

« Deng Gemeng brauch dech - mir ënnerstëtzen dech » Formatioun fir Kandidatinnen a Kandidaten aus de Majorzgemengen

About:

Am Kader vun der Ëmsetzung vum nationalen Aktiounsplang fir d'Gläichstellung tëscht Fraen a Männer fir d'Diversitéit am Niveau vun de Kandidaten an de Gemengen, déi ënner de Walsystem vun der relativer Majoritéit falen, ze encouragéieren, lancéiert de MEGA e Formatiounszyklus a punkto politescher Féierung fir Fraen, déi potenziell Kandidate fir d'Gemengewale vum 11. Juni 2023 sinn.

Dëse Formatiounszyklus wäert sech spezifesch op folgend Theme konzentréieren: politesch Kommunikatioun, Leadership, rhetoresch Kompetenze souwéi d'Reconciliatioun vum Privaten- a Berufsliewen, Stressbewältegung an d'Schafe vun engem gënschtege Klima fir d'Gläichstellung vun de Geschlechter an der Politik.

D'Schafe vum Personal Branding

- Seng politesch Positiounen sou wéi den eegene politesche Plang glafwierdeg opbauen
 - Säin eegent Zil definéieren
- Seng Kommunikatiounsstrategie definéieren

Gestioun vum Stress

- Quelle vum Stress identifizéieren
- Identifizéiere wat am Alldag hëlleft, Stress ze vermeiden
- Seng Erfahrungen a säi Wëssen an der Gestioun vum Stress geziilt nützen
- Entspannungstechniken uwenne bei staarkem Stress

Duerchsetzungsverméigen

- Op Aenhéicht begéinen
- D'Grondlage vun der Kommunikatioun léieren an applizéieren, fir esou seng eege Besoinen auszedecken

Datumer

- D'Schafe vum Personal Branding
10.04 / 11.04 ab 17:30
 - Gestioun vum Stress
17.04 / 18.04 ab 17:30
- Duerchsetzungsverméigen
24.04 / 25.04 ab 17:30