

## ARGUMENTATIONSTRAINING FÜR FRAUEN DIE EIGENE POSITION SELBSTBEWUSST VERTRETEN!

Um andere in Diskussionen und Gesprächen zu überzeugen, braucht es mehr als Wissen und inhaltlich gute Vorbereitung. Gerade Frauen treten oft zögerlich auf und geraten gerade in gemischtgeschlechtlichen Zusammenhängen oft ins Hintertreffen.

**Schwerpunkte sind:** • Kenntnisse zu geschlechtsspezifischen Kommunikationsdynamiken • Reflektion des verbalen und nonverbalen Kommunikationsverhaltens • Selbstbewusst eigene Wirkungsmittel einsetzen

**WANN** | 16./17. AUGUST 2019

**ANMELDUNG BIS** | 02. AUGUST 2019

**TRAINERIN** | GITTI HENTSCHEL, TRAINERIN FÜR SELBSTPRÄSENTATION UND KOMMUNIKATION, EXPERTIN FÜR FEMINISTISCHE ZUGÄNGE UND MITARBEITERFÜHRUNG

## KÖRPER-, STIMM- UND SPRECHTRAINING DER GELUNGENE AUFTRITT

Einen Vortrag halten oder in einer Sitzung sprechen, die Zuhörenden überzeugen oder vielleicht auch begeistern. Mithilfe von Atem, Stimm- und Körperübungen trainieren wir die Präsentation einer Rede und den Umgang mit Lampenfieber.

**Schwerpunkte sind:** • Grundlagen der Stimm- und Sprechtechnik und Körpersprache • Umgang mit Aufregung und Lampenfieber • Den eigenen Präsentationsstil finden und professionell stärken • Arbeit an Inhalt und Struktur eines Vortrags

**WANN** | 30./31. AUGUST 2019

**ANMELDUNG BIS** | 16. AUGUST 2019

**TRAINERIN** | NINA WENIGER, SCHAUSPIELERIN, SKANDINAVISTIN UND RHETORIK-DOZENTIN AN DER HUMBOLDT-UNIVERSITÄT UND DER UNIVERSITÄT DER KÜNSTE IN BERLIN

## GEWALTFREIE KOMMUNIKATION NACH M. ROSENBERG GESPRÄCHE ERFOLGREICH FÜHREN

Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach M. Rosenberg ermöglicht eine verbindende und verständnisorientierte Kommunikation auch in schwierigen Situationen.

**Schwerpunkte sind:** • Grundlagen der gewaltfreien Kommunikation • Konflikte ohne Aggressionen lösen • Wertschätzende Kommunikationsbeziehungen

**WANN** | 13./14. SEPTEMBER 2019

**ANMELDUNG BIS** | 31. AUGUST 2019

**TRAINERIN** | KERSTIN ENGEL, TRAINERIN FÜR GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

## ZEIT- UND SELBSTMANAGEMENT BERUF, FAMILIE UND EHRENAMT IN GUTER BALANCE

Ziel dieses Seminars ist es Beruf, Familie und Ehrenamt, wie politisches Engagement, in Einklang zu bringen und die eigene Zeit gut zu strukturieren.

**Schwerpunkte sind:** • Aufgaben priorisieren und eine realistische Zeitplanung erstellen • Eigene Grenzen setzen und halten • Konstruktiver Umgang mit Konfliktsituationen

**WANN** | 25./26. OKTOBER 2019

**ANMELDUNG BIS** | 11. OKTOBER 2019

**TRAINERIN** | SABINE BRUNKE-REUBOLD, MEDIATORIN UND COACH

## PRESSE- UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT PR IM NACHHALTIGKEITSEKTOR WAS CARLOWITZ UNS RATEN WÜRDE

„Schlage nur so viel Holz ein, wie der Wald verkraften kann!“ So formulierte Hans-Carl von Carlowitz 1713 das erste Mal das Prinzip der Nachhaltigkeit. Seitdem hat sich der Nachhaltigkeitsgedanke weiterentwickelt und ist zu einem Leitbild unserer Gesellschaft geworden.

