

Auftrittspräsenz statt *Lampenfieber*



So bekommen
Sie Redeängste
in den Griff.

Gastvortrag für alle,
die etwas zu sagen
haben!

Maria Staribacher – Expertin
für Bewältigung von Lampenfieber,
Wien

25. September 2018

Einlass 19:00 Uhr, Beginn 19:30 Uhr

Werkbank Heinsberg (in der Kreissparkasse)
Hochstr. 100-102, 52525 Heinsberg

Eintritt:

Gäste 15,- €

Mitglieder 5,- €



Anmeldung/Eintrittskarten unter:

[https://www.xing.com/events/
motivationsvortrag-auftrittspraesenz-
lampenfieber-1974001](https://www.xing.com/events/motivationsvortrag-auftrittspraesenz-lampenfieber-1974001)



Auftrittspräsenz statt *Lampenfieber*



Sie kennen das Gefühl: Im entscheidenden Moment spüren Sie einen Frosch im Hals, Ihre Hände werden feucht, die Knie zittern, die Stimme versagt oder Sie haben ein Blackout? Das muss nicht sein! Sicher, kompetent und gelassen vor anderen sprechen ist kein unerreichbares Ziel.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Lampenfieber entsteht, wie Gedanken, Körper und Gefühle daran beteiligt sind und auf welche Weise Sie Nervosität, Unsicherheit und Redeängste verringern und Präsenz, Wirkung und Ausstrahlung steigern können.

Maria Staribacher

Studium der Theater-, Film- und Medienwissenschaft (BA) an der Uni Wien, Masterstudium Systemisches Coaching an der ESBA, Ausbildungen zur Trainerin, diplomierten Bildungsmanagerin, Lebens- und Sozialberaterin und zum Wingwavecoach, Schauspielerin. Seit über 20 Jahren hält sie Seminare zum Thema Auftreten, Präsentieren, Stimme, Selbstbewusstsein und Mut und führt ihre eigene Coachingpraxis in Wien.

Veranstaltungstipp:

Praxisabend – wir trainieren Auftrittspräsenz

Dazu laden Sie die Unternehmerinnen und Freiberuflerinnen von „Frauen machen Business e.V.“ bei ihrem nächsten Netzwerktreffen **kostenfrei** ganz herzlich ein:

Dienstag, 30.10.2018, 19:30 Uhr
„Werkbank Heinsberg“

www.frauen-machen-business.de

