

**Lehrgang
Politische
Bildung
2025/26**



**Der Vorteil
für Frauen
am Weg in
die Politik**

Frauenpower 4.0

Vorwort



Foto: proimageustria

Politik braucht Vielfalt. Sie lebt von unterschiedlichen Perspektiven, Erfahrungen und Ideen. Doch noch immer sind Frauen in vielen politischen Gremien und Entscheidungspositionen unterrepräsentiert. Das zu ändern, ist nicht nur eine Frage der Gerechtigkeit – es ist ein demokratisches Muss.

Mit dem Lehrgang „Politische Bildung – der Vorteil für Frauen am Weg in die Politik“ setzen wir ein wichtiges Zeichen: Frauen sollen ermutigt, gestärkt und bestärkt werden, sich aktiv in politische Prozesse einzubringen. Denn nur wer das nötige Wissen, die richtigen Werkzeuge und ein tragfähiges Netzwerk hat, kann seine Stimme wirkungsvoll erheben – und gestalten. Dieser Lehrgang soll Frauen nicht nur informieren, sondern inspirieren. Er bietet Raum für Austausch, Weiterbildung und Selbstbewusstsein. Politik beginnt nicht erst im Parlament – sie beginnt dort, wo Menschen ihre Umgebung mitgestalten wollen. Genau dort setzen wir an.

Ich danke allen Teilnehmerinnen, Absolventinnen, Referent:innen und Partnerorganisationen sowie dem Referat für Frauen und Gleichstellung des Landes Kärnten, die diesen Lehrgang bis jetzt immer möglich gemacht haben und wünsche für den 21. Lehrgang viel Erfolg, Erkenntnis und vor allem: Mut zur politischen Beteiligung.

Herzlichst, Ihre Frauenreferentin

LRⁱⁿ Mag.^a Sara Schaar



Foto: Jasmin Lopez

Noch immer bestehen große Ungleichheiten für Frauen, etwa bei Löhnen, Pensionen oder in der medizinischen Versorgung. Tief verwurzelte Rollenbilder existieren weiterhin, die den Wirkungsbereich von Frauen vor allem in der unbezahlten Sorgearbeit sehen, im Management von Haushalt und Familie. Tatsächliche Chancengleichheit entsteht jedoch nicht von selbst und vor allem nicht in einer patriarchal geprägten Gesellschaft. Sie braucht gezielte Veränderung und aktive Teilhabe an Entscheidungsprozessen. Erst wenn Frauen sichtbar werden, sich einbringen, Forderungen stellen und mitgestalten, beginnen sich Strukturen zu verändern. So bauen wir Schritt für Schritt Ungleichheiten ab. Demokratie bedeutet, selbst mitzubestimmen. Frauen übernehmen im Alltag so oft souverän und engagiert Verantwortung. Warum also nicht auch in der Politik? Hier haben Sie die Möglichkeit, gesellschaftlich relevante Themen aufzugreifen und sich aktiv für mehr Gerechtigkeit einzusetzen. Unser Lehrgang bietet die ideale Grundlage dafür. Machen Sie mit – wir freuen uns auf Sie!

Herzlichst, Ihre Frauen und Gleichstellungsbeauftragte des Landes Kärnten

Mag.^a Martina Gabriel

Überblick

TERMINE

Kick-off
17.10.2025

Modul 1
25.10.2025

Modul 2
29.11.2025

Modul 3
24.01.2026

Modul 4
21.02.2026

Modul 5
21.03.2026

Closing
17.04.2026

INHALTE | REFERIERENDE

ERÖFFNUNG UND BEGRÜSSUNG | Frauenreferentin LRⁿ Mag.^a Sara Schaar, Frauenbeauftragte Mag.^a Martina Gabriel
Interaktives Kennenlernen über die Körpersprache | Andrea Latritsch-Karlbauer

