



Fit für öffentliche Arbeit und Politik - Achtung! Neue Daten

Eigene Ressourcen, Kompetenzen und Potenziale (er)kennen. Einblicke in politischen Alltag gewinnen. Zielgruppe: Frauen, die sich für öffentliche Arbeit / Politik interessieren, die in Vereinen, Organisationen, Parteien oder polit. Gremien aktiv sind oder sein möchten. Einzelne Module können nicht gebucht werden.

Leitung Anita Keller-Klemm, Kommunikation und Clownerie
Ort Betreuungszentrum, Heiden

Datum / Modul 1 und 2: Samstag, 10. September 2022, 8.15 Uhr – 17.00 Uhr

Zeit *Modul 1: Einblick – Ausblick*

- Anforderungsprofil(E) an die Tätigkeiten in öffentlichen Ämtern und in der Politik erstellen
- Eigene Ressourcen, Fähigkeiten und Kompetenzfelder erkennen und benennen

Modul 2: Auftritt und Wirkung – sich selber sein

- Auftritt und Wirkung – was mich ausmacht
- Umgang mit Lampenfieber
- Vorbereitung von Reden und Sitzungen
- Argumente als Stützpfiler einsetzen
- Umgang mit unterschiedlichen Gesprächstypen und -situationen

Modul 3 und 4: Samstag, 17. September 2022, 8.15 Uhr – 17.00 Uhr

Modul 3: Fair und klar kommunizieren

- Rollen und Verhalten in Kritikgesprächen erkennen
- Kritik geben und annehmen
- Grenzen setzen bei unsachlicher Kritik

Modul 4: Nächste Schritte

- Techniken des Selbst-Coachings kennenlernen und austauschen
- Wie weiter – was fehlt mir noch, wo hole ich was?

Modul 5: Donnerstag, 22. September 2022, 18.30 Uhr – 21.00 Uhr

Modul 5: Praxisaustausch mit Politikerinnen und Frauen in einem öffentlichen Amt

- Politikerinnen und Frauen stellen sich den Fragen von interessierten Frauen

Ziele Die Module wollen Frauen mit folgenden Themen für öffentliche Arbeit und Politik motivieren und stärken:

- Eigene Ressourcen, Fähigkeiten, Kompetenzen und Potenziale (er)kennen
- Chancen und Grenzen benennen
- Vertiefte Einblicke in den politischen Alltag gewinnen

Zielgruppen Frauen, die sich für öffentliche Arbeit und Politik interessieren, die in Vereinen, Organisationen, Parteien oder politischen Gremien aktiv sind oder sein möchten.

Kosten CHF 380 (CHF 430 Nichtmitglieder), exkl. Mittagessen

Anmeldung bis Freitag, 26. August 2022 an kurse@frauen-zentrale.ch oder Ursula Schoch, +41 71 352 45 77
>Flyer)

Melden Sie sich noch heute an!

Ja, ich melde mich für FitfürPolitik in 5 Modulen an
Preis für alle 5 Module.

- CHF 430
 CHF 380 (für Mitglieder)
 CHF 380 (ich werde Mitglied der Frauenzentrale AR und bezahle den Mitgliederpreis)

Name*

Vorname*

Adresse*

PLZ/Ort*

Telefon*

E-Mail*

Mitteilung

Geben Sie diesen Validierungscode in das nachfolgende Feld ein: Frauen@Appenzellerland!

[Anmelden](#)

Bitte beachten Sie, dass wir bei Abmeldungen nach dem Anmeldeschluss sowie bei Nichterscheinen den vollen Tagungsbeitrag in Rechnung stellen müssen, sofern keine Ersatzteilnehmerin gefunden wird.

Die Frauenzentrale Appenzellerland bietet ein attraktives, abwechslungsreiches Jahresprogramm.
Das gedruckte Jahresprogramm steht Ihnen hier als PDF zum Download bereit.