

**FREDA**

DIE GRÜNE  
ZUKUNFTS  
AKADEMIE

**R**

**FREDA.AT**

**F**

**WEITERBILDUNG**

# **RUFSEMINARE & WORKSHOPS**

**E**

**D**

**A**

**ZUR  
FÖRDERUNG  
POLITISCHER  
BILDUNG  
& KULTUR**

# SEMINAR- & WORKSHOP-ANGEBOTE

**F**REDA – Die Grüne Zukunftsakademie bietet eine Reihe von Seminaren und Workshops an, die direkt gebucht werden können. Die Formate sind halbtägig oder ein- bis zweitägig und können überall in Österreich stattfinden.

Zielgruppe sind alle Partei- und parteinahen Organisationen (bzw. Teilorganisationen) der österreichischen Grünen.

## BUCHUNGSVORGANG:

Wenn du eine Grüne oder Grün-nahe Organisation repräsentierst und ihr eines oder mehrere der Seminare buchen wollt, dann melde dich bitte unter [rufseminare@freda.at](mailto:rufseminare@freda.at) bei uns.

Wir besprechen das konkrete Setting sowie den Trainer\*innen-vorschlag und organisieren das Seminar oder den Workshop.

Die Kosten werden von FREDA getragen.

Bitte berücksichtige, dass die Organisation einen zeitlichen Vorlauf hat. Danke vielmals.

Wenn du/ihr darüber hinausgehende Vorschläge/Wünsche für Seminarangebote habt, bitte jederzeit an [rufseminare@freda.at](mailto:rufseminare@freda.at) mailen. Wir werden uns bemühen, ein entsprechendes Angebot zu gestalten. Danke.

## INHALT

**INHALTLICHE DISKURSE**

3 - 5

**SKILLS**

6 - 8

**RECHTSGRUNDLAGEN**

9 - 10

FOLGENDE ANGEBOTE KÖNNEN GEBUCHT WERDEN:

# INHALTLICHE DISKURSE

---

## Die Grünen Grundwerte & die Grüne Programmatik

Die Grünen Grundwerte und die Grüne Programmatik bilden die Grundlagen unseres politischen Handelns. Das Seminar spannt einen Bogen von den Anfängen der Grünen bis hin zu aktuellen Diskursen im Kontext der Grundwerte.

---

## Grundlagen der Ökologie und des Naturschutzes

Ökologie und Naturschutz sind Grundpfeiler Grüner Programmatik. Das Seminar bietet einen Überblick über die Grundlagen sowie Handlungsfelder dieses Themenkomplexes und setzt sich mit aktuellen politischen Fragen dazu auseinander.

---

## Grundlagen des österreichischen Sozialstaats

Das Bild vom Sozialstaat ist stark in der österreichischen Identität verankert. Die Teilnehmenden erhalten im Seminar einen Einblick in die Entwicklung des Sozialstaates und widmen sich sozialpolitischen Herausforderungen.

---

## Empowerment-Workshops

Zum Umgang mit Rassismus und Diskriminierung, Homophobie, Sexismus und Diffamierung.

In den Workshops wird Empowerment trainiert und geübt, um in konkreten Alltagssituationen mit einer klaren Haltung wirkungsvoll gegen Diffamierung und Diskriminierung auftreten zu können. Anhand von simulierten Gesprächssituationen werden Handlungsmöglichkeiten sowie Gegenstrategien aufgezeigt und Zivilcourage vermittelt. Es ist möglich, die einzelnen Workshops nach inhaltlichen Schwerpunkten zu buchen.

---

## Rechtsextremismus in Österreich

Rechtsextreme Parteien treten mit neuem Selbstbewusstsein auf – und das vor allem auf Landesebene und in den Gemeinden. Wie offensiv müssen sich Kommunal- und Landespolitiker\*Innen mit rechtsextremen Parteien auseinandersetzen?

