

# SHE FOR DEMOCRACY

**Wir  
wollen  
mitbestimmen,  
du auch?**

[dortmund.de/shefordemocracy](https://dortmund.de/shefordemocracy)



## WAS DICH HIER ERWARTET

### First things first:

Die Einführung ..... 3

### Wer lebt hier?

Wer gestaltet die Zukunft? ..... 4

### Politik braucht Frauen –

Zeit für deinen Einfluss ..... 6

### Mach Dortmund zu deinem Projekt

Werde politisch aktiv! ..... 8

### Dein Erfolg ist unser Ziel

Schau, was wir im Angebot haben ..... 11

### Du hast Fragen?

Hier findest du Antworten! ..... 18

## FIRST THINGS FIRST: DIE EINFÜHRUNG

### DORTMUND BRAUCHT MEHR FRAUEN IN DER POLITIK!

Demokratie braucht viele aktive Menschen. Politische Macht und Verantwortung sollen auch von Frauen übernommen werden. Aktuell sind aber deutlich mehr Männer als Frauen politisch aktiv.

In den Parlamenten und Regierungen auf Bundes- und Landesebene und im Stadtrat sind es häufiger Männer, die Ämter und Entscheidungspositionen besetzen.

### DORTMUND BRAUCHT DIE VIELFALT VON FRAUEN IN DER POLITIK

Wir wollen Frauen mit verschiedenen Erfahrungen, Hintergründen und politischen Meinungen motivieren, die Politik in Dortmund mitzugestalten. Migrationshintergrund, soziale Herkunft, Religion und Weltanschauung, Behinderungen, Alter oder sexuelle Orientierung sind komplett unerheblich – wir freuen uns über jede Bewerberin!

## WER LEBT HIER?

## WER GESTALTET DIE ZUKUNFT?\*

Der Rat der Stadt Dortmund ist die Vertretung der Dortmunder Bevölkerung, aber ist er auch ein Abbild der Bevölkerung?

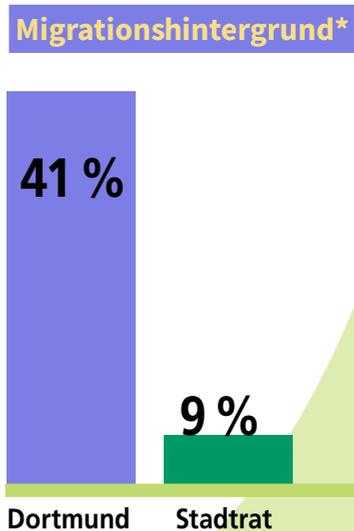
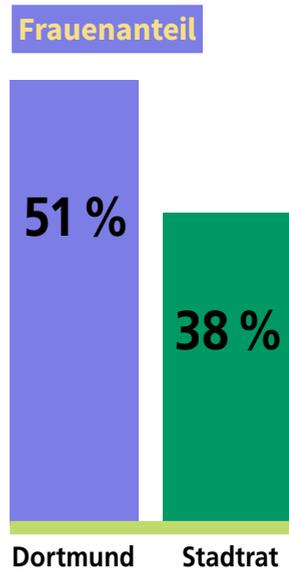
Auch wenn in einer repräsentativen Demokratie politische Gremien kein genaues Abbild der Gesellschaft sein müssen, ist es wichtig, dass sich unterschiedliche Personengruppen für ihre Interessen und Belange einsetzen. Im Stadtrat sollten daher in allen Parteien Frauen und Männer, Menschen mit und ohne Migrationshintergrund und in unterschiedlichen Altersgruppen vertreten sein.

\* Vgl.: Statistiken der Stadt Dortmund zu 2023:  
[statistikportal.dortmund.de/bevoelkerung/bevoelkerungszahlen](http://statistikportal.dortmund.de/bevoelkerung/bevoelkerungszahlen)

**Fatma Karacakurtoglu, Fraktion Die LINKE+**

**„Ich setze mich aktiv ein,  
weil Politik unser aller Leben beeinflusst,  
egal woher wir kommen, welche Bildung,  
welchen Glauben, welche Sexualität  
und welche sexuelle Identität wir haben.  
Vielfalt bereichert unsere Gesellschaft.“**





\* Hierzu zählen alle Nichtdeutschen, Eingebürgerten, im Ausland geborenen Deutschen sowie Aussiedler\*innen; ferner Kinder unter 18 Jahren, von denen mindestens ein Elternteil einen Migrationshintergrund hat.

## **POLITIK BRAUCHT FRAUEN – ZEIT FÜR DEINEN EINFLUSS!**

Frauen können nur dann ihre Themen in politische Entscheidungsprozesse einbringen, wenn sie das nötige politische Gewicht haben.