Abläufe und Spielregeln in der EU | Mag.^a Martina Rattinger, MA
Themenabend: **Gender Mainstreaming – Faktencheck zur Gleichstellung** | Mag.^a Sandra Preiml, BA MA

Recht – Verfassungsrecht – EU-Recht: Grundlagen | Mag.^a Dr.ⁱⁿ Doris Hattenberger
Themenabend: **Datenschutz-Recht bei Verwaltungsbehörden** | Mag. Gernot Hobel

Rechtliche und finanzielle Rahmenbedingungen der Kommunalpolitik | Mag.^a Doris Burgstaller, Mag. Gernot Hobel
Themenabend: **Starke Frauen im öffentlichen Auftritt** | Andrea Latritsch-Karlbauer

Formen der politischen Mitsprache und Beteiligung | FH-Prof.ⁱⁿ MMag.^a Dr.ⁱⁿ Kathrin Stainer-Hämmerle
Themenabend: **Raumplanung von A – Z** | DIⁿ Sabine Polesnig

Presse und Öffentlichkeitsarbeit – aber wie?

Bühne frei! Selbstbestimmt und selbstsicher vor Publikum | Mag.^a Andrea Krassnig

Medienarbeit – Tools im Überblick | Mag. Christian Kraxner

Öffentlichkeitsarbeit in der Social Media-Ära | Peter Plaikner

Themenabend: **Diskussion mit Frauensprecher:innen aller Parteien** | Moderation: Martina Klementin

VERLEIHUNG DER ZERTIFIKATE | Frauenreferentin LRⁿ Mag.^a Sara Schaar, Frauenbeauftragte Mag.^a Martina Gabriel

Feedback: Was hat sich durch den Lehrgang verändert?

Stark in die Zukunft – Stärkung der individuellen Körpersprache | Andrea Latritsch-Karlbauer



Module

KICK-OFF

Freitag, 17. Oktober 2025, 16.00–18.00 Uhr | JGH Cap Wörth – Festsaal, Velden am Wörthersee

Eröffnung und Begrüßung | Frauenreferentin LRⁱⁿ Mag.^a Sara Schaar und Frauenbeauftragte Mag.^a Martina Gabriel

Interaktives Kennenlernen über die Körpersprache | Andrea Latritsch-Karlbauer

Das Wissen um die eigenen nonverbalen Stärken ist Garant für eine gelungene Kommunikation. Mittels interaktivem Einstieg über die Körpersprache, den Humor und die persönliche Begegnung erfahren Sie mehr über Ihre Wirkung auf andere. Nicht nur Worte zählen, sondern auch das, was Ihr Körper dazu sagt.

MODUL 1

Samstag, 25. Oktober 2025, 9.00–18.30 Uhr | JGH Klagenfurt – Großer Saal, Klagenfurt am Wörthersee

Abläufe und Spielregeln in der EU | Mag.^a Martina Rattinger, MA

Erläuterung der Rolle Kärntens im EU-Gesetzgebungsprozess und inwieweit auch eine kleine Region Europas, wie z. B. Kärnten, gehört und seine Interessen auf europäischer Ebene vertreten werden. Sie erhalten einen kurzen Überblick des Gesetzgebungsprozesses im Allgemeinen und lernen Mitwirkungsmöglichkeiten anhand von Beispielen kennen.

16.30–18.30 Uhr

Themenabend: Gender Mainstreaming – Faktencheck zur Gleichstellung | Mag.^a Sandra Preiml, BA MA

MODUL 2

Samstag, 29. November 2025, 9.00–18.30 Uhr | JGH Klagenfurt – Großer Saal, Klagenfurt am Wörthersee

Recht – Verfassungsrecht – EU-Recht: Grundlagen | Mag.^a Dr.ⁱⁿ Doris Hattenberger

Rechtsbegriff, Funktionen und Stufenbau der Rechtsordnung; Verfassungsrecht, Gesetzgebung, Verwaltung; Europäische Union: Entstehung, Institutionen, EU-Recht und dessen Wirkungsweise.

