

**Nina Bürgener (Sozialpädagogin, Autorin, Coach)**

---

lädt ein zum

## **Workshop**

### **„Stimme und Präsenz“ Trau Dich nach vorn - es ist ganz leicht!**

**Donnerstag, 28.07.2022**

11 Uhr bis ca. 15:30 Uhr

+

**Freitag, 29.07.2022**

11 Uhr bis ca. 15:30 Uhr

**(min. 3, max. 6 Teilnehmer/Innen)**

In diesem Workshop wollen wir der Frage nachgehen: Was macht Präsenz aus? Was bedeutet die Stimme dabei?

Spielerisch und kreativ gehen wir auf Entdeckungsreise zum eigenen Potenzial. Es geht hier nicht um verbale Akrobatik oder rhetorische Brillanz, sondern um die Stärkung von Selbstbewusstsein und Körpergefühl und das Erfahren des ganz persönlichen, individuellen Ausdrucks. Es braucht keine Vorkenntnisse sondern vielmehr Neugier auf sich selbst und Experimentierfreude.

Wir nähern uns dem Thema mit gemeinsamen Überlegungen und vor allem anhand von praktischen Übungen, in denen wir erfahren, dass immer unser ganzer Körper „spricht“.

Wir entfalten Möglichkeiten und Wege, wie wir selbstbewusster und vor allem mit Freude auftreten können, im Beruf und auch in ganz alltäglichen Situationen. Denn: In jeder Begegnung entsteht Präsenz!

***Hast Du Lust? Ich würde mich freuen, Dich auf diese  
Entdeckungsreise mitzunehmen!***

Anmeldung bitte unter:  
[buergenernina@alice.de](mailto:buergenernina@alice.de)

**→ Was das leibliche Wohl betrifft, sind wir Selbstversorger. Bitte daher Getränk und eine Stärkung für die Mittagspause (ca. 30 - 40 Min.) mitbringen.**

**Wichtig:** Da wir ohne Maske arbeiten, bitte ein negatives Testergebnis mitbringen. Wer keines hat, kann bei mir einen Schnelltest machen. Dann bitte schon um 10:30 Uhr da sein!