



## DAS MACHEN WIR

Der Verein Frauen aufs Podium setzt mit seiner Arbeit neue Impulse für die Gleichstellung. Wir entwickeln Projekte, Programme und Kampagnen. Wir führen Studien durch und beraten Menschen & Institutionen. Unser Schwerpunkt ist die Stärkung von Frauen in der Kommunalpolitik. Ziel ist die Chancengleichheit in allen Bereichen unserer Gesellschaft zu beschleunigen.

 [frauenaufspodium.org](https://frauenaufspodium.org)

 [info@frauenaufspodium.org](mailto:info@frauenaufspodium.org)



**DAS PROGRAMM WIRD  
ERMÖGLICHT MIT  
UNTERSTÜTZUNG VON:**



**FISH BOWL AM  
27.10.2023**

**Diskutieren Sie mit  
erfahrenen Politikerinnen.**

**Mit dabei sind unter  
anderem:**

**Dr. Petra Loibl MdL (CSU)**

**Manuela Wälischmiller (Freie Wähler)**

**Heike Aichner (Aktive Bürger)**

**Christine Trapp (SPD)**

**WANN?**

**16-20:00 UHR**

**WO?**

**PENSION JEDERZEIT  
MOOSFÜRTH STR. 66  
94522 WALLERSDORF**

**EINTRITT FREI!**

**BAYERN -  
ICH MISCH' MICH EIN!**

**FÜR MEHR FRAUEN IN DER**



**EMPOWERMENT  
IN WALLERSDORF**



## SIE ÜBERLEGEN POLITIK MIT ZU GESTALTEN?

Wir unterstützen Sie dabei sich mutig und souverän für Ihre Ziele einzusetzen und sich auf überparteilicher Ebene mit gleichgesinnten Frauen zu vernetzen.

## IHNEN IST ES WICHTIG EINE STIMME ZU HABEN?

Das Angebot des Vereins Frauen aufs Podium und dem Landesverband Frauenlisten Bayerns richtet sich an alle Frauen in Bayern, die ihre Ziele auch auf politischer Ebene verfolgen wollen.

## ES IST EINFACHER, ALS SIE DENKEN.

## UNSERE REFERENTINNEN FÜR'S EMPOWERMENT:

### PROGRAMMÜBERSICHT:

Freitag, 27.10.2023  
16:00-20:00 Uhr

Wallersdorf: Pension Jederzeit,  
Moosfürther Straße 66, 94522 Wallersdorf

Programm:  
Fish Bowl

- Kennenlernen/Vorstellungsrunde
- Einführung Frauen in der Kommunalpolitik Bayerns
- Fish Bowl
- Gemeinsames Abendessen

Gäste u.a.: Dr. Petra  
Loibl MdL (CSU), Heike  
Aichner (Aktive Bürger);  
Manuela Wälischmiller  
(Freie Wähler)

Samstag, 28.10.2023  
9:00 - 16:00 Uhr

Wallersdorf: Pension Jederzeit,  
Moosfürther Straße 66, 94522 Wallersdorf

Programm:  
Eigene Werte finden

- Einführung
- Was sind Werte und warum sind sie wichtig?
- Visionen entwickeln und konkretisieren
- Kommunikation der eigenen Werte
- Abschlussrunde und Ausblick

Leitung: Gabi Becker -  
Beraterin, Künstlerin  
und Moderatorin

Samstag, 25.11.2023  
10:00-16:30 Uhr

Wallersdorf: Pension Jederzeit,  
Moosfürther Straße 66, 94522 Wallersdorf

Programm:  
Stimme &  
Präsentation

- Kurzer theoretischer Input zum Thema „Stimme & Präsenz“
- Theorie & Praxis: Atmung & Stimme
- Vertiefung: Stimme
- Übung Texten und Spontanrede
- Berufsalltag: Rede / Präsentation / Gespräch
- (Einzelarbeit) Übung Präsentation & Rede
- Videoaufzeichnung & Feedback

Leitung: Bettina Ullrich -  
Schauspielerin,  
Sängerin, Dozentin

Samstag, 27.01.2024  
10:00-16:00 Uhr

Wallersdorf: Pension Jederzeit,  
Moosfürther Straße 66, 94522 Wallersdorf

Programm:  
Rede vor Publikum

- Rückblick
- Was ist eine Rede, was macht eine gute Rede aus?
- Finden Sie Ihr Thema
- Umgang mit der Presse: In ist, wer drin ist?
- Praxis: Interviews/Statements
- Learnings: So „schmeckt“ die Botschaft
- Abschluss der Workshopreihe

Leitung:  
Maria Deingruber -  
Studium an der LMU,  
Mitglied im Vorstand  
des ADFC Bayern, ASF  
Oberbayern

### KOSTEN:

90€ FÜR WORKSHOPS UND VERPFLEGUNG. **ERMÄSSIGUNG FÜR SCHÜLER:INNEN, STUDENT:INNEN, ALG II EMPFÄNGER:INNEN IST AUF ANFRAGE MÖGLICH.**

**ANMELDUNG UNTER:  
[HTTPS://FRAUENAUFSPODIUM.ORG/  
EVENT/](https://frauenaufspodium.org/event/)**



GABI BECKER

„Eigene Vision, eigene Werte finden“  
Beraterin, Künstlerin und Moderatorin. Gabi Becker unterstützt Menschen seit vielen Jahren dabei, zu ihrem authentischen Sein zu finden



BETTINA ULLRICH

„Stimme und Präsenz“  
Schauspielerin, Sängerin, Dozentin u.a. LMU, Coach u.a. bei der Regierung von Oberbayern. Bettina Ullrichs Motto: „Und auf einmal taucht das Leben auf!“



MARIA DEINGRUBER

„Rede vor Publikum/  
Gemeinderatssimulation“  
Studium an der LMU, Mitglied im Vorstand des ADFC Bayern, ASF Oberbayern. Maria Deingrubers Überzeugung: „Solange Frauen Männern nicht gleichgestellt sind, setze ich mich für Geschlechtergerechtigkeit ein. Für alle Frauen, überall“.