

▶ SEMINARE
FÜR FRAUEN*
GENDER-SEMINARE
NRW

**FRIEDRICH
EBERT** 
STIFTUNG
Landesbüro NRW

© FOTOGRAFIA INC./iStockphoto.com

2023



Unsere Web-Formate/Seminare sind für alle Frauen, trans* Frauen und nicht binären Menschen offen. Bei den Seminaren für Gleichstellungsbeauftragte sind auch Mitarbeitende von Gleichstellungs- und Diversitybüros mitgemeint.

Liebe Teilnehmer*innen, liebe Interessierte,

die Gleichzeitigkeit der aktuellen Krisen stellt uns alle vor Herausforderungen. Nach den Pandemie-Jahren 2020 und 2021 hatten wir auf ein Jahr der Erholung gehofft. Der Krieg gegen die Ukraine, eine hohe Inflation, der Kampf vieler Menschen weltweit um Menschenrechte und die Auswirkungen des Klimawandels lassen uns frustriert und ratlos zurück.

Gleichberechtigung ist und bleibt ebenfalls ein Dauerthema. Es sind Frauen, die Vorbilder sind und derzeit Hoffnung geben. Das Gesicht des Widerstands ist weiblich. Frauen demonstrieren für ein gleichberechtigtes, selbstbestimmtes und freies Leben.

In keinem Land der Welt ist die vollständige Gleichstellung erreicht; sie ist weltweit sehr unterschiedlich. Sind Frauen und marginalisierte Gruppen auf allen Ebenen genügend repräsentiert? Sind einmal errungene Rechte auf Dauer sicher? Es geht auch darum, hierarchische Machtstrukturen und ein antiquiertes Rollenverständnis zu hinterfragen und abzubauen, damit alle Menschen einen gleichberechtigten Zugang zu Ressourcen und Teilhabe erhalten.

Neben den Kompetenzseminaren werden deshalb Themen rund um Intersektionalität, LGBTIQ und Diversität aufgegriffen.

Wir möchten mit unserem Programm Frauen stärken und in ihrem (politischen) Engagement unterstützen. Wir wenden uns insbesondere an Frauen, die sich bereits auf gesellschaftspolitischer Ebene und im Ehrenamt vor Ort engagieren. Wir wollen unseren Beitrag dazu leisten, die politische und gesellschaftliche Teilhabe von Frauen zu fördern! Dazu gehört es auch, die Arbeit der kommunalen Frauenbüros und Gleichstellungsstellen in NRW zu unterstützen.

Ein gemeinsames solidarisches Handeln, gute Gespräche miteinander, Austausch und Vernetzung gehören bei den Seminaren dazu.

Damit möglichst viele Frauen in unterschiedlichen Lebenssituationen teilnehmen können, bieten wir auch 2023 wieder beides an: Web-Seminare sind fester Bestandteil der Reihe geworden, Präsenz-Seminare mit persönlichen Begegnungen runden das Programm ab.

Wir wünschen allen einen guten Austausch und viel Spaß mit unserem Seminarprogramm – analog und digital!

Jeanette Rußbült, Landesbüro NRW



TERMINE 2023 FRAUEN-GENDER-SEMINARE

Termin	Ort	Thema	Ref.
27./28.01. 20 €	ONLINE	Zeitmanagement und Resilienz	Christiane Keller-Zimmermann
02.02.	ONLINE	Innere Stärke entwickeln – Die Methode des Inneren Teams	Regine Kühn
10./11.02. 20 €	ONLINE	Die Energie von Ärger und Wut für Veränderungen nutzen	Kathrin Wegermann
24.02.	ONLINE	How to be an Ally?	Omelie Impundu
03./04.03. 20 €	ONLINE	Die Macht der Stimme – Stimmtraining	Christiane Keller-Zimmermann
14.03. 20 €	ONLINE	Intersektionalität und Geschlechterverhältnisse	Katharina Debus
03./04.05. 40 €	Köln	Kommunikation in hierarchischen Strukturen – Seminar für Gleichstellungsbeauftragte	Antje Cibura Christiane Keller-Zimmermann
02./03.06. 40 €	Düsseldorf	Sprache und Macht/ Schlagfertigkeit	Christiane Keller-Zimmermann
17./18.06. 40 €	Köln	Female Empowerment – Morph! Raus aus der Nebenrolle	Mareile Blendl Anna-Maria Kuricová



