

# Helvetia ruft! Mentoring 2023



## **Runde 1:** **13. bis 20. Februar 2023**

**Das Helvetia ruft!-Mentoringprogramm geht offiziell in die erste Runde! Bereits im Februar bietet euch Helvetia 4 Abende, an denen ihr online und gratis eure Politikerinnen-Rucksäcke füllen könnt.**

Ihr lernt fiesen Medienschaffenden elegant und **professionell Rede und Antwort zu stehen**, ihr erfahrt, wie ihr eure Kampagne **perfekt auf die Sozialen Medien abstimmt** und, vor allem, wie ihr euer persönliches politisches Programm authentisch vertretet!

**Anmelden** könnt ihr euch unter folgendem Link:  
<https://forms.gle/UKUrLZegGsdLuMgU9>

Die Plätze sind begrenzt, «Es het solang's het!»- aber keine Bange, **die nächste Mentoringrunde kommt bereits im März!**

Falls ihr euch für Kurse auf Französisch interessiert, meldet euch direkt bei [helvetia-ruft@alliancef.ch](mailto:helvetia-ruft@alliancef.ch) oder schaut auf der Website nach: [www.helvetia-vous-appelle.ch](http://www.helvetia-vous-appelle.ch)

**Zu den Kursen:**

## **\*Umgang mit Medienanfragen\***

**Montag, 13. Februar 2023,  
18.00 – 19.30 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



# **\*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.



# \*Mein politisches Programm\*

**Donnerstag, 16. und  
Montag, 20. Februar 2023,  
18.00 – 19.30 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** 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 Bundeshaus korrespondentin für die Regionalmedien der NZZ und zuletzt als Inlandredaktorin bei Tamedia tätig.



• Swiss Banking



alliance F