**Schwerpunkte sind:** • Grundlagen der richtigen Zielgruppenansprache • Einsatz unterschiedlicher Presseformate • Besondere Herausforderungen der Pressearbeit im Nachhaltigkeitssektor

**WANN** | 15./16. NOVEMBER 2019

**ANMELDUNG BIS** | 01. NOVEMBER 2019

**TRAINERIN** | FRAUKE GANSWIND, TRAINERIN FÜR PRESSE- UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

## SEMINARINFORMATIONEN

### ANMELDUNG

Stiftung Leben & Umwelt / Heinrich-Böll-Stiftung Niedersachsen  
Tel.: 0511-301857-0, Email: info@slu-boell.de,  
Warmbüchenstr. 17, 30159 Hannover, www.slu-boell.de

### SEMINARZEITEN

Freitag: 15:00 – 20:30 Uhr (7 Unterrichtsstunden)  
Samstag: 10:00 – 17:30 Uhr (9 Unterrichtsstunden)  
Gesamt 16 Unterrichtsstunden

### KOSTEN

Pro Seminar 50 €, Verpflegung inklusive | Ermäßigung auf Anfrage  
**Wichtig:** Sie erhalten nach Anmeldung eine Rechnung. Die Anmeldung ist erst dann verbindlich, wenn die Seminargebühr auf unserem Konto eingegangen ist.

### RÜCKTRITTSBEDINGUNGEN

Ein kostenfreier Rücktritt ist bis zum Anmeldeschluss möglich. Danach kann die Seminargebühr nur erstattet werden, wenn es gelingt, einen Ersatz zu finden.

### SEMINARORT

Jugendherberge Hannover  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 1, 30169 Hannover  
Telefon: 0511-1317674, Email: hannover@jugendherberge.de  
Der Veranstaltungsraum ist barrierefrei erreichbar.  
Bei Fragen zur barrierefreien Durchführung der Veranstaltung wenden Sie sich bitte an uns unter info@slu-boell.de.

### UNTERKUNFT

Die Jugendherberge bietet Übernachtungsmöglichkeiten. Diese sollten rechtzeitig und auf eigene Kosten gebucht werden. Kontakt s.o.

Die Seminarreihe findet in Kooperation mit dem **VNB Niedersachsen** statt.  
www.vnb.de



Verein Niedersächsischer  
BILDUNGINITIATIVEN e.V.

### POLITIKMANAGEMENT-ZERTIFIZIERUNG ÜBER GREENCAMPUS

GreenCampus ist die Weiterbildungsakademie in der Heinrich-Böll-Stiftung und der mit ihr verbundenen Landesstiftungen. GreenCampus bietet Seminare und Coachings in den Bereichen Politikmanagement, Mitarbeiter\*innenfortbildung, Gender-Kompetenz und Diversity an.

Bei Interesse anfragen unter: Schumannstr. 8 | 10117 Berlin  
Tel.: 030-28534-118 | info@greencampus.de | www.greencampus.de

## FIT FOR POLITICS 2019 QUALIFIZIERUNGSSEMINARE



Im Rahmen von greencampus  
Weiterbildungsakademie der  
Heinrich-Böll-Stiftung

**greencampus**  
weiterbildung | politik | management

## POLITISCH | ENGAGIERT | ERFOLGREICH FÜR EHREN- UND HAUPTAMTLICHE IN POLITIK, VEREINEN UND VERBÄNDEN

Menschen, die sich in Politik, Vereinen und Verbänden engagieren, zeigen in besonderer Weise bürgerschaftliches Engagement und gesellschaftspolitische Verantwortung. Dieses Engagement ist jedoch nicht immer einfach in konkrete Arbeit umzusetzen. Wer Erfolg und Spaß in Gremien, bei Projekten, Aktionen oder Kampagnen haben möchte, steht immer wieder vor Herausforderungen.