Termin	Ort	Thema	Ref.
18./19.06. 40 €	Düsseldorf	Strategisches Networking	Christiane Keller-Zimmermann
02./03.09. 40 €	Köln	Verhandlungstraining	Birgit Ladwig-Tils
15./16.09. 40 €	Bonn	Moderation von Podiumsdiskussionen	Katja Reszel
20./21.10. 40 €	Bonn	Mediation auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation	Regine Kühn
28.10.	Köln	Barcamp Gender NRW meets Workshops	
15./16.11. 20 €	ONLINE	Social Media/Instagram	Verena Lammert
03./04.11. 40 €	Duisburg	Trans*, Inter* und queere Identitäten	Hannah Engelmann-Gith
22.11.	ONLINE	Lesung und Workshop: Kluft und Liebe	Josephine Apraku

© Liubov Trapeznykova/iStockphoto.com



KOMPETENZ- UND THEMENSEMINARE

Eine ehrenamtliche Arbeit, ob im Verein, in der Kommunalpolitik oder im Elternbeirat, erfordert Kompetenzen und Empowerment, um die Aufgabe selbstbewusst zu meistern. Neben der Rhetorik-Reihe bieten wir weiteres „Handwerkszeug“, aber auch Themenseminare an, um sich fit zu machen. Kollegialer Austausch und Vernetzung kommen dabei nicht zu kurz. Wir wollen zudem für Diversität und strukturelle Diskriminierung sensibilisieren.

Alle Angebote orientieren sich speziell an den Bedürfnissen von Frauen, die sich neben ihrem Job gesellschaftspolitisch engagieren.

ZEITMANAGEMENT UND RESILIENZ

27./28. Januar 2023, ONLINE

Wir sind den ganzen Tag aktiv und trotzdem fragen wir uns ständig, warum die uns zur Verfügung stehende Zeit einfach nicht ausreicht, um die anfallenden Arbeiten zu erledigen. Wie können wir Familie, Job und Ehrenamt überhaupt unter einen Hut bringen? Es gelingt uns zwar, immer irgendwie den Alltag zu bewältigen, aber oft zu Lasten unserer Work-Life-Balance. Machen wir dann nicht grundsätzlich etwas falsch?

Inhalt: Das praxisorientierte Format verknüpft Methoden des Zeitmanagements mit praktischen Erkenntnissen aus der Resilienzforschung, mit dem Ziel, besser mit beruflichen und ehrenamtlichen Belastungen umzugehen.

INNERE STÄRKE ENTWICKELN – DIE METHODE DES INNEREN TEAMS

2. Februar 2023, ONLINE

Jede von uns kennt die innere Zerrissenheit oder Ambivalenz in den verschiedenen Lebens- und Entscheidungssituationen. Dies kann uns Kraft und Stärke nehmen. Mit dem Modell des „Inneren Teams“ können wir unsere verschiedenen Anteile und deren Aufgaben besser reflektieren und zu einem guten Zusammenspiel der Teammitglieder bringen.

Inhalt: Einführung in das Modell, praktische Auseinandersetzung mit den eigenen Teammitgliedern – eine innere Teamsitzung bringt Klarheit!

DIE ENERGIE VON ÄRGER UND WUT FÜR VERÄNDERUNGEN NUTZEN

10./11. Februar 2023, ONLINE

Ärger und Wut empfinden wir gerade in Ausübung eines Ehrenamts oder bei unserem (politischen) Engagement als unpassend und unangenehm. Manchmal spüren wir keine konkrete Wut und doch ist ein unterschwelliger Konflikt oder Unwohlsein da, das uns die Kraft für unser Engagement nimmt. Manchmal spüren wir die Wut ganz klar, doch wie können wir sie zeigen? Wenn wir uns in Diskussionen von unserem Ärger mitreißen lassen, verlieren wir an Überzeugungskraft. Wenn wir explodieren und den anderen beschuldigen, schadet das auch unseren Beziehungen. Und wenn wir versuchen, die Wut zu unterdrücken, führt das langfristig zu gesundheitlichen Problemen. Wie können wir stattdessen die Energie, die Wut und Ärger mit sich bringt, konstruktiv einsetzen?

Inhalt: Auslöser für Wut, Entstehungsprozess von Ärger, Sinn von intensiven Gefühlen wie Ärger oder Wut, Prozess zum konstruktiven Umgang mit Ärger und Wut

HOW TO BE AN ALLY?

