

## Überregionale Veranstaltungen

### „Mutig & Stark: Als Frau selbstsicher kommunizieren“

Wochenendseminar in Minden mit Norvisi Stanic

**Fr. 10.02.23 (17.00 – 21.30 Uhr) + Sa. 11.02.23 (10.00 – 18.00 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Heinrich-Böll-Stiftung.

Anmeldung bis zum 08.02.23 über [Gleichstellungsstelle@minden.de](mailto:Gleichstellungsstelle@minden.de)

### Wie bringe ich mein Anliegen erfolgreich in die Politik?

Tagesseminar in Detmold mit Zita Küng (Zürich)

**Sa. 04.03.23 (10 – 17 Uhr)**

Anmeldung bis zum 17.02.23 an [Gleichstellungsstelle@detmold.de](mailto:Gleichstellungsstelle@detmold.de)

### „Rolemodels Frausein-Typisch Frau!? Die Zukunft ist weiblich: Neue Rollenbilder entdecken“

Wochenendseminar in Gütersloh mit Lisa Altenpohl

**Fr. 21.04.23 (17.00 – 21.00 Uhr) + Sa. 22.04.23 (9.00 – 16.15 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Konrad-Adenauer-Stiftung.

Anmeldung bis zum 24.03.23 an [gleichstellung@guetersloh.de](mailto:gleichstellung@guetersloh.de)

### „Sprache und Macht“

Wochenendseminar in Lippstadt mit Christiane Keller-Zimmermann

**Fr. 05.05.23 (16.00 – 21.15 Uhr) bis**

**Sa. 06.05.23 (9.00 – 15.00 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Friedrich-Ebert-Stiftung.

Anmeldung bis zum 21.04.23 an [gleichstellung@lippstadt.de](mailto:gleichstellung@lippstadt.de)

### „Ihr Auftritt, bitte: persönliche Präsenz und öffentliche Wirkung“

Wochenendseminar in Arnberg mit Friederike Galland

**Fr. 12.05.23 bis Sa. 13.05.23 (Fr. ab 15.00 – Sa. 16.00 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Konrad-Adenauer-Stiftung.

Anmeldung bis 14.04.23 an [gsb@arnsberg.de](mailto:gsb@arnsberg.de)

### Wie funktioniert Kommunalpolitik: Vom Beteiligungsgedanken zur Listenaufstellung

Wochenendseminar in Arnberg mit Klaus Eifler

**Fr. 11.08.23 (13.00 – 17.00 Uhr)**

Anmeldung bis zum: 07.07.23 an [gsb@arnsberg.de](mailto:gsb@arnsberg.de)



## Resilienz und Zeitmanagement

Wochenendseminar in Detmold mit Christiane Keller-Zimmermann

**Fr. 01.09.23 (16.00 – 21.15 Uhr) + Sa. 02.09.23 (9.00 – 15.00 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Friedrich-Ebert-Stiftung.

Anmeldung bis zum 18.08.23 an [Gleichstellungsstelle@detmold.de](mailto:Gleichstellungsstelle@detmold.de)

### „Heiße Eisen anpacken. Wie Sie konfliktträchtige Situationen entschärfen“

Webinar mit Barbara Materne

**Di 24.10.23 und Do. 26.10.23 (jeweils 19.00 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Konrad-Adenauer-Stiftung.

Anmeldung bis zum 22.09.23 an: [gleichstellung@guetersloh.de](mailto:gleichstellung@guetersloh.de)

### Meine Vorstellungsbildung: Alles, um wortgewandt, einflussreich und unvergesslich zu werden!

Wochenendseminar in Arnberg mit Friederike Galland

**evtl. Fr. 03.11.23 (ab 15.00 Uhr) + Sa. 04.11.23 (9.00 – 16.00 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Konrad-Adenauer Stiftung.

