' Days zu inspirieren, haben wir einige Ideen zusammengetragen. Hier haben wir eine Reihe an Vorschlägen, wie Sie den Girls' Day in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung zu einem unvergesslichen Erlebnistag machen können, an den sich die Schülerinnen noch lange erinnern und mit Freude davon erzählen:

- **Herstellung** von kleinen Werkstücken
- **Bedienung** von Maschinen (Erläuterung von Funktion und Zweck)
- **Planung und Kalkulation** von Projekten
- **Versuche** aus Chemie, Physik und Biotechnologie mit nachvollziehbaren Ergebnissen
- Erstellen einer **Website**
- **Konzipieren** und Gestalten einer Broschüre oder einer Zeitung
- Verfassen einer **Presseaussendung**, eines **Films**

Neben diesen Mitmachaktionen gibt es noch weitere spannende Tätigkeiten, die Ihr Girls' Day Programm abrunden könnten:

- **Besichtigungen** von Fertigungshallen, Testlaboren, Forschungsabteilungen, Baustellen.
- **Diskussionen** mit Auszubildenden, Ausbildungsleiter*innen, Techniker*innen, Personalverantwortlichen, Manager*innen, usw. geben den Mädchen die Möglichkeit, bei Ihnen aus erster Hand spannende Details zu erfahren.
- **Bewerbungssituationen** durchspielen und reflektieren.
- Bei der Vorstellung der Berufe sind für die Schülerinnen auch Informationen über die jeweiligen **Studien- und Berufsausbildungen** sowie Einblicke zu den Verdienst- und Aufstiegsmöglichkeiten interessant.





PR-Tipps: Presse- und Öffentlichkeitsarbeit im Unternehmen/in der Bildungseinrichtung

Nutzen Sie die Teilnahme am Girls' Day für die Öffentlichkeitsarbeit Ihres Unternehmens oder Ihrer Bildungseinrichtung. Dadurch werden Sie nicht nur zu Multiplikator*innen wichtiger Themen der gendersensiblen Berufsorientierung, sondern können zudem auf Ihr Engagement in diesem Bereich aufmerksam machen. Allgemeine Pressearbeiten werden vom Land Tirol bzw. der amg-tirol durchgeführt. Sie können aber auch eigene PR-Aktivitäten vornehmen, untenstehend finden Sie einige Tipps und Anregungen.

Betriebseigene Website

Die betriebseigene Website ist eine einfache Möglichkeit, auf den Girls' Day aufmerksam zu machen. Noch besser ist es, einen **Erlebnisbericht einer oder mehrerer Schülerinnen**, die den Betrieb besucht haben, zu verfassen. Stellen Sie ggf. auch **Fotos und Berichte** von vergangenen Girls' Day-Teilnahmen auf Ihre Homepage.

Social Media

Vielleicht gibt es darüber hinaus das eine oder andere Forum, wo das Unternehmen/die Bildungseinrichtung aktiv ist: **Instagram, Facebook, Blog**, etc. Dort können Sie schon im Vorhinein ankündigen, dass Ihr Unternehmen/Ihre Bildungseinrichtung beim Girls' Day Tirol dabei ist. Am Girls' Day selbst können Sie quasi im Liveticker unter dem **Hashtag #girlsdaytirol** etwas posten und so die breite Gesellschaft am Aktionstag in Ihrem Unternehmen/Ihrer Bildungseinrichtung teilnehmen lassen. Auch im Nachhinein bietet es sich an, durch Fotos Ihren Leser*innen einen Eindruck in diesen aufregenden Tag zu vermitteln. Gerne können Sie uns auch einen Link zu etwaigen Online Auftritten schicken, sodass wir diese auf unseren Plattformen teilen können.

Lokale Medien

Eine weitere Möglichkeit, den Girls' Day öffentlichkeitswirksam zu nutzen, besteht darin, die lokalen Medien einzubinden.

Hilfreich ist es,

- diese zwei Wochen vor dem Termin darüber zu informieren, **wo und wann der Girls' Day stattfinden wird.**
- den **Umfang der Berichterstattung** vorab zu besprechen (z.B. ein Artikel inkl. 2-3 Fotos oder ein Besuch der Journalist*innen vor Ort im Unternehmen/in der Bildungseinrichtung).



Text- und Bildnachweise

Gerne können Sie für Ihre Öffentlichkeitsarbeit und Berichterstattung zum Girls' Day Tirol die

- Allgemeine Pressemeldung mit Fakten zum Girls' Day sowie
- Statements von den Systempartner*innen: amg-tirol, Land Tirol – Abteilung Gesellschaft und Arbeit, Bildungsdirektion Tirol verwenden.