### MIT DEN FOLGENDEN SEMINAREN BIETEN WIR HANDWERKSZEUG ZU FOLGENDEN THEMEN:

- Wie schreibe ich wirkungsvolle Texte?
- Wie leite ich erfolgreiche Sitzungen und Diskussionen?
- Wie argumentiere ich richtig gegen antifeministische Angriffe?
- Was hilft mir dabei, eine überzeugende Rede zu halten?
- Wie kann ich Videos für die politische Arbeit nutzen?
- Wie kläre ich Konflikte wirksam und verhindere eine Eskalation?
- Wie analysiere ich Medien und entlarve Fake News?
- Wie kann ich als Frau wirkungsvoll und selbstbewusst argumentieren?
- Wie setze ich Körper und Stimme richtig und wirkungsvoll ein?
- Wie kommuniziere ich optimal und gewaltfrei?
- Wie bringe ich Beruf, Familie und Ehrenamt ins Gleichgewicht?
- Wie verschaffe ich mir Aufmerksamkeit in Presse und Öffentlichkeit?

Die Stiftung (SLU) fördert die Diskussion einer Gesellschaftspolitik nach ökologischen, basisdemokratischen und gewaltfreien Grundsätzen. Die Aufgabe der SLU ist es, zwischen unterschiedlichen gesellschaftlichen Gruppen und dem grün-nahen Spektrum Raum für Diskussion, Begegnung und Austausch zu schaffen.

Unser Angebot umfasst nichtstaatliche politische Bildung zu zahlreichen Themen in Form von Vorträgen, Lesungen, Seminaren, Kongressen und Ausstellungen.

## TEXTE SCHREIBEN, DIE ANKOMMEN KREATIV UND TREFFEND SCHREIBEN...

Gute Texte sind stimmig, gut lesbar und die Botschaft kommt an. Das Seminar vermittelt, wie komplexe Fachinhalte in flüssige Texte gegossen werden – vom Ankündigungstext bis zum Hintergrundpapier.

**Schwerpunkte sind:** • Botschaften herausfiltern • Gut lesbare Textplanen • verschiedene Textsorten strukturieren • Regeln für verständliche Texte lernen • Arbeitstechniken im Schreibprozess erfassen

WANN | 16./17. Februar 2019

ANMELDUNG BIS | 02. Februar 2019

TRAINERIN | GERLINDE GEFFERS, DOZENTIN FÜR JOURNALISTISCHES UND BERUFLICHES SCHREIBEN

## SITZUNGS- UND DISKUSSIONSLEITUNG EFFEKTIV, GEORDNET UND ERGEBNISORIENTIERT...

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?

**Schwerpunkte sind:** • Aufgaben der Diskussionsleitung • Strategien für eine optimale Diskussionsleitung • Entwickeln von Verständnis für die professionelle Vorbereitung • Durchführung und Ergebnissicherung von Diskussionen und Sitzungen

WANN | 08./09. MÄRZ 2019

ANMELDUNG BIS | 24. FEBRUAR 2019

TRAINERIN | SILKE INSELMANN, MODERATORIN UND FÜHRUNGSKRÄFTETRAINERIN

## HALTUNG ZEIGEN! ARGUMENTIEREN GEGEN ANTIFEMINISMUS

„Genderwahn – Frühsexualisierung – Umerziehung!“ Nicht nur in rechts-konservativen Kreisen wie der AfD werden gezielte Angriffe auf Feminis-

mus und geschlechterpolitische Errungenschaften zunehmend salonfähig. Dieser Kampf um Deutungshoheit stellt unsere Gesellschaft und insbesondere Menschen aus Politik und Bildungsarbeit vor große Herausforderungen.