16.30–18.30 Uhr

Themenabend: Datenschutz-Recht bei Verwaltungsbehörden | Mag. Gernot Hobel

MODUL 3

Samstag, 24. Jänner 2026, 9.00–18.30 Uhr | JGH Klagenfurt – Großer Saal, Klagenfurt am Wörthersee

Rechtliche und finanzielle Rahmenbedingungen der Kommunalpolitik | Mag.^a Doris Burgstaller und Mag. Gernot Hobel

Anhand von Praxisbeispielen lernen Sie die wichtigsten Organisationsstrukturen der Gemeinde lt. Kärntner Allgemeiner Gemeindeordnung kennen. Sie erfahren wie Gemeinderatssitzungen optimal vorbereitet, durchgeführt und dokumentiert werden und welche Mittel und Instrumente Ihnen in der Gemeindeaufsicht, im Budget, bei Rechnungsabschluss, in der Kontrolle und in Ausschüssen zur Verfügung stehen.

16.30–18.30 Uhr

Themenabend: **Starke Frauen im öffentlichen Auftritt | Andrea Latritsch-Karlbauer**

MODUL 4

Samstag, 21. Februar 2026, 9.00–18.30 Uhr | JGH Klagenfurt – Großer Saal, Klagenfurt am Wörthersee

Formen der politischen Mitsprache und Beteiligung | FH-Prof.ⁱⁿ MMag.^a Dr.ⁱⁿ Kathrin Stainer-Hämmerle

Sich einmischen und mitmischen bei politischen Entscheidungen ist auf viele Arten möglich. Manche entsprechen ohnehin nur einer Scheinbeteiligung, viele sind für Frauen weniger geeignet, bei anderen tapen wir noch gerne in Fallen. Diese zu erkennen und zu vermeiden sowie eine strategische Vorbereitung Ihrer nächsten Schritte in der Politik erarbeiten Sie interaktiv im Rahmen dieses Workshops.

16.30–18.30 Uhr

Themenabend: **Raumplanung von A – Z | DIⁱⁿ Sabine Polesnig**

Derzeit stehen die Gemeinden jedoch vor großen Herausforderungen. Bodenschutz, Leerstand, Zersiedelung und nachhaltige Energiegewinnung sind Themen, die sehr stark bewegen. Daher ist es umso wichtiger, die Werkzeuge in der Raumplanung als Politikerin zu verstehen und sie richtig einzusetzen. Örtliche Entwicklungskonzepte, Flächenwidmung, Bebauungsplanung und Energieraumplanung sind wesentliche Bestandteile, um eine Gemeinde Zukunftsfit zu entwickeln.



Führung durch den Kärntner Landtag

Termin angefragt, wird 2026 bekanntgegeben

Herzstück der Besichtigung ist der Plenarsaal, ein Symbol für Demokratie. Mehr als die Hälfte der Bevölkerung sind Frauen. Daher kann und darf Politik nicht mehrheitlich von Männern bestimmt werden. Frauenpolitik ist wichtig für die ganze Gesellschaft. Das wussten bereits die Pionierinnen, die hart für politische Mitbestimmung kämpften und Vorbildwirkung haben. Auch heute, in Zeiten großer Veränderungen, ist aktive Frauenpolitik notwendiger denn je, denn jeder Stillstand bedeutet einen Schritt zurück.

MODUL 5

Samstag, 21. März 2026, 9.00–18.30 Uhr | JGH Klagenfurt – Großer Saal, Klagenfurt am Wörthersee
Presse und Öffentlichkeitsarbeit – aber wie?

9.00–10.30 Uhr

Bühne frei! Selbstbestimmt und selbstsicher vor Publikum | Mag.^a Andrea Krassnig

Wir rücken Ihre Stärken, Talente, Fähigkeiten und Ressourcen in den Fokus. Sie erkennen, wie Ihnen ein selbstsicherer Auftritt gelingen kann und lernen persönliche Angriffe gelassen zu nehmen.