24. Februar 2023, ONLINE

Rassismus ist ein fester Bestandteil unserer Gesellschaft und spätestens seit der Ermordung des Afroamerikaners George Floyd auch in Deutschland den meisten ein Begriff. Nun stellt sich vielen die Frage, wie es möglich ist, Betroffene zu unterstützen. Der englische Begriff „Allyship“ ist kurzgefasst eine aktive Form der Solidarität mit Menschengruppen, die Diskriminierungserfahrungen machen. In diesem Workshop wollen wir uns über Strategien austauschen und gleichzeitig auch über die Grenzen von „Allyship“ sprechen, die von Verbündeten auch oftmals übersehen werden.

Inhalt: Ausgangslage, Begriffsklärung, Selbstreflexion, Formen der Solidarität, Strategien und Grenzen

DIE MACHT DER STIMME – STIMMTRAINING

3./4. März 2023, ONLINE

Wirksam im Sprechen sein.

Die Stimme überträgt Gefühle und sie entscheidet häufig darüber, ob wir sympathisch überkommen. Doch nur, wenn wir auch verständlich, souverän und betont sprechen, werden wir Menschen mit unseren Inhalten erreichen und Missverständnisse minimieren. Dieses Stimmtraining ist trotz Online-Variante sehr übungsintensiv und erkenntnisreich! Es vermittelt Hintergründe des deutlichen Sprechens und einer lebendigen Vortragsweise. Ihr bekommt Hinweise und Anregungen für Übungen im Alltag und könnt vieles sofort nach dem Seminar anwenden.

Inhalt: Bedeutung der Stimme, Steigerung der Atemkapazität, Stimme und Emotionen, Modulationsübungen, Artikulationsübungen, Übungen für den Alltag

INTERSEKTIONALITÄT UND GESCHLECHTERVERHÄLTNISSE – ZUR VERSCHRÄNKUNG VON UNGLEICHHEIT UND DISKRIMINIERUNG

14. März 2023, ONLINE

Auseinandersetzungen in feministischen Bewegungen haben früh klargemacht: Geschlechtsbezogene Ungleichheit und Sexismus stehen nicht einfach für sich. Sie betreffen nicht alle Frauen (und Menschen anderer Geschlechter) in gleicher Weise, sondern überkreuzen sich mit anderen Ungleichheitsverhältnissen wie Rassismus, Klassismus, Ableismus/Behindertenfeindlichkeit, Adulismus/der Diskriminierung von jungen Menschen, Ageismus/der Diskriminierung von alten Menschen, Antisemitismus etc. Diese Verschränkung wird aktuell unter dem Begriff „Intersektionalität“ diskutiert. Im vierstündigen Web-Seminar wird in Grundlagen zu Diskriminierung und Intersektionalität eingeführt und auf spezifische Verschränkungen von Geschlechterverhältnissen mit anderen Ungleichheitsverhältnissen geschaut. Wir arbeiten mit einer Mischung aus Vortrag, Plenumsgespräch und kurzen Transfergesprächen in wechselnden Kleingruppen.

Inhalt: Intersektionale Perspektiven von Menschen, Wording, bildungspolitische Dimension, Anregungen zur praktischen Arbeit

SPRACHE UND MACHT/SCHLAGFERTIGKEIT

2./3. Juni 2023, Düsseldorf

Neben Grundlagen und Übungen zur Selbstsicherheit werden im Seminar anhand von Beispielen Strategien für einen bewussten Umgang mit Sprache vorgestellt und geübt. Ziel ist es, sich sprachlich zu behaupten. Schlagfertigkeit ist erlernbar!

Inhalt: verbale und nonverbale Kommunikation, Umgang mit unfairen verbalen Angriffen, Sprache und Macht, Kommunikation von Männern und Frauen, Schlagfertigkeit

FEMALE EMPOWERMENT UND KÖRPERARBEIT – MORPH! RAUS AUF DER NEBENROLLE – NARRATIVE RESSOURCENARBEIT

17./18. Juni 2023, Köln

Wie kann ich die eigene Position selbstbewusst vertreten und Inhalte in Bezug auf Argumente und Ausdruck authentisch und überzeugend vermitteln?

Morphing ist eine innovative Coachingmethode aufgrund bewährter Schauspieltechnik, Storytellingtools und sprecherzieherischer Expertise. Morphing basiert auf dem Grundsatz, dass Persönlichkeitsentwicklung erst im Dialog möglich ist.