Ziel ist die Vermittlung von aktuellen Informationen und praxisbezogenen Strategien gegen rechtsextreme Politik. Zudem werden die Teilnehmenden im Umgang mit rechten Parteien trainiert.

---

## Verschörungstheorien

Bedrohlich wahrgenommene Ereignisse wie die Corona-Krise sind ein guter Nährboden für Verschwörungstheorien, die sich rasch vor allem im Netz verbreiten. Der Workshop hinterfragt den Mechanismus von Verschwörungstheorie und vermittelt praktische Strategien für das Diskutieren mit Menschen, die Falschmeldungen und Verschwörungserzählungen glauben.

---

## Grundlagen der Ökonomie – Einführung in die Volkswirtschaft

Ökonomisches Basiswissen und ein Überblick über die verschiedenen Grundlagen sowie Theorieströmungen sind die Schwerpunkte dieses Seminars. Zusätzlich setzt es sich mit aktuellen ökonomischen Fragen auseinander, wie zum Beispiel der Demokratisierung von Finanzsystemen.

---

## Alternative Wirtschaftssysteme

Dieses Seminar setzt sich mit verschiedenen Modellen von „Alternativen Wirtschaftssystemen“ auseinander. Postwachstumsökonomie, Donut-Ökonomie, Commons, Solidarische Ökonomie und die Gemeinwohlökonomie sind unter anderem Themen, die in diesem Seminar behandelt werden.

---

## Grundlagen des Feminismus

Der Feminismus beinhaltet unterschiedliche Strömungen, politische Positionen und Handlungsfelder. Dieses Seminar vermittelt feministisches Basiswissen sowie eine Übersicht über die verschiedenen Theorieströmungen.

---

## Gender Budgeting

Gender Budgeting ist ein wichtiger Bestandteil des Gender Mainstreaming und als solcher mittlerweile auch rechtlich verankert. Während die Zielsetzung klar und unumstritten ist, bestehen weiterhin Fragen bezüglich Methodik und Vorgehensweise. Der Workshop greift Unklarheiten auf und stellt umfassende Informationen zum geschlechtergerechten Budgetieren zur Verfügung.

---

## Barrierefreiheit in Theorie und Praxis

Barrierefreiheit ist in aller Munde, doch wie sieht echte Barrierefreiheit eigentlich aus? In diesem Seminar erfolgt eine Einführung in das Thema auf verschiedenen Ebenen, wie zum Beispiel im Bauwesen, im digitalen Zeitalter, in den gesetzlichen Vorgaben, in der Sprache etc.

---

## Leichte Sprache

Wenn wir Reden halten, Texte für die Öffentlichkeit verfassen oder Bewerbungsmaterialien kreieren, ist es wichtig, dass die Informationen für alle verständlich sind. Leichte Sprache verbessert die Einbindung und Selbstbestimmung vieler Menschen. In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden, wie sie kurz und klar formulieren und wie dabei das Wesentliche gesagt wird. Anhand von Übungen werden die Grundlagen des Schreibens und Sprechens in leichter, verständlicher Sprache erklärt. Es ist möglich, die einzelnen Workshops nach inhaltlichen Schwerpunkten zu buchen.

---

## Nachhaltige Mobilität

Radfahren, als prominentes Beispiel sanfter Mobilität, leistet einen großen Beitrag zu lebenswerten Städten, vermindert den Verkehrsstau und trägt zur körperlichen Aktivität bei. Aber wie bringt man diese Botschaft überzeugend und motivierend zu den Menschen? Das Seminar trägt dazu bei, das Thema Sanfte Mobilität in der Gemeinde und in der Raumplanung zu platzieren.

---

## Digitalisierung

Digitalisierung der Gesellschaft, der Verwaltung und ihre Konsequenzen. Datenschutz und Verhalten im Netz: Wie kann ich mich im Netz schützen? Was bedeutet es, wenn ich Cookies zustimme etc.? Welche Spuren hinterlasse ich? Die Teilnehmenden sollen motiviert werden mit mehr Bewusstsein und Selbstbestimmung im Netz zu agieren.

