



Heinrich Böll

## Selbstsicher ins Rampenlicht

Veranstaltungsort  
Augustinerkloster  
Augustinerstraße 10  
99084 Erfurt  
<http://www.augustinerkloster.de>

Ihre Anmeldung  
richten Sie bitte bis **spätestens 08.04.2016**  
per E-Mail bzw. mit dem beigefügten  
Anmeldeabschnitt an die

Heinrich-Böll-Stiftung Thüringen e.V.  
Trommsdorffstr. 5  
99084 Erfurt  
Tel.: 0361 - 555 32 57  
Fax: 0361 - 555 32 53  
E-Mail: [info@boell-thueringen.de](mailto:info@boell-thueringen.de)

Teilnahmebeitrag  
70 Euro, ermäßigt 35 Euro  
Bitte überweisen Sie den Beitrag bis zum  
**08.04.2016** auf das Konto der HBS Thüringen e.V.

Bank für Sozialwirtschaft  
BIC: BFSWDE33LPZ  
IBAN: DE 5586 0205 0000 0353 3500

# Selbstsicher ins Rampenlicht

## Seminar zum Schreiben und Halten politischer Reden

**16. - 17. April 2016**  
**jeweils 10:00 bis 17:00 Uhr**  
**Augustinerkloster Erfurt**

Heinrich-Böll-Stiftung Thüringen e.V.  
Trommsdorffstr. 5  
99084 Erfurt

(Abschnitt paßt in einen Fensterbriefumschlag)

# Selbstsicher ins Rampenlicht

Eine Rede zu halten, heißt Menschen zu bewegen, sie zu überzeugen, sie aufzurütteln und zu begeistern. Im Unterschied zum Rhetorik-Seminar steht hier der Inhalt einer Rede im Vordergrund. Wie werden Sachinformationen zu lebendigen Worten? Wie gelingt es die Aufmerksamkeit des Publikums zu halten? Wie überzeugt der/die Redner/in die Zuhörer/innen von den eigenen Ideen? Wie wird eine komplizierte Botschaft verständlich?

Es gibt einen ganzen „Werkzeugkasten“, der hilft, diese Effekte zu erreichen. In Form von Wissensvermittlung, Erfahrungsaustausch und praktischen Redeübungen sollen die Teilnehmenden die wichtigsten Instrumente zur Gestaltung einer guten Rede kennen und anwenden lernen.

**Sabine Mutumba** leitet das Seminar. Sie ist Redenberaterin und von 1987 bis 2001 hat sie als Ghostwriter für Politiker/innen verschiedener Parteizugehörigkeiten gearbeitet. Allein in dieser Zeit erstellte sie nach eigenen Angaben rund 1.500 Reden. Seit 2005 ist sie freiberufliche Redenschreiberin. Als Trainerin und systemischer Coach bietet sie zudem rhetorische Vorbereitung an. Ziel ist es, die eigenen Stärken zu erkennen zu einer eigenen, ganz persönlichen Rhetorik zu finden.

## Programm

### 1. Tag: Erfolgreich Reden schreiben

Aufbau einer Rede

- Der Attention Step (ein guter Einstieg)
- Leitthese, Hauptbotschaft, Redeziel
- Redeschluss

Im Anschluss erstellen die Teilnehmenden ein kleines Redemanuskript.

Praktische Übung:

Argumentationsstrategien  
Wie aus Zahlen Bilder werden  
Klare Sprache sprechen  
Überarbeiten des Redemanuskriptes

### 2. Tag: Erfolgreich Reden halten

Selbstwahrnehmung versus Fremdwahrnehmungen:

- Übungen vor der Kamera
- Vortrag der Rede vor der Kamera
- Feedback der Gruppe

Ein guter Start: Übungen gegen das Lampenfieber  
Körpersprache: Übungen, Reflexion, Diskussion  
Übungen aus der Schauspielerschule

## Anmeldung

Verbindliche Anmeldungen können Sie bis zum **08.04.2016** an die Heinrich-Böll-Stiftung Thüringen e.V. unter [info@boell-thueringen.de](mailto:info@boell-thueringen.de) oder der Tel.: 0361/5 55 32 57 richten.

Name: .....

Vorname: .....

Organisation: .....

Anschrift: .....

.....

Tel.: .....

Fax: .....

E-Mail: .....

Der **Teilnehmerbeitrag** beträgt 70 EUR bzw. 35 EUR ermäßigt.

.....

Ort, Datum

Unterschrift