



FrauenKraftWoche Schweiz Trägerinnengemeinschaft

Leitfaden für Referentinnen

Stand Sommer 2009

Das FKW-Organisationsteam möchte mit diesem Leitfaden den Referentinnen ermöglichen, in die Traditionen der FrauenKraftWoche einzutauchen und sicherzustellen, dass den Teilnehmenden – traditionsgemäß - stimmungsvolle, tiefe Begegnungen mit sich selbst und anderen möglich werden.

Unsere Teilnehmende sind stark engagierte Frauen zwischen 40 und 70 Jahren, die es sehr begrüßen, Zeit für sich zu haben und eigene Eindrücke mit anderen zu teilen. Sie lieben die Kombination aus Natur-Erlebnissen (bei jedem Wetter) und Seminarraum-Aktivitäten. Programmänderungen im Wochenplan schätzen sie gar nicht.

Daher ist für die Referentinnen zu berücksichtigen:

- Erfahrungs-Austauschgefässe für Teilnehmende müssen gewährleistet sein (in Kleingruppen statt Plenum bevorzugt)
- Lieber weniger Programm als zuviel
- Mittagspause 12.30h-15/16h (zbsp. schon um 12h/12.15h aufhören, um Zeit zum Umziehen/sich Frischmachen zu haben)
- zwei Abende zur freien Verfügung (diese Abende werden von den Frauen meist genutzt zum freien Tanzen, musizieren etc.).
- mindestens 1 Nachmittag zur freien Verfügung

Folgende Bereiche gehören ins Aufgabengebiet des FKW Organisationsteams

- FKW Beginn- und Schluss-Ritual
- Gruppenraum einrichten
- Meditation am Morgen (Vor-Frühstücksangebot)
- Morgendliches ‚Pulsnehmen‘ im Gruppenraum (je 5 Minuten Lob, Kritik, Wünsche)
- Folgeaktionen aus dem Pulsnehmen
- Seminar-Wochenübersicht (Woche und pro Tag)
- ‚Kommunikations-Brücke‘ zwischen Hotel und FKW-Teilnehmerinnen
- Kursadministration
- Aufräumen und Vorbereiten

Wir freuen uns auf das gemeinsame Umsetzen einer weiteren herzstärkenden FrauenKraftWoche!