# SKILLS

---

## **Botschaften eindrücklich vermitteln und framen**

Wie wir politische Informationen einordnen und bewerten, wird maßgeblich davon beeinflusst, mit welcher Wortwahl und mit welchem Kontext sie uns vermittelt werden.

Ziel des Seminars ist es zu lernen, wie man mit den eigenen Botschaften und den richtigen Frames schnell auf den Punkt kommt und komplexe Sachinhalte einfach vermittelt.

---

## **Rede- und/oder Rhetoriktraining**

Reden zu halten und sich zu präsentieren gehört zu den Basics der politischen Arbeit. Ziel dieses Workshops ist es, die eigene Rhetorik zu verbessern. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf der Optimierung der eigenen Wirkung bei politischen Reden oder Auftritten. Vermittelt und trainiert werden der technische Aufbau sowie der Vortrag von Reden, Kurzreden sowie Diskussionsbeiträgen.

---

## **Sprech-, Stimm- und Kommunikationstraining**

Die Stimme ist ein zentrales Medium der Kommunikation. Die akustische Wahrnehmung prägt den Gesamteindruck nachhaltig. Umso wichtiger ist es, die eigene Stimme bei wichtigen Auftritten optimal einzusetzen. Wie das geht und worauf dabei zu achten ist, ist zentraler Inhalt dieses Workshops. Dieser Workshop kann auch ausschließlich nur für Frauen\* angeboten werden.

---

## **Storytelling**

Gute Geschichten zu erzählen gehört zum Handwerkszeug politischer Kommunikation. Inhalte so zu verpacken, dass sie erfahrbar sind, ist aber eine eigene Kunst. Dieser Workshop vermittelt die Grundlagen des Geschichten-Erzählens. Dabei können auch Methoden wie Framing oder Reframing behandelt werden.

---

## **Verhandeln**

Verhandeln gehört zum politischen Alltag. Gut zu verhandeln ist ein Handwerk, das man erlernen kann. Dieser Workshop setzt sich mit den Grundlagen des Verhandelns auseinander. Vermittelt werden die Basics, vorwiegend in praktischen Übungen.

---

## **Medientraining**

Medienauftritte sind ein wesentlicher Anteil politischer Arbeit. Dieser Workshop verfolgt das Ziel, die eigene mediale Wirkung zu verbessern. Trainiert werden u.a. der Umgang mit schwierigen Fragen, der gezielten Produktion von O-Tönen sowie der Umgang mit Fragen, die man nicht beantworten kann/möchte.

---

## „Mein guter Auftritt“

Wie kann man besser auftreten und sich face-to-face überzeugend vermarkten? Wie vertritt man seinen Standpunkt strukturiert und kommt gleichzeitig dabei zu einem konsensualen Ergebnis? Im Workshop lernen die Teilnehmenden u.a. in praktischen Übungen, wie man sich selbst erlebt und auf andere wirkt bzw. wirken möchte.

---

## Selbstorganisation

Ziel des Seminars ist es, das eigene Zeit- und Organisationsmanagement zu optimieren. Lerninhalt sind das Kennenlernen von Tools und eine aktive Auseinandersetzung mit allen Fragen von Delegation, Entscheidungen und unterschiedlichen Entscheidungsmethoden. Ebenso sind eine Analyse sowie die Reflexion der eigenen Situation Teil des Programms. Das Programm orientiert sich an Fragen wie „Was muss ich selbst machen und was kann ich wie delegieren?“, „Wie priorisiere ich meine Projekte?“, „Wie treffe ich schwierige Entscheidungen richtig?“

---

## Organisationsentwicklung

Organisationen verändern sich ständig. Seien es Wachstum, Verknappungen oder Fluktuation. Veränderungen zu bearbeiten und gut zu managen erfordert Zeit und die entsprechenden Fähigkeiten. Dieses Seminar setzt sich mit den Grundlagen der Organisationsentwicklung auseinander und vermittelt entsprechende Methoden und Skills.

