

# FRAUENGESTALTEN

## Gesellschaft und Zukunft

### Mitreden, Mitentscheiden, Mitgestalten!

Eine lebendige Gesellschaft und Demokratie brauchen die Beteiligung und das Engagement von Frauen! Nur wer sich einmischt und seine Interessen einbringt, kann Entscheidungen beeinflussen. Gerade in Krisenzeiten ist es besonders wichtig, dass beide Geschlechter in allen Bereichen des öffentlichen Lebens gleichermaßen präsent und beteiligt sind. Nur so lassen sich die Grundlagen für ein unabhängiges, selbstständiges und existenziell abgesichertes Leben für alle verwirklichen! Daher braucht es in Zukunft noch deutlich mehr Frauen, die mitgestalten!

### Gestalten auch Sie mit!

Mag.<sup>a</sup> Barbara Niehues, Geschäftsführerin KOKON

### ERGÄNZENDE ANGEBOTE

- Austausch mit Politikerinnen
- Gemeinsamer Besuch des Landtags
- Eine Mentorin aus der Region zur Unterstützung, falls gewünscht
- Alumnitreffen
- Möglichkeit eines kostenpflichtigen Einzelcoachings

### Weitere Informationen und ANMELDUNG:

Frauenservicestelle KoKon  
Mag.<sup>a</sup> Barbara Niehues  
E-Mail: [info@kokon-frauen.com](mailto:info@kokon-frauen.com)  
Tel. 0664 / 20 491 51  
[www.kokon-frauen.com](http://www.kokon-frauen.com)



**POLITIK-TRAINING**  
Ein spannender Lehrgang für Frauen  
im Pongau, Pinzgau & Lungau,  
die Verantwortung in Politik,  
Gesellschaft und Vereinen übernehmen wollen  
oder dies bereits tun.

# FRAUENGESTALTEN

## Gesellschaft und Zukunft

# 2025/26



Der Lehrgang wird gefördert von



## Was bieten wir Ihnen an?

Neue Kompetenzen in den Bereichen Konfliktmanagement, Öffentlichkeitsarbeit, Kommunikation, Rhetorik, Frauenpolitik u.v.m.  
Knüpfen Sie neue Kontakte und erweitern Sie Ihr Netzwerk!

## Was ist Ihr Benefit?

Sie arbeiten an Ihren persönlichen Stärken & auch Schwächen.  
Sie lernen anders zu kommunizieren und sich besser zu behaupten.  
Sie erfahren neue Konzepte und Methoden, um sich durchzusetzen.

**Sie können kraftvoller für Ihre Anliegen und Interessen in Ihrem gesellschaftspolitischen oder politischen Engagement und in allen anderen Bereichen Ihres Lebens eintreten.**

### 7 Module von April 2025 bis Jänner 2026

Beginn jeweils Freitag, von 14:30 bis 19:30 Uhr und Samstag, von 9:00 bis 17:00 Uhr.  
Die Module finden im Pongau und Pinzgau in verschiedenen Gemeinden statt.

### Aufgrund der Förderung durch das Land Salzburg können wir den Lehrgang für sensationelle € 250,- pro Teilnehmerin anbieten. (Ohne diese Förderung würden die Kosten mehr als € 2.500,- pro Teilnehmerin betragen)

Bei Stornierung nach Anmeldeschluss beträgt die Stornogebühr 70% der Lehrgangskosten, sofern keine Ersatzteilnehmerin nominiert werden kann.

## 1 Frauenpolitik gestern und heute

Freitag 04. bis Samstag 05. April 2025

Ort: Bischofshofen, Pongau

### MODUL 1

Referentin Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Birgit Buchinger

- Begrüßung und Gruppenfindung
- Frauenpolitik und Frauenleben
- Eigene politische Ziele, Handlungsfelder und Strategien erarbeiten

## 2 FrauMACHTPolitik

Freitag 16. bis Samstag 17. Mai 2025

Ort: Maishofen, Pinzgau

### MODUL 2

Referentin Mag.<sup>a</sup> Maria Embacher

- Die verschiedenen Seiten von Macht
- Spezifische Formen weiblicher Macht
- Eigenen Zugang zu Macht entwickeln

3

## Schlagfertigkeitstraining

Freitag 27. bis Samstag 28. Juni 2025

Ort: St. Johann, Pongau

### MODUL 3

Referentin Lisa Solta MSc

- Raus aus der Sprachlosigkeit!
- Hin zur schnellen Reaktion und überzeugenden Argumentation

4

## Konflikte meistern und überzeugen wie ein Profi

Freitag 12. bis Samstag 13. Sept. 2025

Ort: St. Johann, Pongau

### MODUL 4

Referentin Dr.<sup>in</sup> Kathrin Zechner

- Konflikten konstruktiv begegnen
- Strategien für die Konfliktbearbeitung
- Selbstbewusst die eigenen Anliegen vertreten und gut argumentieren

5

## Öffentlich punten - Medientraining

Freitag 17. bis Samstag 18. Oktober 2025

Ort: Maishofen, Pinzgau

### MODUL 5

Referentin DI Christine Brugger

- Medien als PartnerIn gewinnen
- „Tue Gutes und sprich darüber“
- Interviewtraining

6

## Fr: Fit für die Gemeindepolitik Sa: Gender & Diversity

Freitag 21. bis Samstag 22. Nov. 2025

Ort: Maishofen, Pinzgau

### MODUL 6

Fr: Referentin Mag.<sup>a</sup> Barbara Niehues

- Gemeindepolitik als Basis für politisches Gestalten
- Sa: Referentin Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Silvia Kronberger
- Geschlechtervielfalt – gleiche Chancen schaffen

7

## Persönliche Entwicklungswerkstatt

Samstag 24. Jänner 2026

Ort: St. Johann, Pongau

### MODUL 7

Referentin Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Birgit Buchinger

- Rückblick, Erkenntnisse und Ausblick
- Eigene Standortbestimmung
- Strategien für die Zukunft