

# POLITIKMANAGEMENT greencampus WEITERBILDUNGSAKADEMIE

0801-15



Quelle: photocase.com/ Miss X/ Eigene Bearbeitung

## Körper-, Stimm- und Sprechtraining

**Ihr Auftritt, bitte!**

19.02.2015, 18:00 Uhr bis 20.02.2015, 18:00 Uhr

Tagungshaus 'Auf dem heiligen Berg', Wuppertal

*Das Seminar wird mit 12 Unterrichtsstunden  
für das PolitikManagement-Zertifikat  
im Bereich Kommunikation anerkannt*

**Veranstaltungsnummer (VA-Nr.): 0801-15**

**Zeitpunkt:**

19.02.2015, 18:00 Uhr bis 20.02.2015, 18:00 Uhr

**Veranstaltungsort:**

Tagungshaus 'Auf dem heiligen Berg'  
Missionsstraße 9a/b, 42285 Wuppertal

**Teilnahmegebühren:** 170€ | **EZ-Zuschlag:** 10€  
inklusive Übernachtung im DZ, Vollpension und  
Seminarunterlagen

Ermäßigungen für Studierende, Arbeitslose, SchülerInnen und  
HeimschlafersInnen auf Anfrage.

**Mit der Anmeldung werden unsere AGB** (einsehbar  
unter [www.boell-nrw.de](http://www.boell-nrw.de)) **angenommen.**

Bitte Überweisung **bis 2 Wochen vor** Seminarbeginn  
unter Angabe des **Namens der Teilnehmerin/des  
Teilnehmers** und der **Veranstaltungs-Nr. 0801-15!**

Für weitere Informationen bitte eine E-Mail senden  
an: [info@boell-nrw.de](mailto:info@boell-nrw.de)

**Das PolitikManagement-Zertifikat**

Im Rahmen unseres Weiterbildungsangebots „Green Campus“ bieten  
wir zur Stärkung der beruflichen und ehrenamtlichen Arbeit das Politik  
Management-Zertifikat an. Für das Zertifikat müssen Sie Seminare im  
Gesamtumfang von 130 Unterrichtsstunden aus den Bereichen *Organi-  
sation, Medien, Kommunikation und Gender/Diversity* (100 Unterrichts-  
stunden) und dem *freien Bereich* (30 Unterrichtsstunden) besuchen.  
Bei Fragen berät unser Team gerne persönlich.

**Bankverbindung der Heinrich Böll Stiftung NRW**

Stadtsparkasse Düsseldorf // Kto: 10 05 52 92 66 // BLZ 300 501 10  
IBAN: DE 06 3005 0110 1005 5292 66 // SWIFT-BIC: DUSSEDEXXX

HEINRICH BÖLL STIFTUNG



NORDRHEIN-WESTFALEN

Graf-Adolf-Straße 100 // 40210 Düsseldorf // T. 0211 - 93 65 08-0

[www.boell-nrw.de](http://www.boell-nrw.de)

[info@boell-nrw.de](mailto:info@boell-nrw.de)

[www.greencampus.de](http://www.greencampus.de)

Heinrich Böll Stiftung NRW  
Graf-Adolf-Straße 100  
40210 Düsseldorf

Ihre Angaben werden gemäß Datenschutzgesetz vertraulich behandelt. Wir  
speichern Ihre Angaben in unserer Adressdatenbank, um Sie weiterhin über  
unsere Arbeit zu informieren. Sie können jederzeit der Nutzung Ihrer Daten  
widersprechen. Die Daten werden dann umgehend gelöscht.

☐ Ich möchte keine weiteren Informationen

Heinrich Böll Stiftung NRW



## Ablaufplan

### 19.02.2015

- Ab 17.30 individuelle Anreise
- 18 Uhr Abendessen, im Anschluss
- Kennen lernen
  - Erwartungen klären
  - kurzer theoretischer Input
  - Übungen zur Körpersprache und Präsenz
- Ca. 21.30 Uhr Abschluss des Programms, dem sich eine gemeinsame, freie Abendgestaltung anschließt

### 20.02.2015

- Ab 8.00 Uhr Frühstück
- Ab 9 Uhr
- Übungen zu Körpersprache Stimm- und Sprechtraining
  - theoretischer Input zur Rede/Präsentation
  - Redeübungen: key visuals, Statements
- 12.30 Uhr Mittagessen
- Improvisation und Small Talk
  - authentische Präsentation durch Storytelling, Heldenreise
  - Rede-Feedback
- 17.30 Uhr Auswertung, Feedback und Abschluß

## Seminar

Politische Arbeit basiert in der Hauptsache auf Kommunikation. So wichtig die fachliche Auseinandersetzung ist, so entscheidend ist auch der Auftritt vor kleinem Publikum oder auf großer Bühne. Ziel ist es, den selbstbewussten, sympathischen und kompetenten Auftritt weiterzuentwickeln. Unsere äußere Wahrnehmung kann über die eigene Körpersprache und Stimme gesteuert und positiv beeinflusst werden. Doch wie verbessere ich meine Art zu sprechen und meine Körpersprache, ohne gestellt zu wirken?

In unserem Seminar analysieren wir die persönliche authentische Wirkung.

## Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an ehrenamtlich Aktive, die durch ihr Engagement oft bei öffentlichen Veranstaltungen teilnehmen und sich dabei – und in anderen sozialen Situationen – sicherer fühlen möchten.

## Seminarinhalte

- Grundlagen der Körpersprache, Stimm- und Sprechtechnik
- Körper- und Raumpräsenz – Wirkräume schaffen
- Den eigenen Präsentationsstil erkennen und professionell stärken
- Vor unterschiedlichen Gruppen überzeugen
- Glaubwürdig präsentieren durch narrative Methoden

## Methoden

- Impulsreferat
- Einzel- und Gruppenübungen
- Gruppendiskussion
- Improvisationsübungen

Bei allen Übungen, auch des Schauspieltrainings, stehen Eigenwahrnehmung und Reflektion im Vordergrund.

## Referent\*in

**Edith Börner** ist SchauspielerIn, Kabarettistin und Trainerin für Stimme, Körpersprache und Rhetorik. Sie absolviert seit 1985 Auftritte mit eigenem Repertoire und lehrt an der FH Köln Schlüsselqualifikationen.

Hiermit melde ich mich an:

Name	Institution/Organisation		dienstlich	
Adresse			privat	
Telefon				
E-Mail				
Ich erkenne die AGB (einzusehen unter <a href="http://www.boell-nrw.de">www.boell-nrw.de</a> ) an. Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____				

Seminar	Körper-, Stimm- und Sprechtraining
Ihr Auftritt, bitte!	
Nummer	0801-15
Ort	Tagungshaus 'Auf dem heiligen Berg', 42285 Wuppertal
Per Mail	info@boell-nrw.de
Per Fax	
o Doppelzimmer (Standard) o Einzelzimmer (Aufpreis, soweit verfügbar) o keine Übernachtung erforderlich o Ich zahle den ermäßigten Beitrag (laut AGB) o Ich möchte vegetarisch essen o Ich möchte vegan essen	