---

## Gruppen- und Teamentwicklung

In der politischen Arbeit sind wir permanent mit Gruppen und Teamerfahrungen konfrontiert. Im Fokus dieses Seminars stehen das Kennenlernen von Rollen und Funktionen in Teams sowie die Reflexion der eigenen Rolle. Ziel ist es auch, gruppendynamische Situationen zu verstehen und gruppendynamische Konflikte einordnen zu lernen und bearbeitbar zu machen.

---

## Moderation & Gremien

Gremien und Sitzungen effizient zu gestalten ist manchmal eine Herausforderung. Dieses Seminar setzt sich mit grundlegenden Skills der Moderation sowie den Basics der Sitzungsgestaltung auseinander. Vermittelt werden sowohl Methoden als auch praktische Tipps.

---

## Konfliktmanagement

Die Auseinandersetzung mit Konflikten gehört zum politischen Alltag. Aber Konflikte brauchen oft viel Energie und Zeit. Und manchmal können sie auch existenzbedrohend werden. Dieses Seminar beschäftigt sich mit den Grundlagen des Konfliktmanagements. Welche Stufen von Konflikten gibt es und wie können Konflikte gemanagt werden.

---

## Die Kunst der Mitarbeiter\*innen-Führung

Was sind zentrale Aufgaben von Führungskräften? Worauf sollten sie achten, damit Mitarbeiter\*innen produktiv sein und brauchbare Ergebnisse liefern können? Welches Verhalten ist hilfreich, damit die Motivation der Mitarbeiter\*innen aufrecht bleibt? Diese Fragen sollen im Rahmen des Seminars praktisch und theoretisch beantwortet werden.

---

## Wie finde ich neue Leute fürs Team?

Ein gutes Team braucht auch immer wieder „Nachwuchs“ – neue Menschen mit Ideen und Engagement, die sich gerne einbringen und einsetzen wollen. Wie finde ich diese (sinnvollerweise auch jungen) Engagierten und Interessierten? Wie können sie gut und für alle zufriedenstellend in das bestehende Team eingebunden werden? Und welcher Zeitpunkt ist der richtige, um aktiv auf die Suche nach neuen Leuten fürs Team zu gehen? All diese Fragen beleuchtet dieser Workshop.

---

## Basics der Social-Media-Kommunikation

Facebook, Twitter, Instagram, LinkedIn, Xing, ... Soziale Medien prägen unseren Alltag. Sie bieten viele Chancen politischer Kommunikation, bergen aber auch Risiken. Und sie werden auch gezielt gegen Menschen eingesetzt. Das Potenzial sozialer Medien zu nutzen und sich gegebenenfalls zu schützen soll in diesem Workshop ebenso vermittelt werden wie ein kurzer Überblick, was rechtlich zulässig ist und was nicht.

---

## Foto- und/oder Videoworkshop

Gute Fotos und spannende Videoclips sind heute state of the art in der politischen Kommunikation. Diese gestalten zu lernen ist Inhalt der beiden Workshops. Vermittelt werden die Grundlagen der Bildgestaltung, dramaturgische Aspekte sowie Video-Schnitt.

---

## Kampagnen entwickeln

Gut gemachte Kampagnen können politische Verhältnisse nachhaltig verändern. Der Kampf gegen Legebatterien oder die Umsetzung einer Fußgängerzone in der Wiener Mariahilfer Straße sind Beispiele erfolgreicher Kampagnen. Worauf es beim Entwickeln guter Kampagnen ankommt und was man dafür braucht, soll dieser Workshop vermitteln.

