



Starke Stimme im Ehrenamt: souverän überzeugen

Mittwoch, 29.10.2025
17:00 bis 18:30 Uhr
Online via Zoom

Dr. Adriane Schmidt
Akademie für Souveränität



Weiterbildungsreihe
Stark fürs Ehrenamt

Wir stärken das Ehrenamt in Nordrhein- Westfalen!



Landesservicestelle
für bürgerschaftliches Engagement
Nordrhein-Westfalen

**Landesservicestelle
für bürgerschaftliches Engagement**
WISSENSTRÄGERIN. LOTSIN. VERMITTLERIN.
Ein Angebot für Engagierte.

Landesservicestelle für bürgerschaftliches Engagement Nordrhein-Westfalen

- Zentrale Anlaufstelle des Landes für Engagierte und zivilgesellschaftliche Organisationen
- Angebote:
 - Engagement-Portal engagiert-in-nrw.de
 - [Boxenstopp fürs Ehrenamt: Wissen, Tipps und Austausch für Engagierte](#)
 - Servicehotline und E-Mail-Beratung
 - [Engagement-Newsletter](#)



Landes-
servicestelle

Engagement-
Newsletter





Landesservicestelle
für bürgerschaftliches Engagement
Nordrhein-Westfalen

WWW.ENGAGIERT-IN-NRW.DE/LANDESSERVICESTELLE

**Workshops mit praktischen Inhalten, die
engagierte Menschen ganz persönlich für
ihren Einsatz stärken.**
Online und kostenfrei.

Referentin



Dr. Adriane Schmidt
Akademie für Souveränität

Agenda

- Begrüßung
- **Teil I**
 - Impulsvortrag Bausteine
 - Moderierte Fragerunde
- **Teil II**
 - Übungen zum richtigen Einsatz der Stimme
- Feedback und Abschied

Zwei Fragen zum Start

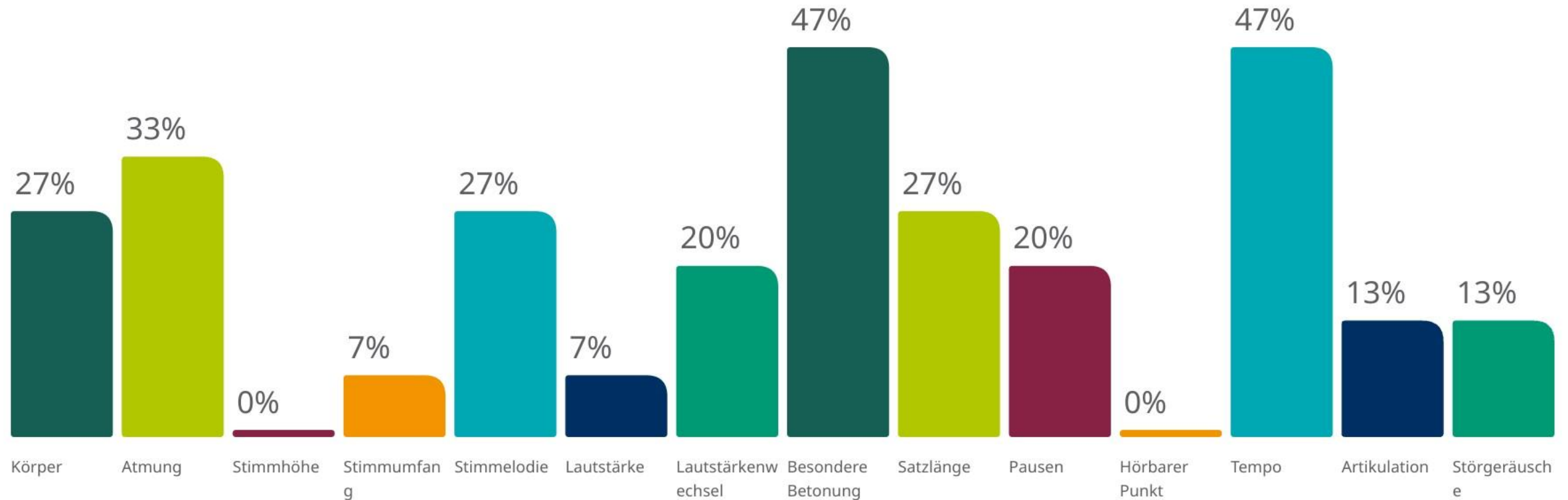
- „Was ist für dich eine starke, souveräne Stimme?“
- „An welchen drei Aspekten möchtest du besonders arbeiten, um deine Stimme zu stärken?“



