

Helvetia ruft! Mentoring 2023



Runde 3: **11. Mai – 19. Juni 2023**

Das Helvetia ruft!-Mentoringprogramm geht in die letzte und grösste Runde! Im Mai und Juni begleitet euch Helvetia durch 5 Abende und 9 Kurse auf Deutsch und Französisch und macht euch fit für eure politische Karriere!

Der Countdown bis zu den nationalen Wahlen im Oktober läuft! Eingeladen sind sowohl die Frauen, die dieses Jahr kandidieren, als auch die, die längerfristig planen oder kantonale politisch aktiv sind.

Die Kurse sind gratis und finden online statt. Anmeldungen sind aber verpflichtend, da die Plätze begrenzt sind.

Anmelden könnt ihr euch unter folgendem Link:
<https://forms.gle/j7PuJmSvC7f7i2Ge8>



Die Kurse:

Mein politisches Programm

11. Mai und 1. Juni 2023, 18.30 – 20.00 Uhr, online

Inhalt: Für welche politischen Inhalte brenne ich? Was will ich als amtierende Politikerin verändern? Wie vertrete ich meine Inhalte authentisch?

In diesem Workshop lernst du dein politisches Programm in gängigen Botschaften auf den Punkt zu bringen.

Leitung:



Eveline Rutz ist freie Journalistin. Sie schreibt vor allem über politische, wissenschaftliche und gesellschaftliche Themen. Dank langjähriger Berufserfahrung weiss sie, was es braucht damit politische Forderungen gehört werden und zum Erfolg führen. Für verschiedene Tageszeitungen hat sie das Politgeschehen auf kommunaler, kantonaler sowie nationaler Ebene verfolgt. Sie war als Bundeshauskorrespondentin für die Regionalmedien der NZZ und zuletzt als Inlandredaktorin bei Tamedia tätig.



Umgang mit Medienanfragen

16. Mai und 25. Mai, 18.30 – 20.00 Uhr, online

Inhalt: Wie reagiere ich, wenn eine Journalistin anruft? Wie nutze ich Medienanfragen, um meine Botschaften zu platzieren? Wie bringe ich meine eigene Botschaft unter die Leute?

Das kleine «Einmaleins» des Presseknigge. Du erlernst die Professionelle Medienarbeit. Du erkennst Dich in der Berichterstattung über Dich wieder.

Leitung:



Andrea Kucera ist Bundeshaus-Redaktorin bei der NZZ am Sonntag. Journalistisch Feuer gefangen hat sie vor zehn Jahren bei der Zürichsee-Zeitung. Danach führte ihr Werdegang sie auf die Nachrichtenredaktion der NZZ, später nach Lausanne, wo sie als Westschweiz-Korrespondentin aus der französischsprachigen Schweiz berichtete.



Kathrin Bertschy ist Nationalrätin, Co-Präsidentin von alliance F und Co-Initiantin von Helvetia ruft! Als Politikerin musste auch sie sich die Tricks und Kniffe guter Medienarbeit zuerst aneignen.



The Floor is Yours – Auftrittskompetenz

25. Mai, 18.30 – 20.00 Uhr, online

Inhalt: Wie bereite ich mich auf einen Auftritt vor? Wie bestehe ich auf einem Podium? Wie gelingt mir ein guter Mix aus Beharrlichkeit und Gelassenheit? diesem Workshop üben wir professionelles Auftreten in herausfordernden Situationen.

Du weisst, wie du dich optimal vorbereiten kannst, um deine Botschaften zu platzieren und deine Auftrittsmöglichkeiten sogar zu geniessen.

Leitung:



Sibyl Schädeli ist Ethnologin mit einem MAS in Management, Dozentin, Autorin und Executive- und Karriere-coach. Sie weiss, wie anspruchsvolle Positionierungs- und Durchsetzungssituationen gemeistert werden müssen und kann durch ihre Schwerpunkte auf Frauenkarrieren wichtige Werkzeuge für die Politische Bühne zur Verfügung stellen.



Flavia Kleiner ist Historikerin, Co-Initiantin von Helvetia ruft! und Mitgründerin der Operation Libero, bei der sie sechs Jahre lang Co-Präsidentin war. Sie bringt grosse Erfahrung im Meistern von herausfordernden Situationen auf Podien mit.



Social Media im Wahlkampf nutzen Donnerstag, 16. Februar 2023, 18.00 – 19.30 Uhr, online

Inhalt: Wie nutze ich die Sozialen Medien im Wahlkampf? Wie erreiche ich meine Wählerschaft auf Social Media? Wie generiere ich Aufmerksamkeit und mobilisiere Menschen auf Social Media? Wie gehe ich mit negativem Feedback oder sogar mit Hate Speech um?

Du kennst Beispiele von guter Social Media Arbeit; Du lernst, was einen guten Social Media Auftritt ausmacht und wie Du eine Geschichte online erzählen kannst. Zudem erhältst Du Tipps und Tricks im Umgang mit Hate Speech.

Leitung:



Jessica Zuber ist Politikwissenschaftlerin und Campaignerin. Sie hat im Wahljahr 2019 als Kampagnenleiterin Helvetias Ruf ins Land getragen und ist motiviert, ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit den Teilnehmerinnen zu teilen. Als ehemalige Projektleiterin von alliance F und ehrenamtliche Kampagnenstrategin bei Operation Libero verfügt sie über viel Wissen, was erfolgreiche Kommunikation auf Social Media angeht. Zurzeit arbeitet sie als Beraterin für eine Agentur.



Sasha Rosenstein ist Community Manager und Projektmitarbeiter von Stop Hate Speech, einem Projekt von alliance F gegen Hass im Internet. Er wird sein Wissen und seine Erfahrungen aus digitalen und zivilgesellschaftlichen Engagements mit Euch teilen und Euch mit Tipps und Tricks versorgen, sollte der Umgangston online rauer oder unangebracht werden.



Informationen zu den **französischsprachigen** Kursen
findest du hier: **Entraînement - Helvetia vous appelle ! (helvetia-ruft.ch)**

Unterstütze Helvetia ruft! Mit einer Spende:
Spenden - Helvetia ruft! (helvetia-ruft.ch)

Bestelle eine **Helvetia-Tasche:**
Shop - Helvetia ruft! (helvetia-ruft.ch)

Helvetia ruft! Dich



Die Schweiz
wählt
Demokratie

am 22.
Oktober
2023



economiesuisse



• Swiss Banking



alliance F