Inhalt: Techniken zur inneren Haltung, kleine Praxisübungen und Coachingimpulse

STRATEGISCHES NETWORKING

18./19. August 2023, Düsseldorf

Was Männer seit Jahrhunderten erfolgreich praktizieren, können Frauen auch: Netzwerke aufbauen und nutzen. Sie müssen es nur tun. Das Spektrum der Netzwerke reicht von sozialen Clubs über berufliche Bündnisse bis zur Web-Gemeinschaft. Netzwerkerinnen zeichnen sich durch die Fähigkeit aus, ein Beziehungsnetz zu knüpfen, systematisch zu erweitern und diese Beziehungen für die jeweiligen Ziele einzusetzen. Dabei wird auch Einblick in politische Netzwerke genommen.

Inhalt: Netzwerke(n), Chancen und Risiken von Netzwerken, Zielübung, Tipps und Netzwerk-Etikette

VERHANDLUNGSTRAINING

2./3. September 2023, Köln

In diesem Seminar werden die wichtigsten Verhandlungstechniken thematisiert. Wie kann ich z. B. ein Verhandlungsgespräch einfordern, um mehr für mich zu erreichen? Mit welcher Einstellung gehe ich in die nächste Verhandlungssituation? Ob es um die Verteilung von Zuständigkeiten im Job geht oder wer in welcher Funktion im Ehrenamt aktiv ist – Verhandlungssituationen sind alltäglich. Zeit, damit bewusster umzugehen. In diesem Training werden verschiedene Verhandlungstypen vorgestellt und die Rolle von Macht in Verhandlungssituationen wird thematisiert. Dabei werden Techniken zur selbstsicheren Kommunikation erprobt. Input und Tipps werden durch viele praktische Gruppen- und Einzelübungen ergänzt. Offenheit für Neues und Mut, Verhandlungstechniken selbst auszuprobieren, sind Voraussetzungen für dieses Seminar.

Inhalt: Verhandlungstypen, Gesprächsführung, selbstsicheres Auftreten, Selbstreflexion, Macht in Verhandlungen

MODERATION VON PODIUMSDISKUSSIONEN

15./16. September 2023, Bonn

Auch im Ehrenamt muss oftmals eine Versammlung oder eine Veranstaltung moderiert werden. Moderator_innen sollen neutral, ergebnisorientiert und effektiv arbeiten. Wie moderiere ich im größeren Rahmen professionell? Wie halte ich einen Spannungsbogen aufrecht? Wie beziehe ich das Publikum mit ein?

In diesem Seminar werden verschiedene Moderationsmethoden ausprobiert und nützliche Grundsätze zur Planung und Vorbereitung gegeben. Außerdem werden die Rolle der Moderatorin Körpersprache und Kommunikation in der Moderation sowie Hinweise zur Durchführung von Moderationen Themen sein. Tipps zum Zeitmanagement und dem Umgang mit schwierigen Teilnehmer*innen runden die Inhalte ab.

Inhalt: inhaltliche Planung, Ablauf, Rolle der Moderation, Körpersprache, Umgang mit schwierigen Situationen

MEDIATION AUF DER GRUNDLAGE DER GEWALTFREIEN KOMMUNIKATION

20./21. Oktober 2023, Bonn

Konflikte gehören zu unserem Leben und begegnen uns in allen Lebenslagen. Eines haben alle Konflikte gemeinsam: Wir können unser Gegenüber nicht mehr verstehen. Hier kann ein Mediationsprozess auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation hilfreich sein, um eine konstruktive Verbindung und Akzeptanz zwischen den beiden Konfliktparteien aufzubauen. Diese bildet die Grundlage zu einer konstruktiven Konfliktlösung, die die Bedürfnisse beider Seiten erfüllt.

Inhalt: innere Haltung, Zielklärung, Werkzeuge der gewaltfreien Kommunikation, Reflexion der Bedürfnisse, Verantwortung übernehmen in der Lösungsfindung, Anregungen für die praktische Umsetzung

BARCAMP GENDER NRW MEETS WORKSHOPS

28. Oktober 2023, Köln

Die Gleichzeitigkeit der aktuellen Krisen stellt uns alle vor Herausforderungen. Umso wichtiger ist das gemeinsame solidarische Handeln. Das Barcamp bietet einen Ort zur Diskussion und Vernetzung.

Auf dem Weg zu einer gleichberechtigten Gesellschaft ist es wichtig, die eigene Perspektive zu hinterfragen. Menschen sind von verschiedenen Formen der Diskriminierung betroffen, viele von gleich mehreren. Intersektionaler Feminismus berücksichtigt unterschiedliche Perspektiven, z. B. von Schwarzen, behinderten und queeren Frauen sowie inter* und trans* Personen. In Workshops sollen Themen rund um intersektionalen Feminismus, Diversität, Gerechtigkeit und Anti-Rassismus aufgegriffen werden. Welche Ideen hast Du dazu? Ein Tag voller Empowerment!