**Schwerpunkte sind:** • Vermittlung von Wissen und Kompetenzen im Bereich Antifeminismus • Training für den Umgang mit antifeministischen Aussagen • Stärkung und Sichtbarmachung der eigenen Haltung und Argumentationssicherheit • Entwicklung einer souveränen Haltung und Position

WANN | 29./30. MÄRZ 2019

ANMELDUNG BIS | 15. MÄRZ 2019

TRAINERINNEN | LISA GUTSCHE, MA GENDER, MEDIA AND CULTURE, BA SOZIALWISSENSCHAFTEN UND GENDER STUDIES, FRAUKE BÜTTNER, DIPLOMPOLITOLOGIN UND FREIBERUFLICHE MODERATORIN

## REDE- UND MEDIENTRAINING WIRKUNGSVOLL UND SOUVERÄN VOR PUBLIKUM SPRECHEN!

Politik ist immer auch Überzeugungsarbeit. Dieses Seminar unterstützt die Gestaltung kurzer Stegreifreden sowie die Entwicklung überzeugender Vorträge.

**Schwerpunkte sind:** • Strategien, um Aufmerksamkeit zu erhöhen und Akzente zu setzen • Redebeiträge wirkungsvoll und zielgruppengerecht zu formulieren • Prägnanter und souveräner zu wirken • Grundlagen zur Vorbereitung und zum stilistischen Aufbau einer Rede.

WANN | 26./27. APRIL 2019

ANMELDUNG BIS | 12. APRIL 2019

TRAINER | ACHIM DONSBACH, PERSÖNLICHKEITS- UND KOMMUNIKATIONSTRAINER

## VIDEOS IN DER POLITISCHEN ARBEIT VIDEOS UND SOCIAL MEDIA – EIN GUTER AUFTRITT

Videoworkshop – Politik in bewegten Bildern: Im Workshop wird gezeigt, warum Videos als Medium zur Kommunikation von Politik sinnvoll sind und wie sie mit Hilfe von einfachen Mitteln produziert werden können.

**Schwerpunkte sind:** • Entwicklung von der Idee zum fertigen Produkt • Werkzeuge für PR-Videos kennenlernen • Vermarktung der Videos

WANN | 10./11. MAI 2019

ANMELDUNG BIS | 26. APRIL 2019

TRAINER | HENDRIK DRÖSSLER, TRAINER UND PRODUZENT VON VIDEOS FÜR POLITIKER\*INNEN UND VERBÄNDE

## KONFLIKTLÄRUNG IN TEAMS UND IN POLITISCH ENGAGIERTEN GRUPPEN

Konflikte gehören zum politischen Alltag, auch innerhalb der eigenen Gruppe/Teams. Werden sie nicht konstruktiv genutzt und bearbeitet entstehen oft kräftezehrende Spannungen und Blockaden. Nachhaltiges politisches Engagement braucht Kompetenzen in Konfliktbearbeitung und den Aufbau einer konstruktiven Konfliktkultur.

**Schwerpunkte sind:** • Grundlagen zu Konflikt und Eskalation • Das eigene Konfliktverhalten reflektieren und Deeskalationsstrategien entwickeln • Konflikte interessenorientiert bearbeiten • Konflikten Raum geben und als Chancen zur Entwicklung nutzen

WANN | 07./08. JUNI 2019

ANMELDUNG BIS | 24. MAI 2019

TRAINER | KAROL SABO, MEDIATOR UND AUSBILDER FÜR MEDIATION

## MEDIEN & FAKE NEWS ANALYSIEREN DYNAMIKEN ERKENNEN UND FAKE NEWS ENTLARVEN

Die Kommunikationsform hat sich insbesondere durch die sozialen Medien rasant entwickelt. Immer öfter wird vor Fake News gewarnt. Doch was steckt eigentlich dahinter? Und wie können wir damit umgehen?

**Schwerpunkte sind:** • Medienlandschaft in Deutschland • Funktionen der Medien für die Gesellschaft • Reflektion über Verhältnis von Medien und Politik • Verändertes Kommunikationsverhalten durch Social Media • Merkmale von Fake News und Tools zum Faktenchecken kennenlernen

WANN | 21./22. JUNI 2019

ANMELDUNG BIS | 07. JUNI 2019

TRAINERIN | LAUREN MITYORN, TRAINERIN FÜR SOCIAL MEDIA UND FAKE NEWS