Was ist für dich eine starke, souveräne Stimme?

ruhig selbstbewusst klar
beherrschend **überzeugend** wichtig
selbstsicherheit spürbar
authentisch **klarheit** klar selbstsicher
klar und deutlich **ruhig** gelassen nicht zitterig
laut deutlich präsent nicht hektisch fesselnd
laut und souverän evtl be
sicheres auftreten entspannt

An welchen drei Aspekten möchtest du besonders arbeiten, um deine Stimme zu stärken?



Eine Frage zum Schluss

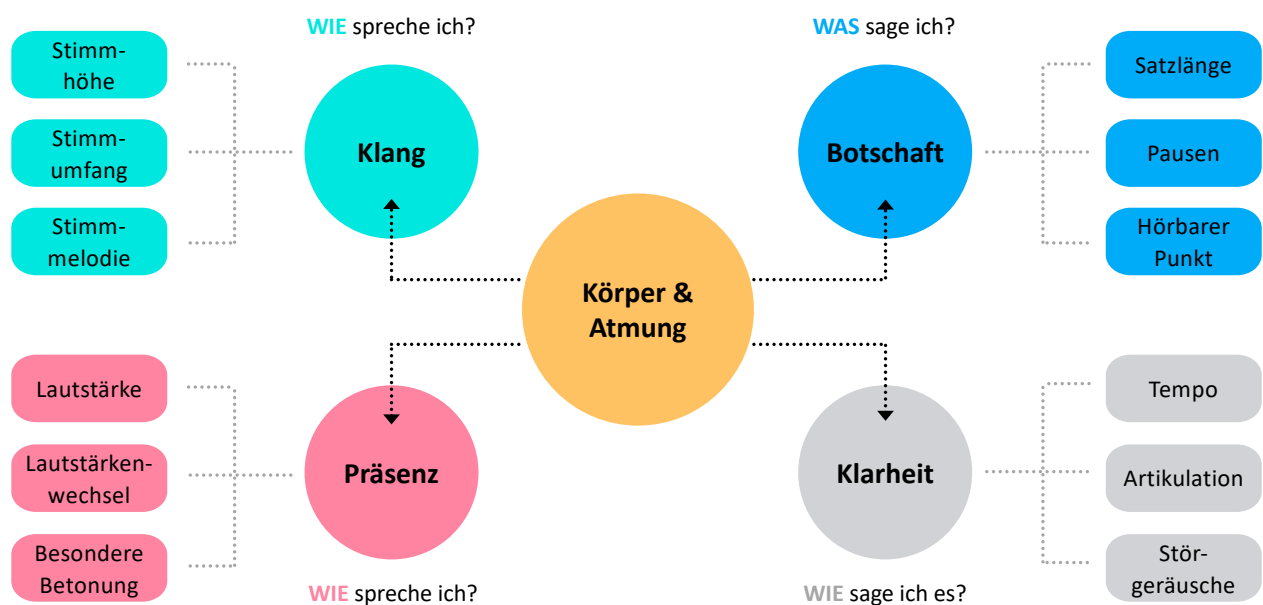
- „Was nimmst du aus der heutigen Veranstaltung mit?“



STARKE STIMME: SO ÜBERZEUGST DU SOVERÄN IM EHRENAMT.

29. Oktober 2025

Bausteine für souveränes & charismatisches Sprechen



 A woman with dark hair tied back, wearing black boxing gloves and a dark tank top, is captured in a powerful boxing stance. She is throwing a punch towards the right side of the frame. The background is a textured, grey concrete wall.

„Bla“-Übung: Übertrage die Bewegungsenergie auf Deine Stimme!

Dr. Adriane Schmidt - Akademie für Souveränität: Starke Stimme im Ehrenamt.

3

 A close-up photograph of a vibrant yellow lily flower with orange-tinted petals and prominent stamens. The background is a soft, out-of-focus green.

Ich spreche stark und mit Power!

Dr. Adriane Schmidt - Akademie für Souveränität: Starke Stimme im Ehrenamt.

