# Politiklehrgang für Frauen - 2026

**mitentscheiden – mitgestalten**

Frauen gestalten Politik – in Gemeinden, Vereinen, Initiativen, Organisationen und in der Öffentlichkeit. Gleichzeitig stehen viele Frauen vor der Herausforderung, sich in politischen Strukturen sichtbar zu machen, Position zu beziehen und ihre Anliegen wirksam einzubringen. Genau hier setzt der Politiklehrgang für Frauen an.

Der Lehrgang unterstutzt Frauen dabei, ihren Platz in Politik und Gesellschaft selbstbewusst einzunehmen und politische Prozesse aktiv mitzugestalten. Die Teilnehmerinnen erweitern ihr Wissen über Demokratie, politische Systeme und gesellschaftliche Zusammenhange und setzen sich mit Themen wie Gender, Vielfalt, Kommunikation, Konfliktmanagement und Medienarbeit auseinander.

Gleichzeitig starken sie ihre persönliche Wirkung, ihre Argumentationsfähigkeit und ihren sicheren Umgang mit Öffentlichkeit und digitalen Medien.

Praxisnahe Einblicke in politische Entscheidungsprozesse, der Austausch mit erfahrenen Politikerinnen sowie die Vernetzung mit anderen engagierten Frauen stehen dabei im Mittelpunkt. Der Lehrgang bietet Raum für persönliche Entwicklung, gegenseitige Unterstützung und neue Perspektiven. Ziel ist es, Frauen zu ermutigen, Verantwortung zu übernehmen, ihre Anliegen klar zu vertreten und politische Handlungsspielraume aktiv zu nutzen.

## Zielgruppe

Der Politiklehrgang richtet sich an Frauen, die sich in Vorarlberger Gemeinden, Institutionen, Kammern, politischen Parteien, öffentlichen Gremien, Organisationen, Vereinen oder Initiativgruppen engagieren oder künftig aktiv einbringen möchten.

## Inhalte

### Standortbestimmung & Politisches Engagement

*Klarheit gewinnen und den eigenen Weg in der Politik gestalten*

Die Teilnehmerinnen reflektieren ihre Motivation, Stärken und Ziele im politischen Kontext und setzen sich mit ihrer Rolle zwischen Beruf, Privatleben und politischem Engagement auseinander. Sie entwickeln Klarheit über ihren persönlichen Weg in die Politik, stärken ihre Selbstwahrnehmung und formulieren konkrete nächste Schritte. Darüber hinaus beschäftigen sie sich mit Fragen von Haltung, Sichtbarkeit und persönlichem Anspruch im politischen Engagement. Sie lernen, mit öffentlicher Aufmerksamkeit, Widerständen und Erwartungen souverän umzugehen und authentisch Position zu beziehen.

## Nationalsozialismus in Vorarlberg – Verfolgung und Widerstand von Frauen

*Vergangenheit verstehen und Gegenwart gestalten*

Das Modul vermittelt Einblicke in die Geschichte des Nationalsozialismus in Vorarlberg mit besonderem Fokus auf den Widerstand von Frauen und die Erinnerung an weibliche NS-Opfer. Welche Rolle sollten Frauen im NS-Regime einnehmen? Wie widersetzten sich Frauen und wie wurden Widerstand und Verfolgung von Frauen nach 1945 in Vorarlberg und darüber hinaus erinnert? Die Teilnehmerinnen setzen sich mit diesen und weiteren Fragen auseinander und reflektieren deren Relevanz für die Gegenwart.

## Das politische System Vorarlbergs

*Strukturen und politische Prozesse verstehen*

Das Modul vermittelt Grundlagen über Aufbau und Funktionsweise des politischen Systems in Vorarlberg. Die Teilnehmerinnen lernen politische Entscheidungsprozesse kennen und erfahren, wie sie sich wirksam in politische Strukturen einbringen können.

## Demokratie und Politik in Österreich

*Strukturen erkennen und Handlungsspielräume nutzen*

Die Teilnehmerinnen vertiefen ihr Verständnis von Demokratie und politischen Prozessen und setzen sich mit den Rahmenbedingungen politischer Gestaltung auseinander. Sie lernen, wie Interessen, Machtverhältnisse und Entscheidungsstrukturen wirken und welche Rolle Frauen in politischen Prozessen einnehmen. Dadurch entwickeln sie ein klares Verständnis dafür, wie sie eigene Anliegen wirksam einbringen können.