10.30–13.00 Uhr

Medienarbeit – Tools im Überblick | Mag. Christian Kraxner

Eine Frau, die in der Politik an vorderster Stelle stehen will, hat es früher oder später intensiv mit der Medienwelt zu tun. Denn Interviews, Presseaussendungen, TV und Radio sowie andere Formen der PR (v.a. via Social Media) sind mit einem erfolgreichen politischen Wirken untrennbar verbunden. Dieser Workshop wirft einen Blick in den Werkzeugkasten der Öffentlichkeitsarbeit. Unter anderem geht es um Verhaltenstipps für den direkten Kontakt mit Journalist:innen, einige Spielregeln fürs Texten und wichtige allgemeine Empfehlungen für die Medienarbeit, um sicher(er) im Umgang mit Medienleuten zu werden.

14.00–16.00 Uhr

Öffentlichkeitsarbeit in der Social-Media Ära | Peter Plaikner

Zeitgemäße politische Kommunikation ist ein Balanceakt zwischen persönlicher Kontaktpflege, klassischer Medienvermittlung und eigenen Social Media-Aktivitäten. Neben der extremen Verkürzung des Gesprochenen und Geschriebenen liegt die größte Herausforderung in der Dominanz des Visuellen. Sie wird durch den rasanten Trend zum Bewegtbild noch verstärkt.

16.30–18.30 Uhr

Themenabend: **Diskussion mit Frauensprecher:innen aller Parteien | Moderation: Martina Klementin**

CLOSING

Samstag, 17. April 2026 | 16.00–18.00 Uhr | JGH Cap Wörth – Festsaal, Velden am Wörthersee

Feedback: Was hat sich durch den Lehrgang verändert?

mit Frauenreferentin LRⁱⁿ Mag.^a Sara Schaar und Frauenbeauftragter Mag.^a Martina Gabriel



VERLEIHUNG DER ZERTIFIKATE

Stark in die Zukunft – Stärkung der individuellen Körpersprache | Andrea Latritsch-Karlbauer

In diesem Abschlussmodul erfahren Sie, wie Sie Kraft und Stärke über Ihre Körpersprache bekommen. Sie erhalten konkrete Tipps, um selbstbewusst Haltung zu zeigen und zu Ihren Inhalten zu stehen. Begeisterung und eine klare, nachvollziehbare Körpersprache sind starke Argumente für einen unvergesslichen öffentlichen Auftritt.

Referent:innen



Foto: Burgstaller

Abt.L.-Stv.ⁱⁿ Mag.^a Doris Burgstaller
Amt der Kärntner Landesregierung
Abt. 3 Gemeinden und Katastrophenschutz,
Leiterin UA Rechtliche Gemeindeaufsicht und
Abteilungsmanagement.



Foto: Krassnig

Mag.^a Andrea Krassnig
Persönlichkeits- und Organisationsentwicklerin,
Coach, Prozess- und Veranstaltungsmoderatorin.
Spezialisiert auf Führung, Teams, Veränderung,
Auftritt und Selbstwert.



Foto: aau/J. Puch

Ass.-Prof.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ Doris Hattenberger
Alpen-Adria-Universität Klagenfurt
Institut für Rechtswissenschaften – Forschungs-
schwerpunkte: Öffentliches Recht einschließlich
unionsrechtlicher Bezüge und öffentliches Wirt-
schafts-, Umwelt- und Datenschutzrecht.



Foto: Nina Oberleitner

Mag. Christian Kraxner
Journalist und Verhaltenstrainer für Politiker:innen,
Interessenvertreter:innen und Wirtschaftstreiben-
de Trainingsschwerpunkte: Rhetorik, Präsentation,
Verhandlung und Interessendurchsetzung, Me-
dienarbeit.



