

## **Souveräner Auftritt mit Stil!** **Seminar für auftrittserfahrene Kommunalpolitiker\_innen**

### **Tagungsort und Unterbringung:**

Gustav-Stresemann-Institut  
Langer Grabenweg 64  
53175 Bonn

### **Anmeldung und Information:**

**Jennifer Heinzen**  
Friedrich-Ebert-Stiftung  
KommunalAkademie  
Godesberger Allee 149  
53175 Bonn  
☎ 0228/ 883-7128  
Fax 0228/ 883-9223  
[jennifer.heinzen@fes.de](mailto:jennifer.heinzen@fes.de)

Seminarnummer: 17580019

Teilnahmezuschale: **€ 60,00**

Die Teilnahmezuschale schließt Programm, Unterkunft und Verpflegung ein.

Bei Fragen zur barrierefreien Durchführung der Veranstaltung wenden Sie sich bitte an uns.

### **Seminarablauf:**

Um im ehrenamtlichen Engagement erfolgreich zu sein, müssen Sie auch als Persönlichkeit „gut ankommen“. Ob es gelingt, Menschen für eine Idee zu gewinnen und zu überzeugen, hängt oftmals auch vom Auftreten ab. Das Bild, welches Sie nach außen abgeben, sollte zu dem passen, was Sie vertreten. Sie wirken glaubwürdig, wenn Sie souverän und authentisch auftreten. Dazu gehört auch Ihr Outfit, Ihre Kleidung. In diesem Seminar geht es darum, wie Sie in der Öffentlichkeit wirken und wie Sie sich in Ihrem Engagement glaubwürdig präsentieren können. Dazu trainieren Sie verschiedene Auftrittssituationen und üben den Umgang mit Nervosität und Lampenfieber.

**NEU** in diesem Seminar: Stilberatung durch die Imagedramaturgin Silke Frink

Freitag, 05. Juli 2019

ab 17:00	Anreise
18:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Begrüßung,</li><li>• „Erwartungen und Befürchtungen“</li><li>• Einführung in das Seminarprogramm</li></ul>
19:00	Abendessen
20:00	Inhaltliche Einführung
21:00-22:00	Auftrittsübung: „Was hat Lorient mit Kommunalpolitik zu tun?“

Samstag, 06. Juli 2019

09:00	„Sicheres Auftreten“: Was unser Körper über uns erzählt
11:00	„Sicher Reden“: Wie wir inhaltlich sicher wirken
12:30	Mittagessen
13:30	<b>Meine Rede, Mein Outfit!</b> Auftritt vor der Kamera : Kurzvortrag, Kameraaufzeichnung und anschließende Auswertung
14:30	Die Goldenen Regeln des optischen Auftritts
15:30	<b>Was zieh' ich bloß an?</b> Kleingruppenberatung und Feedback zur optischen Präsentation von Frauen und Männern
17:30 – 18:00	Zusammenfassung der Ergebnisse und Feedback  anschließend Abreise

**Seminarleitung:** **Björn Walden**, Heidelberg  
**Silke Frink**, Königswinter

**Verantwortlich:** **Anne Haller**, Leiterin der KommunalAkademie