

## Allgemeine Hinweise

Eine mobile Induktionsschleife ist vorhanden. Wir unterstützen Sie gerne bei Ihrem Bedarf zur Barrierefreiheit.



Folgende Notwendigkeiten können Sie uns im digitalen Anmeldeformular **bis spätestens 26. September 2025 mitteilen:**

- Bedarf an einer Kinderbetreuung
- Bedarf an einer Mitfahrgelegenheit

Parkmöglichkeiten:

- Marktgarage, kostenpflichtig
- Talavera, kostenfrei

## Anmeldung

Die Teilnahme ist kostenfrei!

**Ort:** Rathaus Würzburg,  
Rückermainstraße 2, 97070 Würzburg

**Zeit:** 10:00 - 16:00 Uhr

Anmeldung bitte bis Montag, 06. Oktober 2025 über Formular (QR-Code)



<https://www.gleichstellung-unterfranken.de/projekte/der-interkommunale-aktionstag>

Zum digitalen  
Anmeldeformular

### Landkreis Aschaffenburg | Caroline Ruck

Tel. 06021 394-1030

gleichstellungsstelle@Lra-ab.bayern.de

### Stadt Aschaffenburg | Alice Juraschek

Tel. 06021 330-1418

gleichstellungsstelle@aschaffenburg.de

### Landkreis Bad Kissingen | Antje Rink

Tel. 0971 801-5201

gleichstellung@kg.de

### Landkreis Haßberge | Christine Stühler

Tel. 09521 27-655

gleichstellung@hassberge.de

### Landkreis Kitzingen | Lydia Worschech

Tel. 09321 928-5113

gleichstellung@kitzingen.de

### Landkreis Main-Spessart | Laura Senger

Tel. 09353 793-1022

gleichstellung@Lramsp.de

### Landkreis Miltenberg | Karen Wrigley-Simon

Tel. 09371 501-425

gleichstellungsstelle@Lra-mil.de

### Landkreis Rhön-Grabfeld | Ilona Sauer

Tel. 09771 94-244

gleichstellung@rhoen-grabfeld.de

### Stadt Schweinfurt | Heide Wunder

Tel. 09721 51-6860

gleichstellungsstelle@schweinfurt.de

### Landkreis Schweinfurt | Verena Markert,

**Dr. Selma Rienecker**

Tel. 09721 55-465

gleichstellung@Lrasw.de

### Stadt Würzburg | Monika Kraft

Tel. 0931 3735-68

gleichstellungsstelle@stadt.wuerzburg.de

### Landkreis Würzburg | Carmen Wallrapp

Tel. 0931 8003-5185

gleichstellung@Lra-wue.bayern.de

### Bezirk Unterfranken | Milena Winkler

Tel. 0931 7959-1418

gleichstellung@bezirk-unterfranken.de

## 10. Interkommunaler Aktionstag

# Politik braucht Frauen

Frauen in der Kommunalpolitik  
unterfränkisch – überparteilich – kooperativ

## Samstag, 18. Oktober 2025

Ab 10:00 Uhr im Rathaus Würzburg

Eine Initiative der unterfränkischen  
kommunalen Gleichstellungsbeauftragten

## Inspiration, Austausch und Empowerment

Der Interkommunale Aktionstag „Politik braucht Frauen“ geht in die 10. Runde – und wir feiern dies mit Ihnen!

Seit einem Jahrzehnt bietet der Aktionstag Raum für Austausch, neue Impulse und persönliches Empowerment. Dieses Jahr stehen Vernetzung, Beteiligung und selbstbewusstes Handeln im Mittelpunkt.

Eingeladen sind Frauen, die sich gesellschaftlich engagieren – beruflich, ehrenamtlich oder mit dem Wunsch, politisch aktiv zu werden. Ob zum ersten Mal dabei oder langjährige Mitgestalterin: JEDE zählt!

Freuen Sie sich auf spannende Themen, lebendige Diskussionen mit Politikerinnen, eine Würdigung langjähriger Engagements – und ein kleines Jubiläumsfest zum Abschluss!

In diesem Jahr wird es fünf Thementische geben. Alle 30 Minuten ist ein Wechsel vorgesehen, sodass jede Teilnehmerin die Möglichkeit hat, bis zu vier verschiedene Themen auszuwählen und sich aktiv in die Gespräche einzubringen. Ein besonderer Höhepunkt wird sicherlich die anschließende Diskussion mit erfolgreichen Politikerinnen aus unterschiedlichen politischen Handlungsfeldern sein.

So entsteht ein vielfältiger, inspirierender Austausch – ganz nach dem Motto: Mitreden. Mitgestalten. Mitfeiern.

10:00 Uhr **Herzlich Willkommen**

10:30 Uhr **Begrüßung**

11:00 Uhr **Thementische**

### Klartext reden! – Monika Kraft

Was heißt eigentlich „klare Sprache“ – und warum ist sie so wichtig? Gemeinsam sammeln wir Ideen, wie wir verständlich und direkt kommunizieren können – gerade auch bei komplexen Themen.

### Mit Haltung auftreten – Caroline Ruck

Wie gelingt ein selbstsicheres Auftreten? Wir tauschen uns über Strategien, Alltagssituationen und persönliche Erfahrungen aus – für mehr Präsenz im eigenen Handeln.

### Loslegen – so klappt der Einstieg! – Christine Stühler & Karen Wrigley-Simon

Wo kann ich mich engagieren? Wie finde ich meinen Platz? Wir teilen Erfahrungen und Ideen, wie der Einstieg ins Ehrenamt oder das politische Engagement vor Ort gelingen kann.

### Stark bleiben bei Gegenwind – Alice Juraschek

Was tun, wenn es schwierig wird? An diesem Thementisch sprechen wir über Umgang mit Widerstand und sammeln gemeinsam Strategien, die persönlich stärken.

### Frauen vernetzen sich! – Laura Senger

Was bringt uns Netzwerken wirklich? Wir reden über Formen gegenseitiger Unterstützung, persönlicher Netzwerke und wie wir uns als Frauen noch besser verbinden.

13:00 Uhr **Mittagspause**

14:00 Uhr **Ergebnisvorstellung**

14:15 Uhr **Diskussionsrunde mit Politikerinnen auf dem Podium:**

Kerstin Celina (MdL, Grüne)  
Sabine Dittmar (MdB, SPD)  
Dr. Hülya Düber (MdB, CSU)  
Angelika Krebs (Bürgermeisterin, Freie Wähler)

**Abschluss Get Together & Jubiläumsfest – 10 Jahre Aktionstag!**

## Moderation: Irina Hanft Journalistin und Moderatorin mit fränkischem Profil

Irina Hanft ist seit über 25 Jahren für den Bayerischen Rundfunk im Studio Würzburg tätig – als Journalistin, Autorin, Moderatorin und Reporterin für alle Hörfunkwellen des BR.

