



**Kommunalpolitisches Frauennetzwerk  
Herzogtum Lauenburg e.V.**  
E-Mail: [info@kopf-rz.de](mailto:info@kopf-rz.de)  
[www.kopf-rz.de](http://www.kopf-rz.de)

**Gleichstellungsbeauftragte  
Petra Michalski**  
[P.Michalski@schwarzenbek.de](mailto:P.Michalski@schwarzenbek.de)

Schwarzenbek, 18.05.2026

## **Einladung**

### **KopF-Workshop: Schlagfertigkeit - Nicht auf den Mund gefallen**

Am Samstag, 20. Juni 2026 lädt das Kommunalpolitische Frauennetzwerk Herzogtum Lauenburg e.V. von 10 – 15 Uhr zu dem Workshop „Nicht auf den Mund gefallen – Trainiere deine Schlagfertigkeit“ in Schwarzenbek ein.

In diesem Seminar liegt der Fokus auf den spontanen Redesituationen der politischen Arbeit. Wenn der Atem stockt, blockiert die Stimme, der Gedankenfluss bricht ab, es fällt keine passende Antwort ein. „Spontanität und Schlagfertigkeit sind jedoch erlernbar!“ verspricht die Referentin Katja Geist. Mit der Improvisationsmethodik von Keith Johnstone, Körpertechniken der Schauspielkunst und assoziativem Dialogtraining lernen die Teilnehmerinnen schlagfertiges Reagieren in Politik, Beruf und Alltag, sowie die souveräne Präsentation einer Rede.

Seit über 25 Jahren arbeitet Katja Geist als Schauspielerin (auf der Bühne, sowie vor der Kamera), Synchronsprecherin und Trainerin. Seit 18 Jahren ist sie der Hauptcoach der Bühnenkinder von Disney's „Der König der Löwen“ in Hamburg. Praktische Übungen, eigenes Ausprobieren und ehrliches Feedback erwarten die Teilnehmerinnen.



Der Workshop richtet sich an alle Frauen im Herzogtum Lauenburg, die bereits in der Kommunalpolitik tätig sind oder sich gerne kommunalpolitisch engagieren möchten. Frauen sind in der Politik noch immer unterrepräsentiert, dabei ist es so wichtig sich zu engagieren und damit die Veränderung mitzugestalten.

Aufgrund begrenzter Plätze ist eine vorherige Anmeldung bis spätestens 12. Juni 2026 per E-Mail an [anmeldung@kopf-rz.de](mailto:anmeldung@kopf-rz.de) notwendig. Der Veranstaltungsort wird mit der Bestätigung bekannt gegeben. Die Kostenbeteiligung beträgt 5 Euro und umfasst Getränke sowie einen kleinen Mittagsimbiss. In den Pausen bietet sich die Gelegenheit zum Austausch und überparteiliches Frauennetzwerken.

Diese Veranstaltung für Frauen wird gefördert vom Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren und ist eine Kooperation mit der Schwarzenbeker Gleichstellungsbeauftragten Petra Michalski.