Politische Entscheidungen beeinflussen das Leben aller. Diskriminierung zu verhindern und die Gleichberechtigung der Geschlechter zu fördern, sollte Ziel auf allen politischen Ebenen sein. Der Stadtrat setzt die Weichen für Dortmund. Wer sich zur Wahl stellt und gewählt wird, hat direkten Einfluss darauf, welche Themen auf die politische Agenda kommen.

**Dr. Eva Goll, CDU-Fraktion Dortmund**

**„Ich engagiere mich in der Kommunalpolitik, weil Demokratie davon lebt, dass viele Menschen Ideen einbringen und Verantwortung übernehmen. Mir ist dabei besonders wichtig, dass Kinder vielfältige und gute Bildungsangebote erhalten.“**



**SEXISMUS**

**GEWALT GEGEN FRAUEN**

**LOHNGERECHTIGKEIT**

**WOHNORTNAHE  
INFRASTRUKTUR**

**ALTERSARMUT**

**VEREINBARKEIT  
FAMILIE UND BERUF**

**WOHNUNGSMARKT**

**KINDERBETREUUNG**

**ÖFFENTLICHER  
NAHVERKEHR**

**FRAUEN AUF DEM  
ARBEITSMARKT**



## **MACH DORTMUND ZU DEINEM PROJEKT – WERDE POLITISCH AKTIV!**

In Dortmund hast du die Chance, auf vielen Ebenen mitzugestalten: ob als Mitglied in den Ortsverbänden der Parteien, als gewähltes Mitglied in einer Bezirksvertretung oder im Stadtrat. Hier kannst du wichtige Themen anstoßen und als Mandatsträgerin aktiv mitbestimmen, wofür Geld investiert wird.

Wie soll die Mobilität in der Stadt aussehen? Wie schaffen wir ein buntes, vielfältiges, nachhaltiges Leben? Und wie gestalten wir unser Umfeld, damit es für alle passt – von der Kita bis zur Pflegeeinrichtung? Diese und viele andere Fragen warten auf deine Ideen und dein Engagement.

### **DEIN WISSEN WIRD GEBRAUCHT!**

Dortmund braucht dein Know-how, um wirklich Politik für alle zu machen. Werde Expertin in der Stadtpolitik – denn du bist es längst durch deine Erfahrung!

**Janina Kleist, SPD-Fraktion Dortmund**

**„Ich engagiere mich in der Kommunalpolitik, weil ich eine Stadt will, in der Familien ein Zuhause finden – gemeinsam gestalten wir eine lebendige Gemeinschaft, in der alle Generationen gut zusammenleben können.“**





# SAVE THE DATE

17.01.2025

Kick-Off –

Dein Weg in die Dortmunder Kommunalpolitik

25.02.2025

Kommunalpolitik für Einsteigerinnen –  
mitreden, mitgestalten, bewegen

22.03.2025

Workshop: „Mutmuskeltraining“ – Für mehr Mut  
auf deinem Weg in die Kommunalpolitik

10.04.2025

Sicher auftreten, schlagfertig argumentieren –  
Stärke zeigen und souverän kontern

08.05.2025

Debattier beim Bier

13.06.2025

Abschlussveranstaltung:  
Feierabend, Kontakte knüpfen und noch mehr

10.07.2025

Walk and Talk – Wie geht es weiter?!

# DEIN ERFOLG IST UNSER ZIEL SCHAU, WAS WIR IM ANGEBOT HABEN

## KICK-OFF: DEIN WEG IN DIE DORTMUNDER KOMMUNALPOLITIK

FR 17.01.2025

17.00–20.00 Uhr

Rathaus, Friedensplatz 1

Mit der Kampagne „She for Democracy“ wollen wir Frauen dazu ermutigen, sich in die Kommunalpolitik einzubringen, ihre Ideen umzusetzen und das politische Bild unserer Stadt aktiv mitzugestalten.

Was dich beim Auftakttreffen erwartet: Nach Grußworten vom Oberbürgermeister und der Gleichstellungsbeauftragten wird ein inspirierender Film gezeigt, es folgen eine mitreißende Keynote von Prof. Dr. Silke Laskowski und persönliche Tischgespräche mit politisch aktiven Dortmunderinnen. Tausche

dich bei einem Imbiss mit anderen engagierten Frauen aus, vernetze dich und entdecke Möglichkeiten, dich in der Kommunalpolitik zu engagieren. Mach mit, lerne die Strukturen kennen, knüpfe Kontakte und starte mit uns in eine Kampagne, die Dortmunds Zukunft mitgestalten wird – weiblich, mutig und voller Ideen.