## Argumentationstraining gegen Stammtischparolen und Antifeminismus

*Sicher auftreten und klar Position beziehen*

Die Teilnehmerinnen lernen, auf populistische, diskriminierende oder antifeministische Aussagen souverän und klar zu reagieren. Sie stärken ihre Argumentationsfähigkeit, gewinnen Sicherheit in schwierigen Gesprächssituationen und entwickeln Strategien für eine respektvolle und klare Haltung.

## Gender & Diversity

*Vielfalt erkennen und Gleichstellung aktiv fördern*

Die Teilnehmerinnen setzen sich mit Grundlagen von Gender und Diversity auseinander und reflektieren deren Bedeutung für die politische Praxis. Sie erkennen, wie Sprache, Rollenbilder und gesellschaftliche Strukturen wirken, und lernen Vielfalt bewusst wahrzunehmen und

konstruktiv zu nutzen. Dadurch stärken sie ihre Sensibilität für Gleichstellung und Chancengleichheit.

## Politik vor Ort – Wirksam in der Gemeinde handeln

*Gemeindepolitik verstehen und aktiv mitgestalten*

Die Teilnehmerinnen erhalten einen praxisnahen Einblick in die Arbeit der Gemeindevertretung und lernen Aufgaben, Rechte und Handlungsspielräume kennen. Anhand konkreter Beispiele erfahren sie, wie politische Entscheidungen vor Ort entstehen und wie sie sich aktiv und wirksam in die Gemeindepolitik einbringen können.

## Erfahrungsaustausch mit aktiven Bürgermeisterinnen

*Von Erfahrungen lernen und Netzwerke stärken*

Im Austausch mit aktiven Bürgermeister:innen erhalten die Teilnehmerinnen Einblicke in politische Praxis, Entscheidungsprozesse und persönliche Herausforderungen politischer Arbeit. Gleichzeitig bietet das Modul Raum für Vernetzung, Fragen und persönliche Orientierung.

## Konfliktmanagement

*Souverän mit Spannungen umgehen und Lösungen entwickeln*

Die Teilnehmerinnen reflektieren ihr eigenes Konfliktverhalten und lernen, Konflikte frühzeitig zu erkennen und konstruktiv zu bearbeiten. Sie entwickeln Strategien, um auch in herausfordernden Situationen klar, lösungsorientiert und souverän zu handeln.

## Hass im Netz

*Digitale Angriffe verstehen und sicher reagieren*

Das Modul beschäftigt sich mit Dynamiken von Hass im Netz, digitalen Angriffen und diskriminierenden Kommentaren. Die Teilnehmerinnen lernen Strategien für einen sicheren und souveränen Auftritt im digitalen Raum kennen und erhalten Informationen zu Handlungsmöglichkeiten, Unterstützungsangeboten und Meldestellen. Gleichzeitig wird die persönliche Sicherheit und Resilienz im Umgang mit Social Media gestärkt.

## Kamingespräch mit den Frauensprecherinnen der Landtagsfraktionen

Das Kamingespräch ermöglicht einen direkten Austausch mit Frauensprecherinnen der Landtagsfraktionen. Die Teilnehmerinnen erhalten Einblicke in politische Arbeit, aktuelle frauenpolitische Themen und unterschiedliche politische Perspektiven.

**PR- und Medientraining**

*Sichtbar werden und überzeugend kommunizieren*

Die Teilnehmerinnen lernen, wie sie ihre Themen gezielt in der Öffentlichkeit platzieren und professionell mit Medien umgehen. Sie stärken ihren persönlichen Auftritt, üben Interviewsituationen und entwickeln Sicherheit im Umgang mit klassischen und digitalen Medien.

## Dauer

9. Oktober 2026 bis 26. Februar 2027 an insgesamt 5 Wochenend-Modulen

## Abschluss

Die Teilnahme am Lehrgang wird mit einem Zertifikat bestätigt, wenn der Lehrgang für mindestens 70 Prozent der Zeit besucht wurde. Die Teilnahme an allen Modulen wird vorausgesetzt.

## Anmeldung inkl. Motivationsschreiben

Die Anmeldung erfolgt über die Webseite der Verwaltungsakademie Vorarlberg / Schloss Hofen: www.schlosshofen.at/verwaltungsakademie. Bitte verfassen Sie ein einseitiges Motivationsschreiben, das sie zeitgleich mit Ihrer Anmeldung hochladen. Die Vorlage dafür steht ebenfalls auf der Webseite zur Verfügung.

## Anmeldeschluss

Anmeldeschluss ist am 21. August 2026. Sie erhalten eine Zu- bzw. Absage bis spätestens 28. August 2026.

## Kosten

€ 399,00

Stand: 8. Juli 2026