

30159 Hannover  
Stiftung Leben und Umwelt  
Renate Steinhoff  
Warmbüchenstr. 17

## Qualifizierungsseminare – für junge engagierte Menschen bis 30 Jahre

Über das Jahr verteilt bieten wir speziell für junge politisch engagierte Menschen bis ca. 30 Jahre eine Seminarreihe zu den Grundfragen des Politik-, Projekt- und Selbstmanagements an. Das Engagement in (politischen) Gruppen, Vereinen und Verbänden ist nicht immer einfach – oft genug bremsen verschiedenste Hindernisse Spaß und Erfolg bei Aktionen und Projekten.

Mit unseren sieben Seminaren möchten wir Euch deshalb eine Fortbildung in den folgenden Bereichen anbieten:

- // Was macht ein gelungenes Projekt aus?
- // Wodurch gelingt mir gute Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit?
- // Wie plane ich meine Zeit sinnvoll und motiviere mich?
- // Wie überzeuge ich mit Stimme und Körpersprache?
- // Was steckt hinter einer effektiven Diskussionsleitung?
- // Wie entwickle ich eine wirkungsvolle Rede?
- // Wie gehe ich mit Konflikten um?

### **Stiftung Leben & Umwelt - Heinrich Böll Stiftung Nds.**

Warmbüchenstr. 17, 30159 Hannover  
Tel.: 0511-301857-0, Fax: 0511-301857-14  
Email: [info@slu-boell.de](mailto:info@slu-boell.de), [www.slu-boell.de](http://www.slu-boell.de)

**Kosten:** pro Seminar: 65,00 Eur, erm. 45,00 Eur  
*inkl. Verpflegung/Unterkunft*

Bei Buchung der ganzen Reihe:                   390,00 Eur  
   270,00 Eur erm.

**Zahlungsweise:** Ich ermächtige Sie, den Teilnahmebeitrag von meinem unten angegebenen Konto einzuziehen.

#### **Einzugsermächtigung:**

KontoinhaberIn: .....

Konto-Nummer: .....

Geldinstitut/Ort: .....

Bankleitzahl: .....

Datum/Unterschrift: .....

## SEMINARE 2010 in Niedersachsen

# FIT FOR POLITICS

## Jung – Engagiert – Erfolgreich in Politik, Vereinen und Verbänden

Qualifizierungsseminare für junge Erwachsene

#### **Termine:**

06.-07. März	Projektmanagement
10.-11. April	Presse-/Öffentlichkeitsarbeit
08.-09. Mai	Zeit- /Selbstmanagement
19.-20. Juni	Stimme und Körpersprache
11.-12. Sept.	Sitzungen leiten
09.-10. Okt.	Wirkungsvolle Rede
06.-07. Nov.	Konfliktmanagement

#### **Seminarort:**

Gleisdreieck e.V.  
Tagungshaus und politisch-kulturelles Zentrum  
Borriesstr. 28, 30519 Hannover  
[www.gleisdreieck.org](http://www.gleisdreieck.org)  
in Kooperation mit dem VNB-Niedersachsen

## **SEMINAR I - Projektmanagement**

Das erfolgreiche Planen und Durchführen von Aktionen, Kampagnen oder dem nächsten Wahlkampf mithilfe von Projektmanagement ist Ziel dieser Fortbildung. Du lernst die Instrumente des Projektmanagements kennen und trainierst anhand eigener Beispiele die Fragen: Was sind die Merkmale von Projekten? Welche Phasen der Projektarbeit gibt es? Wie definiere ich einen Projektauftrag? Was ist ein Projektstrukturplan? Das Seminar hilft dir dabei, Phasen von Projekten abzubilden, Ihre Ziele zu überprüfen und mit „Meilensteinen“ zu arbeiten.

<i>1 Zertifikat-Modul</i>	s. Green Campus, <a href="http://www.greencampus.de">www.greencampus.de</a>
06.-07.06.	Sa., 10:00 – 20:00 & So., 10:00 – 14:00
Trainer:	Jens Krey, Kommunikationstrainer
Anm. bis:	05.02.2010

## **SEMINAR II – Erfolgreiche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit**

Politik und Gesellschaft leben von der Wahrnehmung in den Medien. Eine erfolgreiche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit entscheidet heute mehr denn je über die Akzeptanz eines einzelnen Projekts oder einer ganzen Organisation. Dieses Seminar befasst sich mit den Rahmenbedingungen journalistischer Arbeit und den wichtigsten Instrumenten der PR. In praktischen Übungen und Gruppenarbeiten werden PR-Konzepte für die eigene berufliche Situation entwickelt. Welche Instrumente eine erfolgreiche Pressearbeit versprechen, steht dabei im Mittelpunkt. Die Teilnehmenden vertiefen ihr Verständnis für die Abläufe in einer Redaktion und lernen praktisch, wie gute Beziehungen zu Journalisten\_innen und Redakteur\_innen aufgebaut werden können.

<i>1 Zertifikat-Modul</i>	s. Green Campus, <a href="http://www.greencampus.de">www.greencampus.de</a>
10.-11.04.	Sa 10:00 – 20:00 & So 10:00 – 14:00
Trainerin :	Frauke Ganswind, Journalistin
Anm. bis:	12.03.2010

## **SEMINAR III – Zeit- und Selbstmanagement**

Sich auf das Wesentliche zu konzentrieren, ist ein Schlüssel auf dem Weg zum persönlichen Erfolg. Deshalb sind Methoden des Zeitmanagements eine wichtige Voraussetzung für effektives Arbeiten. In diesem Seminar wird gemeinsam mit den Teilnehmenden die alltägliche berufliche Praxis auf den Einsatz des kostbaren Faktors „Zeit“ überprüft. In Einzel- und Gruppenarbeit werden Anregungen für eine realistische Zeitplanung gegeben, damit Ressourcen sinnvoll eingesetzt werden können.