Anmeldung bis zum 27.09.23 an [gsb@arnsberg.de](mailto:gsb@arnsberg.de)

### #Social Media: Schreiben für Social Media

Tagesseminar in Arnberg

**Sa. im November 23 (9.00 – 16.00 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Friederich-Naumann-Stiftung.

Anmeldung bis zum 15.10.23 an [gsb@arnsberg.de](mailto:gsb@arnsberg.de)

### Stimmtraining – wirksam im Sprechen sein

Webinar mit Christiane Keller-Zimmermann

**Di. 07.11.2023 + Mi. 08.11.23 (jeweils ab 17.30 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Friedrich-Ebert-Stiftung.

Anmeldung bis zum 24.10.23 an [gleichstellung@lippstadt.de](mailto:gleichstellung@lippstadt.de)

### „Das Gute an der Macht: Wie Sie Hierarchien und Status strategisch einsetzen und sinnvoll nutzen“

Webinar mit Barbara Materne

**Fr. 10.11.23 (18.00 – 20.30 Uhr) + Sa. 11.11.23 (9.30 – 14.30 Uhr)**

In Zusammenarbeit mit der Konrad-Adenauer-Stiftung.

Anmeldung bis zum 02.11.2023 an [Gleichstellungsstelle@minden.de](mailto:Gleichstellungsstelle@minden.de)

## Gleichstellungsbeauftragte

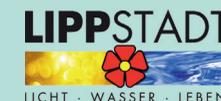
• **Stadt Detmold** · Regina Homeyer · Tel. 05231/977 284  
[r.homeyer@detmold.de](mailto:r.homeyer@detmold.de) · [www.detmold.de/gleichstellung](http://www.detmold.de/gleichstellung)

• **Stadt Arnberg** · Petra Blesel · Tel. 02932/201-1491  
[gsb@arnsberg.de](mailto:gsb@arnsberg.de) · [www.arnsberg.de/gleichstellung](http://www.arnsberg.de/gleichstellung)

• **Stadt Gütersloh** · Inge Trame · Tel. 05241/82-2080  
[Inge.Trame@guetersloh.de](mailto:Inge.Trame@guetersloh.de) · [www.gleichstellungsstelle.guetersloh.de](http://www.gleichstellungsstelle.guetersloh.de)

• **Stadt Minden** · Luisa Arndt · Tel. 0571/89-303 · [L.Arndt@minden.de](mailto:L.Arndt@minden.de)  
[www.minden.de/rathaus-service-zukunft/gleichstellung/](http://www.minden.de/rathaus-service-zukunft/gleichstellung/)

• **Stadt Lippstadt** · Daniela Franken · Tel. 02941/980330  
[daniela.franken@stadt-lippstadt.de](mailto:daniela.franken@stadt-lippstadt.de) · [www.lippstadt.de/gleichstellung](http://www.lippstadt.de/gleichstellung)



**FRIEDRICH NAUMANN STIFTUNG** Für die Freiheit.



# FRAU. MACHT. POLITIK.



Veranstaltungsreihe für mehr  
weibliche Kommunalpolitik

## FRAU.MACHT.POLITIK

Sie haben Ideen für Ihre Stadt, Sie möchten manche Entscheidungen besser verstehen, gemeinsam mit anderen etwas bewegen oder an Entwicklungen in Ihrer Stadt mitwirken? Sie wollen sich einbringen und engagieren, aber ohne sich parteipolitisch zu binden? Sie sind schon in einer Partei und sind aber noch nicht in einem kommunalen Gremium aktiv?

Dann sind Sie richtig bei der Veranstaltungsreihe FRAU.MACHT.POLITIK

Wir wollen zu mehr Geschlechter-Parität auf der kommunalen Ebene beitragen und bieten verschiedene Möglichkeiten zur Weiterbildung, zum überregionalen Austausch und zur Vernetzung mit engagierten Frauen. Die Veranstaltungsreihe wurde von den Gleichstellungsstellen der Städte Arnsberg, Detmold, Gütersloh, Lippstadt und Minden einwickelt und basiert auf Erfahrungen, Berichten und einer Online-Umfrage bei kommunalpolitisch aktiven Menschen in den beteiligten Kommunen. Neben verschiedenen überregionalen Weiterbildungsmöglichkeiten in Zusammenarbeit mit den politischen Stiftungen, gibt es auch lokale Angebote, die in Kooperation mit den örtlichen Volkshochschulen stattfinden.