SOCIAL MEDIA/INSTAGRAM

15./16. November 2023, ONLINE

Bei diesem Seminar werden erste Erfahrungen mit Instagram und/oder Facebook vorausgesetzt. Ein eigener Account sollte vorhanden sein. Neben Facebook gewinnt Instagram immer mehr an Bedeutung. Doch wie nutze ich Instagram für meinen Verein oder wie kann ich meine kommunalpolitische Arbeit und meine Anliegen besser zur Geltung bringen? Wir wollen den Einblick in die Welt von Instagram vertiefen. Ziel ist es, eine Strategie für den eigenen Social-Media-Kanal zu entwickeln.

Inhalt: Update Instagram Basics, Storys + Übung, Best-Practice-Beispiele, Instagram Feed, einfache Tipps für mehr Sichtbarkeit, Community-Aufbau, hilfreiche Tools

TRANS*, INTER* UND QUEERE IDENTITÄTEN

3./4. November 2023, Duisburg

LGBTIQ-Themen waren in den letzten Jahren präsent. In diesem Seminar machen wir LGBTIQ+ zum Thema. Wir geben einen geschichtlichen Überblick, diskutieren geschlechtliche Vielfalt als Thema in Politik und Medien, erklären Begriffe und informieren über die rechtliche Situation. Auch der Diskussionsstand innerhalb und außerhalb der Community wird beleuchtet. Das Seminar bietet Raum für Fragen und offenen Austausch.

Inhalt: Was unterscheidet Inter und Trans* voneinander? Begriffsklärung und Wording, erstes Grundlagenwissen zu geschlechtlicher Vielfalt, Geschichte der LGBTIQ, rechtliche Situation, Reflexion des eigenen Denkens, Sensibilisierung für geschlechtliche Vielfalt, Diskussionsstand*

LESUNG UND WORKSHOP: KLUFT UND LIEBE

22. November 2023, ONLINE

Oftmals wird Liebe zu etwas Ungreifbarem, Zufälligem, Schicksalhafterm verklärt. Sie entzieht sich unserem Einfluss und überwindet alle Grenzen. Aber ist das wirklich so?

Was ist mit Rassismus, Behinderung oder tief verankerten patriarchalen Strukturen und Verhaltensmustern? Was passiert, wenn in einer Liebesbeziehung die eine Person durch ihr Aussehen oder ihr Auftreten von unserer Gesellschaft diskriminiert wird und die andere nicht? Spielt das in dieser Beziehung wirklich keine Rolle? Josephine Apraku, Autorin von „Kluft und Liebe“, hinterfragt das. Soziale Ungleichheit wird in Beziehungen hineingetragen, sie spiegelt sich dort. Was da draußen im Großen passiert, geschieht auch im Kleinen. Das Private ist politisch.

FORMATE FÜR GLEICHSTELLUNGSBEAUFTRAGTE

Das folgende Seminar wurde insbesondere für kommunale Gleichstellungsbeauftragte konzipiert. Wir möchten mit Gleichstellungsbeauftragten in den Austausch kommen und eine kollegiale Vernetzung untereinander fördern.

KOMMUNIKATION IN HIERARCHISCHEN STRUKTUREN

3./4. Mai 2023, Köln

Die Aufgaben von Gleichstellungsbeauftragten sind vielfältig und häufig nicht genau definiert. Nicht selten fühlen sich Gleichstellungsbeauftragte alleingelassen. Es fehlen das nötige Handwerkszeug und das Bewusstsein für ihre neuen Rechte als weisungsunabhängige Kolleg*innen mit eigenen Zielen und Prioritäten. Das praxisorientierte dreitägige Seminar ist als Bildungsurlaub möglich. Ein Baustein sind Möglichkeiten und Techniken der Kommunikation in hierarchisch geprägten Strukturen. Wie können sich Gleichstellungsbeauftragte in der Funktion einer Stabsstelle behaupten? Anhand konkret erlebter Situationen werden Strategien und Vorgehensweisen diskutiert und reflektiert. Ein zweiter Teil wird sich mit Beteiligungsrechten der Gleichstellungsbeauftragten beschäftigen und lösungsorientierte Tipps geben.