---

## Politisches Handwerk – Politische Strategie

Wie forciert man ein Vorhaben, das man politisch umsetzen will? Dieser Workshop vermittelt Strategien zur erfolgreichen Abwicklung von politischen Projekten. Der Bogen spannt sich von der Strategie über die Budgetierung zur Antragsgestaltung und erfolgreichen Suche nach Kooperationspartner\*innen und Verbündeten.

# RECHTSGRUNDLAGEN

---

## Die österreichische Bundesverfassung

Bundespräsident Alexander Van der Bellen hat im Jahr 2019 über die „Schönheit und Eleganz der Verfassung“ gesprochen. Aber was steht eigentlich in unserer Verfassung? Was kann sie leisten und wo sind die Grenzen? Dieses Seminar liefert einen umfassenden Überblick.

---

## Strukturen der Verwaltung - Österreich

Wie funktionieren ein Ministerium und der Staat in ihrer bürokratischen Gliederung? Welche verschiedenen Amtsbezeichnungen gibt es und was ist ein elektronischer Akt? Antworten auf diese und viele weitere Fragen zu den Hintergründen der österreichischen Verwaltung bekommen die Teilnehmenden in diesem Seminar.

---

## Strukturen der Verwaltung - EU

Wie funktionieren die Verfassung, die Strukturen und die Verwaltung der EU? Auf welcher rechtlichen Basis wird innerhalb der EU entschieden? Was leisten die einzelnen EU-Institutionen? Und wie sind die europäischen Grünen organisiert? Das sind die Themen dieses Seminars.

---

## Gemeinderecht

Das Recht zu kennen ist die Grundlage um zu seinem/ihrem Recht zu kommen. Gemeinderecht ist die Basis erfolgreicher Gemeinderatsarbeit. Ziel dieses Workshops ist es, die Grundlagen des (bundesländerspezifischen) Gemeinderechts (Gemeindeordnung und/oder VRV 2015) kennen und nutzen zu lernen.

---

## Raumordnungsrecht

Raumordnung ist eine tragende Säule sozial-ökologischer Politik. Die Grundlagen sowie die Chancen des Raumordnungsrechts zu kennen und zu verstehen ist ein zentraler Hebel für ökologische und soziale Veränderungen. Dieser Workshop verschafft einen Einblick und zeigt Handlungsfelder auf.

---

## Menschenrechte in Österreich

Die europäische Menschenrechtskonvention ist in Österreich verfassungsrechtlich verankert. Aber was bedeutet das und wie sieht es in der Praxis aus? Das Seminar bietet einen Überblick über die gesetzlichen Grundlagen und setzt sich auch mit aktuellen politischen Fragen dazu auseinander.

---

## Hochschulrecht

ÖH-Funktionär\*innen sind alltäglich damit konfrontiert: Das Universitätsgesetz 2002 sowie das Hochschulgesetz sind die wesentlichen Normen der Universitätspolitik. Sie zu kennen und anzuwenden ist für alle ÖH-Politiker\*innen und -Aktivist\*innen zentral. Dieser Workshop vermittelt die Grundlagen und zeigt Anwendungsfelder auf.

---

## Rechtsgrundlagen für Aufsichtsrät\*innen

Aufsichtsrat oder Aufsichtsrätin sein ist eine verantwortungsvolle Tätigkeit. Insbesondere in Unternehmen, die im öffentlichen Eigentum stehen. Aber was müssen Aufsichtsrät\*innen eigentlich genau machen? Und was darf man, was darf man nicht? Dieser Workshop richtet sich an (Grüne) Aufsichtsrät\*innen und vermittelt die rechtlichen Grundlagen der Aufsichtsratsstätigkeit.

---

## Medienrecht

Im Workshop lernen die Teilnehmenden praxisnahes und rechtliches Wissen über die Verwendung von Bild- und Textmaterial sowie die „sichere“ Gestaltung von Bewerbungsmaterial und Impresen. Zusätzlich setzen sie sich mit gängigen medienrechtlichen Fällen auseinander.