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund,  
<https://doo.net/veranstaltung/174838/buchung>

**Kosten:** kostenfrei



## KOMMUNALPOLITIK FÜR EINSTEIGERINNEN – MITREDEN, MITGESTALTEN, BEWEGEN

DI 25.02.2025  
18.00–20.00 Uhr  
digital

Du willst dich politisch einbringen, aber fragst dich, wie Kommunalpolitik eigentlich funktioniert? Welche Gremien gibt es, wer entscheidet was – und vor allem: Wie kannst du selbst aktiv werden? Dann ist dieser Workshop genau richtig für dich!

In nur zwei Stunden nimmt dich unsere Referentin Andrea Blome mit auf eine praxisnahe Reise durch die Basics der Kommunalpolitik. Mit vielen Beispielen aus der Praxis zeigt sie, was in den politischen Gremien vor sich geht, warum sie für unsere Stadt so wichtig sind und welche Möglichkeiten du hast, wirklich etwas zu bewegen.

Egal, ob du überlegst, selbst in die Kommunalpolitik einzusteigen, oder einfach neugierig bist: Dieser digitale Workshop bietet dir die perfekte Gelegenheit, erste Einblicke zu bekommen – und all deine Fragen zu stellen. Mache mit und entdecke, wie viel Power in der Kommunalpolitik steckt – und wie du dabei mitmachen kannst!

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund,  
<https://doo.net/veranstaltung/174852/buchung>  
Einwahllink wird mit der Anmeldebestätigung zugesendet.

**Antje Joest, Mitglied im Rat der Stadt Dortmund**

„Chancengleichheit und eine ausgewogene Repräsentation von Frauen und Männern sind nicht nur Grundpfeiler der Demokratie, sondern auch essenziell für eine zukunftsorientierte und gerechte Gesellschaft. Parität bedeutet gerechte Teilhabe – dafür setze ich mich im Rat der Stadt Dortmund ein.“



## WORKSHOP „MUTMUSKELTRAINING®“ – FÜR MEHR MUT AUF DEINEM WEG IN DIE KOMMUNALPOLITIK

SA 22.03.2025

09.00–15.00 Uhr

Rathaus, Friedensplatz 1

Du hast Lust, dich in der Dortmunder Politik zu engagieren, aber es fehlt dir manchmal der Mut, wirklich loszulegen? Dann ist das „Mutmuskeltraining“ mit Tanja Peters genau das Richtige für dich! Im Rahmen der Kampagne „She for Democracy“ bietet sie einen humorvollen, motivierenden Workshop, der dir zeigt, wie du deinen Mutmuskel stärken und im politischen Alltag selbstbewusster auftreten kannst.

Dieser Mut-Workshop ist darauf ausgelegt, dich zu ermutigen und zu motivieren, dir selbst mehr zuzutrauen. Du lernst, wie du deinen Selbstwert nachhaltig stärkst und erfährst, wie du besser mit Zweifeln und Ängsten umgehen kannst. Tanja Peters bringt dir Strategien nahe, die sich direkt im Alltag umsetzen lassen – und zeigt dir, wie Muttraining ganz konkret deine Entwicklung und dein persönliches Wachstum fördern kann.

Der Workshop richtet sich an alle Frauen, die in der Dortmunder Kommunalpolitik aktiv werden möchten oder schon dabei sind und einen stärkenden Kick suchen. Mach mit und entdecke, wie viel Mut wirklich in dir steckt!

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund,  
<https://doo.net/veranstaltung/174872/buchung>

**Kosten:** kostenfrei

## SICHER AUFTRETEN, SCHLAGFERTIG ARGUMENTIEREN – STÄRKE ZEIGEN UND SOUVERÄN KONTERN

DO 10.04.2025

18.00–20.00 Uhr

digital

Kennst du das? Ein unfairer Kommentar, eine abwertende Bemerkung oder ein Witz auf deine Kosten – und dir fehlen die Worte, um souverän zu reagieren?

Gerade in der politischen Arena geht es nicht immer fair zu – und genau hier setzt unser Workshop an. In diesem interaktiven, zweistündigen Online-Training zeigt dir Katja Dittmar, wie du auf schlagfertige und charmante Weise kontern kannst, ohne die Fassung zu verlieren.

Dabei stehen das situationsgerechte Reagieren, der wertschätzende Konter und das stressfreie Abblitzen im Vordergrund. Du trainierst verschiedene Techniken der Schlagfertigkeit, die dir auch in stressigen Situationen wieder einfallen. Ob einfaches Nachfragen, absurde Reaktionen oder nonverbale Techniken, alles wird im Workshop praktisch erprobt. Das macht dich wortgewandt und selbstbewusst, auch in unerwarteten Situationen.