Inhalt: Hierarchie als Chance, erfolgreiche Kommunikation und Kooperation, Beteiligungsrechte, sinnvoll Netzwerken, Recht haben und Recht bekommen, Tipps und Tricks: Erfolgsmodelle aus der Praxis, Strategien zur notwendigen Achtsamkeit



© FOTOGRAFIA INC./iStockphoto.com

DIE SEMINARLEITER*INNEN UND TEAMER*INNEN

Josephine Apraku

ist Afrikawissenschaftler*in und Referen*in für intersektionale rassismuskritische Bildungsarbeit. Als Lehrbeauftragte*r hat Josephine Apraku unter anderem an der Alice Salomon Hochschule und der Humboldt-Universität zu Berlin unterrichtet und als Kolumnist*in für Magazine wie EDITION F und Missy Magazine geschrieben.



Mareile Blendl/Anna-Maria Kuricová

Anna-Maria Kuricová ist Diplom-Schauspielerin, Präsenztrainerin und systemische Coachin. Sie gründete 2012 ihr eigenes Unternehmen namens „Laut und deutlich“, mit dem sie individuelle Einzelcoachings, Gruppenseminare sowie Inhouse-Seminare anbietet. Sie arbeitet in den unterschiedlichsten Branchen als Stimm- und Präsenztrainerin.

Mareile Blendl ist Schauspielerin. Sie schreibt zudem für Zeitungen und Magazine. Mareile ist zertifizierte Stimm- und Sprecherzieherin. Gemeinsam mit Anna-Maria Kuricová hat sie 2022 „Morphing“ entwickelt und ein Coaching-Unternehmen gegründet.



Antje Cibura

ist Diplom-Verwaltungswirtin und seit 2012 Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Brühl. Sie ist seit 37 Jahren im öffentlichen Dienst und kennt die öffentliche Verwaltung bestens. Brühl wurde 2019 mit dem Gender Award für hervorragende Gleichstellungsarbeit als bisher kleinste Kommune ausgezeichnet. Antje Cibura hat erlebt, wie schwierig es ist, ein Standing in Sachen Gleichstellung und Weisungsungebundenheit in der Verwaltung durchzusetzen. Neben dem entsprechenden Fachwissen sind Instrumente wie Schlagfertigkeit, Rhetorik und Pragmatismus gefragt, um auch außerhalb der Verwaltung sichtbar zu werden.



Katharina Debus

ist Politikwissenschaftlerin und seit über 20 Jahren in der politischen Jugend- und seit über 10 Jahren in der Fachkräftebildung tätig, unter anderem für Dissens – Institut für Bildung und Forschung. Thematische Schwerpunkte: Geschlechterverhältnisse, Sexismus, geschlechtliche und sexuelle Vielfalt, Diskriminierung, Intersektionalität, Gestaltung von Lernprozessen zu Diskriminierung, geschlechterreflektierte Pädagogik, Sexualpädagogik.



Hannah Engelmann-Gith

ist freie Referentin und Trans*beraterin. Als trans* Frau und Erziehungswissenschaftlerin verbindet sie Community- und Erfahrungswissen mit theoretischen und empirischen Befunden. In ihrem Promotionsprojekt untersucht sie antiequeere Ideologie



Omelle Impundu

ist in Ruanda geboren und in Deutschland aufgewachsen. Als Politologin und Anti-Rassismus-Referentin engagiert sie sich in den Bereichen Rechte von Menschen afrikanischer Herkunft in Deutschland und Frauenrechte.



Christiane Keller-Zimmermann

ist Großhandelskauffrau, Diplom-Psychologin, Schwerpunkt Abo-Psychologie, seit 1993 freiberufliche Trainerin in den Bereichen Kommunikation und Führung, Stressbewältigung und Rhetorik, Moderation, Coaching, Personal- und Organisationsentwicklung, Erwachsenenbildung, Weiterbildungen im Life-Work-Balance-Bereich und Stresspräventions-Programmen.



Regine Kühn

arbeitet seit über 25 Jahren in der Führungskräfte- und Personalentwicklung. Ihre Schwerpunkte sind Kommunikations- und Mediationstrainings, Gewaltfreie Kommunikation, Teambuilding, Gruppen- und individuelles Coaching. Die Grundlage bilden ihre Qualifikationen und praktischen Erfahrungen als NLP-Trainerin, Mediatorin, Psychodramaleiterin und systemische Organisationsberaterin.



Birgit Ladwig-Tils

ist Historikerin, Erwachsenenpädagogin, Management- und Kommunikationstrainerin. Sie führt unter dem Namen „Akteur“ Trainings für Fach- und Führungskräfte sowie inhaltliche Seminare und Vorträge zu europapolitischen Themen durch. Ihre Trainings umfassen zudem freie Rede, Gegenrede, Argumentation, Konflikttraining und Projektmanagement. Sie ist Mitglied im Redner*innendienst TEAM EUROPE der Europäischen Kommission.



