



Bundesverband der  
Mütterzentren e.V.



**„Möge die Macht mit dir sein!“**

**Wirkungsvolles Auftreten und starke Kommunikation**

Praktissima-Verleihung und Bundesverbandstreffen





## Praktissima-Verleihung

Freitag, den 3. November 2023

16.00 - 21.00 Uhr

Feierliche Verleihung des Praktissima-Preises zum Thema:  
Sisterhood in Mütterzentren - wie wir Frauen stärken.

### Programm

16.00 Uhr **Ankommen**

16.30 Uhr **Begrüßung**

16.45 Uhr **Praktissima-Verleihung**

19.00 Uhr **Abendessen**

Die Praktissima wird gefördert durch





## „Möge die Macht mit dir sein!“ Wirkungsvolles Auftreten und starke Kommunikation

hybrides Bundesverbandstreffen

Samstag, den 4. November 2023

9.00 - 15.30 Uhr

„Möge die Macht mit dir sein!“ Diese Formel gilt nicht nur für Jedi-Ritter, sondern auch für uns, denn wir wollen wirkungsvoll auftreten, um unsere Ziele zu erreichen. Das geht dann, wenn wir die Spielregeln kennen und beherrschen. Alles, was ihr über Machtspiele, Stimme, Körpersprache und Dresscodes wissen müsst, erfahrt ihr von unseren hammerstarken Referentinnen auf unserem Fachtag.

Und auch die Kolleginnen, die digital teilnehmen, kommen auf ihre Kosten: Mit einem Workshop über erfolgreiches Auftreten in Videokonferenzen.

**Workshop 1: Mit unserer Stimme im Einklang**  
Die Musicaldarstellerin und Gesangspädagogin Simone Voicu-Pohl zeigt uns, wie wir unser stimmliches Potenzial mit einfachen Übungen voll ausschöpfen können.

**Workshop 2: Körpersprache und Auftreten**  
Wie schaffen wir es, Körpersprache zu durchschauen und unbewusste Botschaften zu enthüllen? Wie setzen wir Gestik, Mimik und Haltung geschickt ein? Die pensionierte Ermittlerin Ingrid Degen vermittelt uns kurzweilig Grundkenntnisse über Wirkung und Wahrnehmung, damit uns eine optimale Selbstpräsentation im gelingt.

**Workshop 3: Dresscode und Wirkung**  
Uns in unserer Kleidung wohlfühlen, ist die Voraussetzung für die Wahl unseres Outfits. Das gilt auch für Situationen, in denen wir uns professionell präsentieren möchten, um zu überzeugen. Wie wir das hinbekommen und welche Macht Kleidung und Farben haben, zeigt uns Stilberaterin Christiane Dierks.

**Workshop 4: Wirkungsvolles Auftreten in digitalen Meetings (online)**  
In diesem Workshop präsentiert uns Jana Piske, Gründerin von fairlinked, wie wir in Videokonferenzen eine Atmosphäre schaffen, die Vertrauen und eine tiefe Verbundenheit fördert. Gleichzeitig lernen wir Strategien, um auch virtuell einen positiven und professionellen Eindruck zu hinterlassen.

### Programm

- 9.00 Uhr **Ankommen**
- 9.15 Uhr **Begrüßung**
- 9.45 Uhr **Machtspiele erkennen**
- 11.15 Uhr **Workshops**
- 13.00 Uhr **Mittagessen**
- 14.00 Uhr **Highlights der Workshops**
- 15.00 Uhr **Hausführung**
- 15.30 Uhr **Ende der Veranstaltung**

Das Bundesverbandstreffen wird gefördert durch



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

## Informationen zur Anmeldung

### Teilnahmebeitrag für beide Veranstaltungstage

20,00 Euro/Person für Mitgliedsorganisationen

35,00 Euro/Person für Nichtmitglieder

10,00 Euro/Person für Online Teilnehmer\*innen (ausschließlich Samstag)

Der Teilnahmebeitrag für die Präsenzveranstaltung beinhaltet Getränke, Snacks, Abendessen am Freitag und Mittagessen am Samstag

### Reisekostenerstattung

Mitgliedsorganisationen des Bundesverbands können einen Reisekostenzuschuss erhalten. Da die Mittel begrenzt sind, beschränkt sich die Erstattung zunächst auf eine Person pro Mütterzentrum.

Bahnfahrten müssen möglichst preiswert gebucht werden, sonst können wir sie nicht erstatten (kein Flexpreis). Alles weitere zur Erstattung der Reisekosten findet ihr im Merkblatt.

Erstattungen sind nur nach Vorlage des ausgefüllten und unterschriebenen Reisekostenformulars (vor Ort erhältlich) samt Originalbelegen innerhalb von 4 Wochen nach Veranstaltungsende möglich. Bei Fragen zur Abrechnung der Reisekosten wendet euch an Kerstin Tempel ([kerstin.tempel@muetterzentren-bv.de](mailto:kerstin.tempel@muetterzentren-bv.de)).

### Hotelempfehlungen

[Hotel Friesenhof](mailto:reservierung@friesen-hof.de) reservierung@friesen-hof.de

[Hotel Wilhelm Busch](mailto:info@hotel-wilhelm-busch.com) info@hotel-wilhelm-busch.com

Hier haben wir ein kleines Zimmerkontingent unter Stichwort Mütterzentrum 03.11 reserviert (EZ 99 €/Person)

### Kinderbetreuung

Kinderbetreuung wird während der gesamten Veranstaltung (Freitags bis 21 Uhr) angeboten. Bitte den Betreuungswunsch und das Alter der Kinder per E-Mail mitteilen: [kerstin.tempel@muetterzentren-bv.de](mailto:kerstin.tempel@muetterzentren-bv.de)

### Anmeldeschluss

08.11.2022 per E-Mail oder per [Link](#).

### Datenschutz/Fotos

Wir weisen alle Teilnehmenden unserer Veranstaltungen darauf hin, dass Fotos, Audio- und Videoaufnahmen vom Bundesverband der Mütterzentren gemacht und für Dokumentation und Öffentlichkeitsarbeit genutzt werden können.

Mit der Teilnahme an unseren Veranstaltungen erklärt ihr euch damit einverstanden. Bei der Teilnahme an der Onlineveranstaltung kommt die Software Zoom zum Einsatz.

---

### Verantwortlich:

Bundesverband der Mütterzentren e.V.  
Hospitalstr. 10  
65549 Limburg

Tel: 06431 - 217 2456  
E-Mail: [info@muetterzentren-bv.de](mailto:info@muetterzentren-bv.de)

### Veranstaltungsort:

Mütterzentrum Norderstedt e.V.  
Kielortring 51  
22850 Norderstedt