Foto: Erich Varh-Topper

Mag. Gernot Hobel
Kärntner Gemeindebund, Stv. Landes-GF, Autor
bei Manz, Lexis-Nexis und WEKA, Vortragender,
Prüfungskommissär bei Dienstprüfungen der
Kärntner Gemeinden und Gemeindeverbände.



Foto: Karin Wernig

Andrea Latritsch-Karlbauer
Trainerin und Vortragsrednerin, Expertin für
Körpersprache und authentischen Auftritt. Er-
kennt die Botschaften der Körperhaltung und hilft
Menschen selbstbewusster und mutiger zu werden.



Foto: Simone Attisani

Martina Klementin
Selbstständige Moderatorin, Keynote Speake-
rin „Mission: Mehr Frauen auf die Bühne – so wirst
du zur Bühnenheldin“, Coaching für den selbstbe-
wussten und souveränen Auftritt auf der Bühne,
vor der Kamera, sowie auf Social Media.



Foto: Gernot Gleiss

Peter Plaikner

plaiknerpublic Medienberatung, Experte für politische Kommunikation und GF-Gesellschafter von IMPact – Institut für Medien und Politik, Politik-kolumnen, Lehrtätigkeit an den Universitäten Innsbruck, Graz, Krems, Klagenfurt und Växjö.



Foto: VBB Kärnten

Mag.ª Martina Rattinger, MA

Amt der Kärntner Landesregierung
Abt. 1 Landesamtsdirektion
Bereichs koordin atorin für europäische und internationale Angelegenheiten, Vertreterin des Landes Kärnten in Brüssel.



Foto: Lukas Lorenz

DIª Sabine Polesnig

Amt der Kärntner Landesregierung
Abteilung 15 – Standort, Raumordnung und Energie
Leiterin der UA Fachliche Raumordnung.



Foto: Prugger

FH-Prof.ª MMag.ª Dr.ª Kathrin Stainer-Hämmerle
Studiengangsleitung & Professur für Public Management FH Kärnten, Professur für Politikwissenschaft, Forschung: Wahl- & Verfassungsrecht, Politische Bildung, Parteienforschung. Lehr- u. Forschungsaufträge der Universitäten Graz, Krems und Klagenfurt.



Foto: Mathias Taxer

Mag.ª Sandra Preiml, MA

Amt der Kärntner Landesregierung
Abt. 1 Landesamtsdirektion
Leiterin der UA Strategische Landesentwicklung

Coaches

Jeder TeilnehmerIn stehen drei kostenlose Coachingstunden (gesamt oder gesplittet) vom 17. Oktober 2025 bis 17. April 2026 zur beruflichen oder persönlichen Weiterentwicklung zur Verfügung. Vereinbaren Sie direkt Ihre Termine:



Foto: Glanzlig

Univ.Do.z. Dr. Andrea Egger

Tel. +43 650 5218272

psi-consulting.at

Spittal an der Drau

Klinische- u. Gesundheitspsychologin, Arbeits-, Rechtspsychologin, allg. beeid. gerichtl. zert. SV

- Visionsarbeit, Denkmuster, Resilienz, Mobbing, Erschöpfung
- Konflikt-, Stress-, Zeitmanagement
- Frauengesundheit und Führungskräftecoaching



Foto: tinefoto

Univ.Lekt. Mag. Gerith Goritschnig M.A.

Tel. +43 664 5480260

gentleguidance.at

Klagenfurt am Wörthersee

Coach (ROMPC Master Coach), Mediatorin, Business Consultant

- Teamentwicklung & Leadership
- Veränderungsberatung
- Frauen in Führungspositionen



Foto: Knauder

MMag. Dr. Monika Kanatschnig

Tel. +43 664 1940055

kanatschnig-coaching.at

Klagenfurt am Wörthersee

Wirtschaftspsychologin und zertifizierter Coach

- Persönlichkeitsmarketing und Karrierebegleitung
- Personalcoach: Die ICH-Marke
- Beratung von Führungskräften, Organisationen und Teams