Nutzen Sie die Chance, um das Leben in Ihrer Kommune mitzugestalten und treffen Sie sich mit anderen Frauen, die sich politisch engagieren möchten, die bereits politisch oder ehrenamtlich aktiv sind oder es werden wollen.

Wir freuen uns auf Sie und hoffen, dass wir mit unserem Programm Ihr Interesse an kommunalpolitischen Themen geweckt haben.

### Detmolder Veranstaltungsreihe

Unsere lokale Veranstaltungsreihe in Zusammenarbeit mit der Volkshochschule Detmold-Lemgo unterstützt Sie dabei, Ihre Kenntnisse über kommunale Entscheidungsabläufe und Strukturen zu vertiefen, Kommunalpolitik kennen zu lernen und die eigene Handlungskompetenz zu verbessern.

Die Anmeldung zur Detmolder Veranstaltungsreihe nimmt die VHS Detmold-Lemgo entgegen mit Angabe der Kursnr. **D 1211** per Telefon 05231/977 8010 oder E-Mail: [info@vhs-detmold-lemgo.de](mailto:info@vhs-detmold-lemgo.de)

Die Detmolder Veranstaltungsreihe kann nur „im Paket“ und nicht einzeln gebucht werden. Mit der Anmeldung zur lokalen Reihe haben Sie grundsätzlich die Möglichkeit an den überregionalen Modulen teilzunehmen.

**Teilnahmegebühr: 50 €**  
Anmeldeschluss: 05.02.23

### Einblick in kommunale Strukturen

Demokratie beginnt in unseren Städten, also dort wo Menschen zusammen leben. Vor Ort wird demokratisch gestaltet und demokratische Teilhabe ermöglicht. Zugleich sind Kommunen die unterste Ebene im föderalen Verwaltungsaufbau. Sie übernehmen Aufgaben, mal mit und mal ohne jeglichen politischen Ermessensspielraum. Nach der Einführung in die kommunalen Strukturen geht es vor allem auch um einen ersten Austausch und ein Kennenlernen.

Referentinnen: Regina Homeyer (Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Detmold) und Meliha Yalinkilicli (Leiterin des Teams Rats- und Sitzungsdienstes der Stadt Detmold)

**Do. 16.02.23, 18.00 – 20.30 Uhr**  
**Rathaus am Markt, gr. Sitzungssaal, Detmold**

### Wie bringe ich mein Anliegen erfolgreich in die Politik?

Ob in der Politik oder im Beruf – Frauen schätzen es, wenn inhaltlich gearbeitet werden kann und der Umgang von gegenseitigem Respekt geprägt ist. Machtspiele werden als störend empfunden. Aber ohne Machtspiele geht es nicht! Wo immer Beteiligte – auch Sie – eigene Ziele haben, entstehen Gestaltungsspielräume, die Sie nutzen können und sollten, um Ihr Anliegen voranzubringen. Daran ist nichts Negatives.

Lernen Sie die ganze Bandbreite von Handlungsmöglichkeiten kennen. Ob im Beruf oder in der Politik – gestalten Sie mit, klug und erfolgreich!

Referentin: Zita Küng (Führungskräftecoach, Trainerin und Frauenrechtsaktivistin aus der Schweiz)

**Sa. 04.03.2023, 10.00 – 17.00 Uhr**  
**Vortragsraum VHS, Krumme Str. 20, Detmold**

### Speed Dating mit Ratsfrauen

Parteien haben in der Kommunalpolitik eine Schlüsselfunktion. Wer kann besser vom politischen Alltag vor Ort, den eigenen Erfahrungen, Herausforderungen, aber auch Highlights berichten als diejenigen, die bereits ein kommunalpolitisches Ehrenamt ausfüllen. Lernen Sie engagierte Kommunalpolitikerinnen kennen, kommen Sie mit ihnen beim Speed Dating ins Gespräch. Erfahren Sie, warum es lohnenswert ist, sich vor Ort zu engagieren.

