



Web-Seminar für Frauen

## Frauen in der Kommunalpolitik: Mit Klarheit und Stärke meine Werte in politische Arbeit übertragen

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die gesellschaftspolitisch aktiv mitgestalten möchten und einen Raum des Austausches und der Reflexion suchen, um die für sie stimmige Entscheidung zu treffen, wie dieses Engagement konkret für sie aussieht.

Folgenden Fragen werden wir uns widmen:

- Was ist meine Motivation, um politisch aktiv zu werden? Was ist mir wichtig? Wofür brenne ich?
- Für welche Positionen und Werte stehe ich und wie kann ich diese artikulieren?
- Wie kann ich sichtbar und hörbar werden?

Dabei arbeiten wir mit Reflexionsrunden in Kleingruppen, Ressourcenaktivierung, Körperübungen, Zielformulierung und Visualisierung.

Ziel des Workshops ist es, mehr Klarheit über die nächsten Schritte bezüglich des eigenen politischen Engagements zu gewinnen und sich in einem vertrauensvollen Rahmen kennenlernen und austauschen zu können. Es gibt im Nachgang des Workshops die Möglichkeit sich in Kleingruppen zur weiteren Vernetzung zusammenzufinden.

### Trainerin:



**Julia Lemmle**, freiberufliche Kommunikationstrainerin,  
ausgebildete systemische Coach und Performerin

© Foto: Steffi Luthardt

Ein Workshop für Frauen, die überlegen kommunalpolitisch aktiv zu werden oder es bereits sind.

**Dienstag,**  
**12. März 2024**  
von 17:00 Uhr  
bis 20:30 Uhr

Online in Zoom

Wir bitten um Anmeldung  
per [Link](#)

Verantwortlich:  
Eva Nagler

Organisation:  
Detlef Staude  
0941/788 354-38  
detlef.staude@fes.de

**+ ANMELDUNG MIT MOTIVATIONSBSCHREIBUNG bis 05.03.2024 +**

Die Seminare der KommunalAkademie Bayern richten sich an Menschen, die sich kommunalpolitisch (z.B. in Parteien, Flüchtlingshilfe, Jugendarbeit oder Gewerkschaften) engagieren (wollen). Für die Anmeldung benötigen wir eine kurze Motivationsbeschreibung: Wo engagieren Sie sich aktuell? Was erhoffen Sie sich vom Seminar? (2-3 Sätze). Dies dient auch zur Vorbereitung der Trainer\_innen.

Das Web-Seminar findet in Zoom statt. Sie erhalten nach Ihrer Anmeldung zunächst eine Bestätigung und dann die Zugangsdaten spätestens am 11.März per E-Mail.

Bei Fragen zur barrierefreien Durchführung wenden Sie sich spätestens eine Woche vor der Veranstaltung an uns