Foto: arco.at

Dr. Heinz Ortner, MBA

Tel. +43 664 3415232

heinz-ortner.com

Klagenfurt am Wörthersee

Coach, Medientrainer, Autor – Sachbuch „Machtmensch“

- Sicherheit für Ihren Auftritt in den Medien und vor Publikum
- Wissen über die Spielregeln in Führungspositionen
- Motivation, sich in die erste Reihe zu stellen



Foto: ricco.at

Mag. Dr. Christian Pirker

Tel. +43 660 9073001

christianpirker.com

Klagenfurt am Wörthersee

Unternehmensberater, Managementtrainer, Keynote Speaker

- Effektive Führung
- Politische Rhetorik
- Authentisch sein

Informationen

Veranstaltungsorte

Jugend- und Familiengästehaus | JGH Klagenfurt
Neckheimgasse 6 | 9020 Klagenfurt am Wörthersee
Jugend- und Familiengästehaus | JGH Cap-Wörth
Seecorso 39 | 9220 Velden am Wörthersee

Lehrgangsorganisation

Amt der Kärntner Landesregierung
Referat für Frauen und Gleichstellung
Völkermarkter Ring 31 | 9020 Klagenfurt am Wörthersee
T 050 536 33052 | E frauen@ktn.gv.at

Teilnahmegebühr

Der Selbstkostenanteil beträgt € 400,- / Person inkl. Mittagessen (12.00–13.00 Uhr) und Seminarunterlagen. Im Sinn der Kostentransparenz weisen wir darauf hin, dass das Referat für Frauen und Gleichstellung Lehrgangskosten von € 1.756,- / Teilnehmerin übernimmt.

Lehrgangsstipendium

Es besteht die Möglichkeit eines Lehrgangsstipendiums.
Die Fördervoraussetzungen für den Selbstkostenanteil sind:
Förderung zu 100 %: Nettoeinkommen bis € 800,-,
Förderung zu 50 %: Nettoeinkommen bis € 1.000,-
Förderung zu 25 %: Nettoeinkommen bis € 1.200,-
Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Lehrgangsorganisation im Referat für Frauen und Gleichstellung.

Bewerbungsformular

frauen.ktn.gv.at

Bewerbungsschluss

Montag, 22. September 2025 | Begrenzt auf 20 Teilnehmerinnen

Teilnahmebedingungen

Um ein Zertifikat zu erhalten, ist die aktive Teilnahme an mindestens 75 % des Lehrgangs erforderlich.

Kinderbetreuung

Bei Bedarf wird eine kostenlose Kinderbetreuung angeboten. Dafür ist eine verlässliche Anmeldung mit Namen und Alter des Kindes / der Kinder bis spätestens 7 Tage vor dem nächsten Modul bei der Lehrgangsorganisation notwendig.

Barrierefreiheit

Die Veranstaltungsorte sind barrierefrei. Wenn Sie ÖGS-Dolmetschung oder andere Unterstützung benötigen, kontaktieren Sie: frauen@ktn.gv.at.



Digitaler Zugriff über Ihren persönlichen und geschützten Zugang **via Share-Point**: Alle Skripten und Zusatzmaterialien sind jederzeit verfügbar und während der gesamten Lehrgangsdauer downloadbar.



Impressum

Amt der Kärntner Landesregierung | Abteilung 13 – Gesellschaft und Integration

Referat für Frauen und Gleichstellung

Völkermarkter Ring 31, 9020 Klagenfurt am Wörthersee

T 050 536 33052 | F 050 536 33050

E frauen@ktn.gv.at | W frauen.ktn.gv.at

Herausgeberin: Referat für Frauen und Gleichstellung, Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten

Titelfoto: stock.adobe.com – Barsimur | Layout: Scribblebox e.U.

Druck: Kreiner Druck, Druck- und Verlagsgesellschaft m.b.H. & Co KG, 9500 Villach | Stand: 2025