ACHTUNG: Die Schülerinnen, die Ihren Betrieb/Ihre Bildungseinrichtung besuchen, sowie deren Erziehungsberechtigte, werden im Vorfeld durch die Veranstalterin amg-tirol darüber informiert, dass am Girls' Day Bild- und Videoaufnahmen für Dokumentationszwecke und Berichterstattungen angefertigt werden. Die Teilnehmerinnen können Widerspruch gegen diese Aufnahmen erheben – sollte dies der Fall sein, weisen wir Sie im Rahmen der Teilnehmerinnenliste, die wir Ihnen vor dem Aktionstag zuschicken, darauf hin. Beachten Sie bitte zudem die Wünsche der Mädchen und das Recht am eigenen Bild, sollte Ihnen z.B. eine Schülerin mitteilen, nicht fotografiert werden zu wollen. Die datenschutzrechtliche Verantwortung liegt bei den Unternehmen/Bildungseinrichtungen, die das Bild- und Videomaterial veröffentlichen.

Umfangreiche Informationen und Materialien zum Girls' Day Tirol finden Sie auf unserer Website: www.girlsday-tirol.at. Gerne können Sie sich auch per E-Mail (girlsday@amg-tirol.at) oder telefonisch (0664 85 89 724) direkt an das Girls' Day Team wenden.





Teilnahmeschein

Auf der nächsten Seite befindet sich ein Teilnahmeschein, den Sie den Schülerinnen bei Bedarf am Ende des Tages austeilen können.

Sie können den Teilnahmeschein auch auf unserer Website als Word-Datei herunterladen und personalisieren: <https://girlsday-tirol.at/downloads>.





TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Die Schülerin

NAME DER SCHÜLERIN

hat im Rahmen des Girls' Day Tirol am 24. April 2025 in unserem
Unternehmen/unserer Bildungseinrichtung den Beruf/die Berufe
..... kennengelernt.

Unternehmen/Bildungseinrichtung:

.....

Anschrift:

.....

Ansprechperson:

.....

Programm zur Berufswahlorientierung:

Datum, Stempel und Unterschrift des Unternehmens/der Bildungseinrichtung



Der Girls' Day ist eine Veranstaltung der Tiroler Arbeitsmarktförderungsgesellschaft mbh in Zusammenarbeit mit der Bildungsdirektion Tirol, gefördert vom Land Tirol, Abteilung Gesellschaft und Arbeit.

Rückblick auf den Girls' Day Tirol 2025

Warum hast du dich für diese(n) Beruf(e) entschieden?

<input type="checkbox"/> Ich möchte in diesem Beruf ein Praktikum machen und/oder arbeiten.	<input type="checkbox"/> Meine Freundin interessiert das auch.
<input type="checkbox"/> Ich kenne eine Person, die in diesem Beruf arbeitet.	<input type="checkbox"/> Das Unternehmen/die Bildungseinrichtung war für mich leicht erreichbar.
<input type="checkbox"/> Der Beruf interessiert mich.	<input type="checkbox"/> Sonstiges:

Mein Girls' Day im Unternehmen/in der Bildungseinrichtung

	stimmt genau	stimmt ziemlich	stimmt eher nicht	stimmt gar nicht
Ich habe das Unternehmen/die Bildungseinrichtung gut kennen gelernt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich durfte selbstständig eine Tätigkeit ausprobieren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich könnte mir gut vorstellen in diesem Unternehmen/dieser Bildungseinrichtung ein Praktikum zu machen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich konnte alle Fragen stellen, die mir wichtig waren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Was hat dir besonders gut gefallen?

.....

Was sollen wir beim nächsten Mal anders machen?

.....

Wenn du alles zusammen betrachtest: Wie hat dir der Girls' Day insgesamt gefallen?

Sehr gut Gut Mittel Schlecht Sehr schlecht

Möchtest du noch irgendetwas sagen?







.....



Die amg-tirol unterstützt Sie bei der Durchführung des Girls' Day Tirol

Die amg-tirol organisiert die Anmeldung und Vorbereitung der Schülerinnen. Als Kompetenzdrehscheibe für gendersensible Berufsorientierung bietet Ihnen die amg-tirol Informationen und Unterlagen und steht für Fragen rund um den Girls' Day zur Verfügung.

Kontakt

-  Arbeitsmarktförderungsgesellschaft mbH (amg-tirol)
Girls' Day Tirol
Colingasse 12
6020 Innsbruck
-  0664/85 89 724
-  girlsday@amg-tirol.at
-  www.girlsday-tirol.at
-  www.facebook.com/tirolgirlsday
-  www.instagram.com/girlsday.tirol