

## Ausschreibung zur Ausrichtung eines Gleichstellungstages vor Ort: Frauen wachsen über sich hinaus!

Der LandesSportBund Niedersachsen e. V. hat im Jahr 2018 das Pilotprojekt „Gleichstellung vor Ort – die Roadshow“ ins Leben gerufen und erfolgreich durchgeführt. Dieses neue Format hat das Ziel, die aktuellsten Qualifizierungsinhalte und -methoden Frauen in Niedersachsen vor Ort bei den Sportbünden zur Verfügung zu stellen. In 2019 sind es insgesamt 6 Gleichstellungstage bei 6 Sportbünden. Hierfür können Sie sich bewerben.

Eingeladen zu dem jeweiligen Gleichstellungstag sind alle ehrenamtlich engagierten und hauptberuflich tätigen Frauen aus dem Sport sowie die weiblichen Mitglieder der Sportvereine. Der Tag soll darüber hinaus auch Frauen außerhalb des Sports ansprechen, die neugierig sind, was der Sport vor Ort und der LandesSportBund Niedersachsen e.V. zu bieten haben.

**Projekträger:** LandesSportBund Niedersachsen e.V. (LSB)

**Ausrichter:** Sportbünde des LandesSportBundes Niedersachsen

**Umsetzung & Fördermittel** Der LandesSportBund

- + übernimmt die Kosten für Honorar, An- und Abreise der Referentinnen.
- + erstellt Flyervorlagen zur Bewerbung vor Ort inkl. Druck.
- + erstellt Presstexte und unterstützt auf Anfrage die Pressearbeit und Werbung.
- + übernimmt die Übernachtungskosten für die LSB-Mitarbeiterin vor Ort.

### Der Sportbund

- + bewirbt die Veranstaltung, z.B. über die lokale Presse und eigene Medien.
- + stellt die Räumlichkeiten, einen Imbiss sowie Getränke für die Referentinnen und Teilnehmerinnen zur Verfügung.
- + übernimmt die Hotelübernachtung der 3 Referentinnen.

Von den ausrichtenden Sportbünden ist zur Deckung der o.a. Kosten ein Beitrag von 30 EUR für die Teilnehmerinnen zu erheben. Die Erlöse werden mit den Ausgaben des Sportbundes verrechnet. Eine Abrechnung mit dem LSB erfolgt nicht. Die Abrechnungsunterlagen verbleiben beim Sportbund. Der Sportbund kann eine Lehrgangsleitung für die Veranstaltung stellen und diese nach den Richtlinien des LSB abrechnen.

**Zielgruppe:** Ehrenamtlich und hauptberuflich engagierte Frauen im Sport sowie weitere interessierte Frauen.

**Veranstaltungsform:** Tagesveranstaltung je nach Absprache ca. 12 bis 19 Uhr. Mögliche Termine siehe Anlage „Bewerbungsbogen“.

**Bewerbung:** Bitte richten Sie Ihre Bewerbung für einen Gleichstellungstag bis zum **25.02.2019** an:

LandesSportBund Niedersachsen e.V.  
Ela Windels  
Referentin Gleichstellung  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover

**Inhalte / Referentinnen:**

**Workshops, jeweils 90 Minuten**



**Anja Henke**

**Souverän sein! Neue Erkenntnisse und Anwendungen aus der Motivforschung**

Wie gelingt es, sich selbst in herausfordernden Situationen zu steuern und souverän zu bleiben?  
PSI – die Persönlichkeits-System-Interaktions-Theorie nach Prof. Dr. Julius Kuhl hat interessante  
Antworten darauf, die Sie in diesem kurzweiligen Workshop kennen lernen und ausprobieren.

Referentin: Anja Henke



**Karin Schweighofer**

**Lösungen finden mit WOW-Effekt!**

Effektive Lösungen für schwierige Themen finden: mit der kreativen Methode der OH-Karten finden  
Sie Antworten auf scheinbar ausweglose Fragen, erleben neue Sichtweisen und kommen  
spielerisch an Unterbewusstes heran.

Referentin: Karin Schweighofer



Walle Gairing

### **Durchschlagend zum Erfolg!**

In diesem Workshop erhalten Sie Zugang über Körperhaltung und Bewegungen zu Ihrer Power und erleben unmittelbar, was Sie erreichen können – am Ende werden Sie mit der eigenen Entschlossenheit vielleicht ein Brett halbieren können.

Referentin: Walle Gairing

### **Einzelcoaching, jeweils 60 Minuten**

In den Einzel-Coachings haben die teilnehmenden Frauen die Möglichkeit, sich für ihre Aufgaben im Sport und darüber hinaus persönliche Unterstützung zu holen. Die Expertinnen stehen eine ganze Stunde für Sie zur Verfügung!

#### **Zeitenplanung / Beispiel:**

- 13:00 bis 14:00 Uhr: Coaching 1 – Karin Schweighofer
- 13:00 bis 14:00 Uhr: Coaching 2 – Walle Gairing
- 14:15 bis 15:15 Uhr: Coaching 3 – Karin Schweighofer
- 14:15 bis 15:15 Uhr: Coaching 4 – Walle Gairing
- 15:30 bis 16:30 Uhr: Coaching 5 – Anja Henke
- 15:30 bis 16:30 Uhr: Coaching 6 – Karin Schweighofer
- 17:00 bis 18:00 Uhr: Coaching 7 – Anja Henke