4



**Aktiviere regelmäßig Dein Zwerchfell und
nutze Deine Bauchkraft!**

ksch - ksch - hopp!



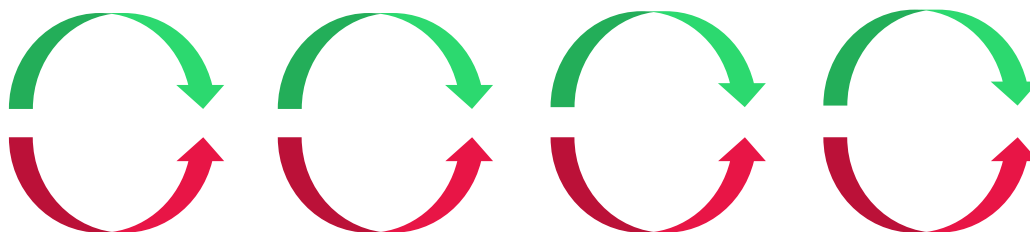
**Für knackige Präsentationen
kassiere ich tosenden Applaus!**

Wie drückt Deine Stimme Klarheit aus?

Bogensätze nutzen - Stimme senken!

BOGEN-SÄTZE

Ein hörbarer Punkt. Der „finale Fall“.



GIRLANDEN-SÄTZE

Lerne Pausen lieben!



A long-exposure photograph of a city street at night. The image shows light trails from cars and a bus on a multi-lane road. In the background, several tall skyscrapers are illuminated with blue and white lights. The overall scene is vibrant and dynamic.

**Du sprichst zu schnell?
Verlängere deine Vokale beim Sprechen.**

Dr. Adriane Schmidt - Akademie für Souveränität: Starke Stimme im Ehrenamt

**Herzlichen
Dank!**



Melde Dich gern für unseren Newsletter an:
<https://akademie-souveraenitaet.de/newsletter/>

Was nimmst du aus der heutigen Veranstaltung mit?

vokale dehnen stimmübungen
super ein guter refresher
fortschritt
mal stärke
im stehen gehts besser einfache übungen
betonung bewusster sprechen pausen
eigene stimme hören
stimme vorwärmen verbesserung
übung macht den meister

Weiterführende Informationen

- Übungen aus der Veranstaltung „Starke Stimme im Ehrenamt“ aus dem vergangenen Jahr: https://veranstaltungen-landesservicestelle-nrw.de/wp-content/uploads/2025/01/F3-019_Praesentation_fuer_Webseite.pdf
- Akademie für Souveränität: <https://akademie-souveraenitaet.de/>

Nächste Veranstaltungen



Vereinssatzung und Vereinszweck – was ist zu beachten?

Donnerstag, 30.10.2025, 12:15–12:50 Uhr



Stark gegen Mobbing im Verein!

Donnerstag, 06.11.2025, 17:00–18:30 Uhr



Kraftvoll engagiert – Resilienz im Ehrenamt

Dienstag, 12.11.2025, 17:00–18:15 Uhr



Im Vereinsvorstand – welche Rechte und Pflichten sind zu beachten?

Mittwoch, 12.11.2025, 17:00–18:30 Uhr



Gemeinsam gegen Rassismus im Ehrenamt (Teil 1)

Donnerstag, 20.11.2025, 17:00–18:30 Uhr



Vereinsmitglieder – welche Rechte und Pflichten haben sie?

Mittwoch, 26.11.2025, 12:15–12:50 Uhr



Alle dabei! Online-Events und – Meetings barrierefrei gestalten

Donnerstag, 27.11.2025, 17:00–18:30 Uhr



Fördermittel für die Gestaltung unserer Dörfer in NRW

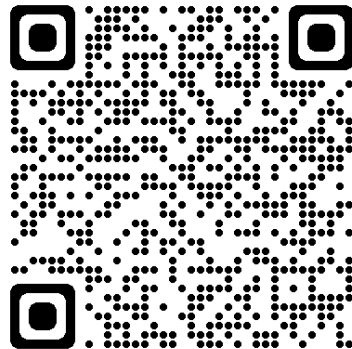
Dienstag, 02.12.2025, 17:00–18:15 Uhr

Soziale Medien

Wir sind auch in den sozialen Medien zu finden:

Facebook:

[@engagiertinnrw](#)



Instagram:

[@engagiert_in_nrw](#)