Die Teilnehmenden lernen, wie sie sich auf das Wesentliche konzentrieren, ihre Ziele erkennen und Prioritäten setzen können. Dazu werden Planungshilfen erarbeitet, die dauerhaft unterstützend zur Verfügung stehen.

<i>1 Zertifikat-Modul</i>	s. Green Campus, <a href="http://www.greencampus.de">www.greencampus.de</a>
08.-09.05.	Sa 10:00 – 20:00 & So 10:00 – 14:00
Trainer:	Rasmus Grobe, Trainer / Projektentwickler
Anm. bis:	16.04.2010

## **SEMINAR IV – Mit Stimme und Körpersprache überzeugen**

Das Seminar zeigt dir, wie du mit sicherer Stimme und gezieltem Einsatz von Körpersprache deine Inhalte überzeugend kommunizieren kannst. Du wirst mit Methoden und Techniken vertraut gemacht, die es dir ermöglichen, Inhalte von Reden mit Stimme und Körpersprache positiv zu verstärken.

Das Seminar unterstützt dich dabei, Körperhaltung zur Unterstützung beim Sprechen bewusst einzusetzen, Sprechtempo, Stimmhöhe und -tiefe und Artikulation optimal zu gestalten und sich gezielt auf Präsentationen vorzubereiten.

<i>1 Zertifikat-Modul</i>	s. Green Campus, <a href="http://www.greencampus.de">www.greencampus.de</a>
19.-20.06.	Sa., 10:00 – 20:00 & So., 10:00 – 14:00
Trainerin:	Heike Kelm, Pädagogin / Kabarettistin
Anm. bis:	21.05.2010

## **SEMINAR V – Sitzungen und Diskussionen effektiv leiten**

Wer kennt sie nicht: endlose Sitzungen, die ohne Ergebnis enden? Echte Zeiträuber! Oder andersherum: vor lauter Leitung kommt niemand recht zu Wort? Wie es gelingen kann, transparent, demokratisch und ergebnisorientiert Diskussionen zu leiten, vermittelt dieses Seminar. Was sind Aufgaben der Diskussionsleitung? Wie können Sitzungen optimal vorbereitet und strukturiert werden? Wichtiges Handwerkszeug sind dabei Moderationsmethoden, die eine Diskussionsleitung wesentlich vereinfachen und den Umgang mit gruppendifferenziellen Prozessen erleichtern. In Situationssimulationen werden zentrale Techniken praktisch erprobt. Die Teilnehmenden entwickeln ein Verständnis für die professionelle Vorbereitung, Durchführung und Ergebnissicherung von Diskussionen und Sitzungen.

<i>1 Zertifikat-Modul</i>	s. Green Campus, <a href="http://www.greencampus.de">www.greencampus.de</a>
11.-12.09.	Sa., 10:00 – 20:00 & So., 10:00 – 14:00
Trainerin:	Silke Inselmann, Kommunikationstrainerin
Anm. bis:	13.08.2010

## **SEMINAR VI – Die wirkungsvolle Rede**

Politik ist immer auch Überzeugungsarbeit. Das Seminar unterstützt dich, überzeugende kleine Stegrefreden, Stichpunktreden aber auch ausformulierte Reden zu gestalten. Du erfährst, durch den gezielten Einsatz von Wortwahl, Stimme und Körpersprache Akzente zu setzen. Praktische Übungen mit Videoeinsatz ermöglichen es, deinen eigenen Stil zu erkennen und diesen auszubauen. Gemeinsam wird erarbeitet, wie Redebeiträge wirkungsvoll gestaltet und individuelle Vortragsstile entwickelt werden können. Gleichzeitig wird die notwendige Sicherheit in Redesituationen und im Umgang mit Lampenfieber gewonnen.

<i>1 Zertifikat-Modul</i>	s. Green Campus, <a href="http://www.greencampus.de">www.greencampus.de</a>
09.-10.10.	Sa., 10:00 – 20:00 & So., 10:00 – 14:00
Trainerin:	Michaela Krey, Kommunikationstrainerin
Anm. bis:	10.09.2010

## **Seminar VII – Konfliktmanagement**

Konflikte lämmen Gruppen. Doch das muss nicht so sein. Wann und wie werden Auseinandersetzungen fruchtbare? Wie kann man Situationen klären, in denen es scheinbar nur noch ein Knäuel aus verletzten Eitelkeiten, Missverständnissen und gegenseitigen Vorwürfen gibt? Wie sehen Lösungen ohne Verlierer\_innen aus? Anhand realer Fallbeispiele analysierst du dein eigenes Konfliktverhalten und erkennst, wie Spannungen in Teams und Gruppen entstehen, wie ihnen systematisch vorgebeugt werden kann und wie du mit Konflikten konstruktiv umgehen kannst.

<i>1 Zertifikat-Modul</i>	s. Green Campus, <a href="http://www.greencampus.de">www.greencampus.de</a>
06.-07.11.	Sa., 10:00 – 20:00 & So., 10:00 – 14:00
Trainer:	Achim Donsbach, zert. Systemischer Coach
Anm. bis:	08.10.2010