Verena Lammert

ist seit 2009 Redakteurin beim WDR in Köln. Ihre beruflichen Stationen: der Radiosender 1LIVE, die Lokalzeit Bonn und zuletzt Frau tv. Dort ist sie seit 2012 maßgeblich verantwortlich für die Social-Media-Strategie und hat in dieser Funktion den Instagram-Auftritt @maedelsabende konzipiert, der u. a. mit dem Grimme Online Award ausgezeichnet wurde. Seit 2014 ist sie außerdem als Trainerin, Speakerin und Veranstaltungsmoderatorin tätig.



Katja Reszel

ist selbstständige Medienpädagogin und arbeitet hier mit unterschiedlichen Zielgruppen, sowie Kommunikationstrainerin in der Erwachsenenbildung. Sie hat Kommunikations- und Medienwissenschaft, Betriebswirtschaftslehre sowie Kulturwissenschaft studiert.



Kathrin Wegermann

gibt seit 2014 übungsorientierte Seminare in wertschätzender Kommunikation und der Kunst der Auseinandersetzung. Durch ihre Arbeit als Volljuristin in internationalen Unternehmen bringt sie eine strukturierte und zielorientierte Vorgehensweise sowie ihr Verständnis für Diversität mit. Fundiertes fachliches Wissen hat sie durch Abschlüsse als Mediatorin und Coachin.





Weitere Infos zu Frauen- und Genderthemen?

Alle aktuellen Publikationen, Veranstaltungen, Seminare, Blogs sowie Live-Chats zum Internationalen Frauentag der Friedrich-Ebert-Stiftung in Deutschland und weltweit unter:

<https://www.fes.de/themenportal-gender-jugend/gender>

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldungen:  <https://www.fes.de/lnk/409>

Friedrich-Ebert-Stiftung, Landesbüro NRW

Godesberger Allee 149, 53175 Bonn

E-Mail: anmeldung.lbnrw@fes.de

Voraussetzung für eine Teilnahme ist Ihre Anwesenheit während der gesamten Veranstaltungszeit.

Fahrtkosten für die An- und Abreise sind von den Teilnehmer*innen selbst zu tragen.

Barrierefreiheit: Bei Fragen zur barrierefreien Durchführung der Veranstaltung wenden Sie sich bitte vor Seminarbeginn an die zuständige Sachbearbeitung (siehe Website).

Datenschutz: Die Einhaltung der geltenden gesetzlichen Datenschutzbestimmungen wird Ihnen zugesichert.

Ausfall von Veranstaltungen: Bei zu geringer Teilnehmer*innenzahl oder in Fällen höherer Gewalt behalten wir uns die Absage der Veranstaltung vor. In einem solchen Fall informieren wir Sie zum frühestmöglichen Zeitpunkt.

Wenn Sie nicht teilnehmen können, bitten wir um eine schriftliche Stornierung bis spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn. Bei einer späteren Stornierung oder bei Fernbleiben wird die volle Seminarpauschale fällig.

Die Teilnahme-pauschale in Höhe von 40,00 €/2 Tage bzw. 50,00 €/3 Tage (Ermäßigung für Arbeitslose, Schüler*innen, Azubis und Student*innen um 10,00 € mit entsprechendem Nachweis) schließt das Programm, die Unterkunft (im DZ) und Verpflegung (mit Ausnahme der Getränke) im Rahmen des Seminars ein, sofern nicht anders ausgewiesen. Die Web-Seminare (zwei Module) kosten in der Regel 20,00 €.

Für Einzelzimmer ist ein Zuschlag erforderlich (liegt ca. zwischen 15,00 € bis 25,00 € pro Person/Nacht, variiert je nach Veranstaltungsort). Dieser Zuschlag ist von den Teilnehmer*innen direkt vor Ort ans Tagungshaus zu zahlen.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass ein Verzicht auf einzelne Leistungen die Teilnahme-pauschale nicht mindert.

Sie finden das Thema spannend, aber der Termin klappt nicht? Sie engagieren sich im Verein, Verband oder einer anderen Organisation und haben Interesse an einem o. g. Seminar für eine Gruppe, die ehrenamtlich tätig ist? Gerne entwickeln wir für den politischen Weiterbildungsbedarf Ihrer Gruppe ein zielgruppengerechtes Angebot.