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund,  
<https://doo.net/veranstaltung/174877/buchung>  
Einwahllink wird mit der Anmeldebestätigung zugesendet.

**Kosten:** kostenfrei

Katharina Diwisch, Fraktion Die PARTEI Dortmund

„Kommunalpolitik ist für mich die Möglichkeit, etwas zu verändern oder zumindest den Männeranteil in den Sitzungen zu reduzieren.“



## DEBATTIER BEIM BIER

DO 08.05.2025

17.30–20.30 Uhr

Ort wird noch bekannt gegeben

Diskutieren kann jede, aber konstruktiv, zielführend und selbstbewusst debattieren – das ist eine echte Kunst. In unserem Workshop „Debattier beim Bier“ lernst du, wie du mit Leichtigkeit die Methodik und Regeln des Debattierens beherrschst und dabei auch noch richtig Spaß hast. Erlebe, wie politische und gesellschaftliche Themen zu spannenden, mitreißenden Wortwechseln werden. Hier trainierst du nicht nur dein rhetorisches Geschick, sondern auch deine Überzeugungskraft und Argumentationsfähigkeit – und das in lockerer Atmosphäre, die zum Mitmachen einlädt.

Dieses Training ist für alle Frauen, die politisch aktiv werden wollen sowie interessierte Kommunalpolitikerinnen, die ihre Argumente souverän und mit Freude auf den Punkt bringen möchten.

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund,  
<https://doo.net/veranstaltung/174889/buchung>

**Kosten:** kostenfrei



## FEIERABEND, KONTAKTE KNÜPFEN UND NOCH MEHR

FR 13.06.2025

17.00–21.00 Uhr

Rathaus, Friedensplatz 1

Nach einem halben Jahr voller inspirierender Workshops und Aktionen rund um „She for Democracy“ ist es Zeit, unseren Erfolg gemeinsam zu feiern! Wir laden dich herzlich ein, den Abschluss der Kampagne mit uns und vielen anderen engagierten Menschen zu erleben.

Freue dich auf einen lebendigen Markt der Möglichkeiten, auf dem du die verschiedenen Parteien und politisch aktiven Organisationen kennenlernen kannst. Hier gibt es jede Menge Gelegenheit, in entspannter Atmosphäre ins Gespräch zu kommen und erste Kontakte für deinen eigenen Weg in die Politik zu knüpfen.

Außerdem warten zwei spannende Kurz-Workshops auf dich: Im ersten Workshop erfährst du, wie du deinen ersten Auftritt in einer politischen Organisation selbstbewusst meisterst. Der zweite Workshop zeigt dir, wie du dich erfolgreich vernetzen kannst – ein wichtiger Schritt für dein politisches Engagement.

Für leckere Snacks und Getränke ist gesorgt. Lass uns zusammenkommen und diesen Abend genießen – ein gebührender Abschluss für „She for Democracy“ und ein Startschuss für deine nächsten Schritte in der Kommunalpolitik!

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund,  
<https://doo.net/veranstaltung/174892/buchung>

**Kosten:** kostenfrei

Katrin Lögering, Fraktion Bündnis 90/Die Grünen Dortmund

„Ich engagiere mich in der Kommunalpolitik, weil ich die Frauenperspektive in nachhaltige Entscheidungen einbringen möchte, um eine gerechte und zukunftsfähige Stadt für alle zu gestalten.“



## WALK AND TALK – WIE GEHT ES WEITER?!

DO 10.07.2025

18.00–20.00 Uhr

Treffpunkt wird noch bekannt gegeben

Mit vielfältigen Veranstaltungen und wichtigen ersten Kontakten zur Politik wurden im Rahmen der Kampagne „She for Democracy“ bereits wertvolle Schritte in Richtung einer aktiveren Beteiligung von Frauen am politischen Leben gemacht. Doch wie geht es jetzt weiter?

Auf unserem Walk and Talk, einem entspannten Spaziergang durch das grüne Dortmund, laden wir interessierte Frauen dazu ein, die nächsten Schritte gemeinsam zu erkunden. In ungezwungener Atmosphäre bietet sich die Gelegenheit, direkt mit Politiker\*innen und Gleichgesinnten ins Gespräch zu kommen, Ideen auszutauschen und Fragen zu stellen. Ein lockerer Rahmen für Begegnungen und Dialoge!