**Do. 25.05.23, 18.00 – 20.00 Uhr**  
**Rathaus am Markt, gr. Sitzungssaal, Detmold**

### Resilienz und Zeitmanagement

Wir müssen oftmals Familie, Job und Ehrenamt unter einen Hut bringen und immer ist die Zeit knapp.

Mit Methoden des Zeitmanagements und praktischen Erkenntnissen aus der Resilienzforschung entwickeln Sie Ihre Strategien mit beruflichen und ehrenamtlichen Herausforderungen besser umzugehen. Sie lernen Ihre Resilienz zu stärken. Resilienz ist sozusagen das Immunsystem unserer Psyche, das uns beim Umgang mit Stress und Belastungen unterstützt.

Referentin: Christiane Keller-Zimmermann (Diplom-Psychologin)

In Zusammenarbeit mit der Friedrich-Ebert-Stiftung.

**Fr. 01.09.23, 16.00 – 21.15 Uhr bis Sa. 02.09.23, 9.00 – 15.00 Uhr**  
**Vortragsraum VHS, Krumme Str. 20, Detmold**

### Die Kommune und das liebe Geld

Je nachdem, wie in einer Stadt das Geld eingesetzt wird, werden Ziele und Schwerpunkte gesetzt. Kernstück der Kommunalpolitik ist daher der Haushaltsplan, dessen Lesen und Verstehen zum politischen Handwerkszeug gehört. In der Veranstaltung wird die Bedeutung des Haushaltsplans, unter anderem am Beispiel von Zukunftsthemen wie Nachhaltigkeit und Digitalisierung, erläutert.

Referentin: Dr. Miriam Mikus (erste Beigeordnete und Kämmerin der Stadt Detmold)

**Mi. 13.09.23, 18.00 – 20.00 Uhr**  
**Rathaus am Markt, gr. Sitzungssaal, Detmold**

### Kommunale Politik gestalten

Die Aufgaben einer Kommune sind vielfältiger als oft bekannt ist. Am Beispiel eines kommunalen Handlungsfeldes, wird dies näher beleuchtet. Was sind die Aufgaben einer Kommune und was können Kommunalpolitiker\*innen in einem Ausschuss bewirken. Speziell zu einem Handlungsfeld, auf das sich die Teilnehmerinnen geeinigt haben, wird eine Expert\*in aus der Verwaltung und eine Kommunalpolitiker\*in aus dem Fachausschuss eingeladen.

**Di. 24.10.23, 18.00 – 20.00 Uhr**  
**Rathaus am Markt, gr. Sitzungssaal, Detmold**

### Überregionale Veranstaltungen

Neben der Veranstaltungsreihe in Detmold finden ebenso in Arnsberg, Gütersloh, Lippstadt und Minden Veranstaltungsreihen in Zusammenarbeit mit den politischen Stiftungen statt. Da dies eine gemeinsame Kooperation ist, haben Sie als Teilnehmerin der Detmolder Reihe grundsätzlich die Möglichkeit daran teilzunehmen.

Eine separate Anmeldung bei den jeweiligen Gleichstellungsstellen ist aber notwendig. Bitte beachten Sie, dass die jeweiligen Plätze begrenzt sind und kein Anspruch auf einen Platz besteht. Eine zusätzliche Gebühr fällt nicht an. Die Fahrtkosten und ggf. Übernachtungskosten sind selbst zu tragen. Weitere Informationen zu den Angeboten erhalten Sie bei den Gleichstellungsbeauftragten vor Ort.

### Folgende Angebote stehen zur Verfügung