Rufen Sie uns an: Jeanette Rußbült, Tel.: 0228 883 7210.

www.fes.de/landesbuero-nrw

www.facebook.com/FESNRW

twitter.com/FESNRW

Validated by EFQM
2020



© iStockphoto.com

SEMINARE FÜR FRAUEN 2023

**Schöne neue (Frauen-)Welt –
Gesellschaftliche Rollenbilder von Frau und Familie
zwischen Schein und Wirklichkeit**

Akademie für
 **Arbeitnehmer
Weiterbildung**

Schöne neue (Frauen-)Welt Gesellschaftliche Rollenbilder von Frau und Familie zwischen Schein und Wirklichkeit Hat sich mehr als 100 Jahre nach Einführung des Frauenwahlrechts die Frauenbewegung überholt? Ist Gleichberechtigung in der Welt nach #MeToo erreicht? Warum sieht die liberale Mitte die Gleichberechtigung der Geschlechter durch Zuwanderung von Menschen aus anderen kulturellen Kontexten bedroht? Rechtspopulistische Kräfte propagieren ein konservatives Rollenbild von Frau und Familie und identifizieren den „Gender-Wahn“ als Grund allen Übels. Diesen und anderen Debatten gehen wir im Seminar auf den Grund. Wir stellen feministische Strömungen vor und gleichen Anspruch und Wirklichkeit von Forderungen nach Gleichberechtigung ab. Wir behandeln Konzepte von Geschlechtsidentität und Familie und untersuchen rechtspopulistische Argumentationsmuster.

#frauenrechte #feminismus #backlash #geschlechtsidentität
8.–12. Mai 2023, Bonn

Bitte bei Interesse, Fragen und Anmeldung mailen an:
arbeitnehmerweiterbildung@fes.de

Die Akademie für ArbeitnehmerWeiterbildung bietet Weiterbildungsmöglichkeiten, um das Verständnis für gesellschaftliche, soziale und politische Zusammenhänge zu fördern. Unser Angebot richtet sich insbesondere an Arbeitnehmer_innen aus Nordrhein-Westfalen, die ihren Anspruch auf Weiterbildung nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz wahrnehmen wollen. Aber auch anderen Interessierten aus NRW steht die Teilnahme offen. Fragen zu den Seminar-Inhalten beantwortet **Jochen Reeh-Schall** (jochen.reeh@fes.de).

SEMINARE FÜR FRAUEN 2023 KommunalAkademie

Fit für Kommunalpolitik – Netzwerk-Seminar für Frauen

Sie engagieren sich für Ihre Stadt oder Gemeinde und wollen die Abläufe besser verstehen? Sie wollen wissen, wie Kommunalpolitik genau funktioniert und welche Wege in ein kommunalpolitisches Mandat führen können? Wie die Ausschussarbeit, der Rat, der Kreistag oder die Bezirksvertretung in Ihrer Stadt oder Gemeinde funktionieren? Wie Sie es schaffen können, Menschen von Ihren Ideen zu überzeugen? Sie möchten wissen, wie viel Zeit ein kommunalpolitisches Mandat benötigt und was Sie dafür können müssen? Sie wollen sich mit gleichgesinnten Frauen austauschen und vernetzen? Dann sind Sie in diesem Hybrid-Seminar genau richtig. Der Crashkurs Kommunalpolitik richtet sich an Teilnehmerinnen, die sich kommunalpolitisch engagieren, z.B. als sachkundige Bürgerin oder auch als Ratsmitglied. Neben einer Einführung in die Funktionsweise der Kommunalpolitik, die dort handelnden Akteur_innen und den kommunalen Haushalt als Steuerungselement kommt auch die praktische Arbeit nicht zu kurz. Tipps für das Verfassen von Anträgen und eine Sammlung von praktischen Ideen für Öffentlichkeitsarbeit und Kampagnen runden das Programm ab. Dieser Kurs ist ideal für Einsteigerinnen in die Kommunalpolitik, die wichtiges Handwerkszeug erlangen und sich dadurch für ein kommunalpolitisches Mandat vorbereiten.

Termine:

- Teil 1: **Dienstag, 25. Oktober 2023**, Online
- Teil 2: **Samstag, 28. Oktober 2023**, Duisburg
- Teil 3: **Donnerstag 16. November 2023**, Online

Alle Teile zusammen 50 €



Bitte bei Interesse, Fragen und Anmeldung mailen an:

kommunalakademie@fes.de | www.fes.de/kommunalakademie



© sanjerii/stockphoto.com