Zum Abschluss kehren wir gemeinsam ein in ein Lokal, wo wir in gemütlicher Runde bei Häppchen und Getränken die Gespräche vertiefen und das Networking weiterführen können. Jetzt ist der Weg bereitet – lasst uns diesen gemeinsam beschreiten und aktiv an der Zukunft der Demokratie mitwirken!

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund,  
<https://doo.net/veranstaltung/176158/buchung>  
Treffpunkt wird mit der Anmeldebestätigung mitgeteilt.

**Kosten:** kostenfrei





**DU HAST FRAGEN?  
HIER FINDEST DU ANTWORTEN!**

**SPD Fraktion**

Telefon (0231) 50-2 43 80

E-Mail: [fraktion@spd-fraktion-dortmund.de](mailto:fraktion@spd-fraktion-dortmund.de)

**CDU Fraktion**

Telefon (0231) 57 94 11 12

E-Mail: [info@cdu-fraktion-dortmund.de](mailto:info@cdu-fraktion-dortmund.de)

**Bündnis 90/Die Grünen**

Telefon (0231) 50-22078

E-Mail: [fraktion@gruene-do.de](mailto:fraktion@gruene-do.de)



**DIE LINKE+**

Telefon (0231) 50-2 72 41

E-Mail: [info@dielinke.plus](mailto:info@dielinke.plus)

**Die PARTEI**

Telefon (0231) 50-2 28 12

E-Mail: [info@diefraktiondortmund.de](mailto:info@diefraktiondortmund.de)

**SEI DABEI! WIR FREUEN UNS AUF DICH!  
DIE RATSFRAUEN DER STADT DORTMUND**

**DEINE ANSPRECHPERSONEN  
IM GLEICHSTELLUNGSBÜRO  
DER STADT DORTMUND**



**Katrin Kieseier**

Telefon (0231) 50-25 47 6  
kkieseier@stadtdo.de

**Cornelia Rempe**

Telefon (0231) 50-27 29 6  
crempe@stadtdo.de



## DU HAST LUST, NOCH MEHR ZU ERFAHREN, DICH AUSZUTAUSCHEN UND ZU VERNETZEN?

Dann schau auch auf das NRW-weite Programm **Be The Change**. Hier gibt es weitere spannende Workshops und Vernetzungstreffen, an denen du teilnehmen kannst.

Die Workshops und Lunch Talks finden online statt.



Informationen zum Programm **Be the Change**:  
[bethechange-nrw.de](https://bethechange-nrw.de)

**05. Februar 2025**

**Workshop: Wie geht Wahlkampf?  
(Tipps, Inspiration, Ideen)**

Analena Mahler  
(Politikwissenschaftlerin & Coach)

**05. März 2025**

**LunchTalk: Auftrittskompetenzen**  
Maria Spießberger (EAF Berlin)

**26. März 2025**

**Workshop: Macht- und  
Mikropolitik**  
Manuela Möller (EAF Berlin)

**11. April 2025**

**LunchTalk: Dein Netzwerke –  
dein Erfolg**  
Mit Katja Glybowski  
(Helene Weber-Preisträgerin 2020,  
Stadträtin in Jena, SPD)  
Mit Cécile Weidhöfer (EAF Berlin)

**13. Mai 2025**

**LunchTalk: Resilienz**  
Manuela Möller (EAF Berlin)

**10. Juni 2025**

**LunchTalk:  
Erfahrungen aus dem Wahlkampf**  
Marika Vetter  
(Gleichstellungsbeauftragte  
Landkreis Görlitz, Initiatorin  
der Initiative F wie Kraft)

**25. Juni 2025**

**Workshop: Umgang mit Hass  
und Hetze**  
Nina Prehm (EAF Berlin,  
Vertreterin der starken Stelle)



## Impressum

Herausgeberin: Stadt Dortmund, Gleichstellungsbüro

Redaktion: Maresa Feldmann (verantwortlich), Katrin Kieseier, Cornelia Rempe

Foto: Stadt Dortmund, Roland Gorecki

Konzept, Gestaltung und Druck: Stadt Dortmund,  
Fachbereich Marketing + Kommunikation – 12/2024

Der Umwelt zuliebe: Für den Druck verwenden wir ausschließlich  
FSC/PEFC-zertifiziertes Naturpapier aus verantwortungsvollen Quellen,  
alkoholfreie Druckchemie sowie Druckfarben auf Pflanzenölbasis.

# SHE FOR DEMOCRACY

## MACH POLITIK VOR ORT!

Du möchtest direkt mitmachen  
oder mehr über unsere Kampagne  
erfahren? Hier findest du alles,  
was du brauchst:



[dortmund.de/shefordemocracy](https://dortmund.de/shefordemocracy)