



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

Bureau de l'égalité hommes-femmes  
et de la famille BEF  
Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann und  
für Familienfragen BGF

Rue de la Poste 1, 1701 Freiburg

T +41 26 305 23 86, F +41 26 305 23 87  
www.fr.ch/gfb

*Freiburg, April 2014*

Informationen für Frauen und Männer in der Politik

---

## Schritte zu einer erfolgreichen Kandidatur

**Machen Sie selber den ersten Schritt.** Politik findet in Ihrem Alltag, in Ihrer nächsten Umgebung statt. Beteiligen Sie sich aktiv im Quartier, in einer Bürgerbewegung, in einem Verband, Verein, einer Partei. Wichtig ist, dass Sie es tun, weniger wichtig ist, wo Sie mit Ihrem politischen Engagement beginnen. Übrigens: Interesse an einer Sache ist die einzige Voraussetzung, um politisch aktiv zu werden. Alles Übrige ist lernbar.

**Treten Sie an die Öffentlichkeit.** Tragen Sie die Inhalte Ihrer Bürgerbewegung, des Quartiervereins oder der Interessenorganisation an die Medien. Jeder Medienauftritt dient Ihrem Bekanntheitsgrad und fördert Ihre Routine im Umgang mit den Medien.

**Legen Sie Ihre politischen Ziele fest.** Sind Sie politisch aktiv, überlegen Sie, was Sie in der Politik erreichen wollen und wohin Sie Ihr Engagement führen soll. Legen Sie eine entsprechende Strategie fest. Äussern Sie Ihre Vorstellungen auch gegenüber Ihrer Partei.

**Übernehmen Sie Ämter und Funktionen.** Ist in Ihrer Partei ein Amt, eine Funktion neu zu besetzen, prüfen Sie, was die Übernahme eines solchen Mandats dazu beiträgt, Ihre persönlichen, politischen und beruflichen Ziele zu realisieren. Stellen Sie sich besonders zur Übernahme von hierarchiehoher Funktionen zur Verfügung, die Ihrem parteiinternen wie externen Bekanntheitsgrad förderlich sind.

**Nehmen Sie Einsitz in eine Gemeindegemeinschaft.** Sofern Sie Lust haben, sich in Ihrer Gemeinde zu engagieren, stellen Sie sich für ein Mandat in einer Kommission zur Verfügung. Verfahren Sie ganz nach dem Motto: "Bin ich Ökonomin, gehe ich in die Finanzkommission, bin ich nicht Ökonomin, gehe ich ebenfalls in die Finanzkommission". Denn das geforderte Fachwissen können Sie sich aneignen, selber in parteiinterner Schulung oder in Arbeitsgruppen. Die übrigen Mitglieder sind ja auch nicht als Finanzexperten vom Himmel gefallen.

**Suchen Sie sich Mentorinnen und Mentoren in der Partei oder in Interessenorganisationen.** Nutzen Sie die Erfahrung von Frauen und Männern, die bereits ihren Weg in der Politik gegangen sind. Holen Sie sich immer wieder gezielte Rückmeldungen.

**Streben Sie einen Sitz in der Gemeindeexekutive an.** Sie wissen, dass Kommissionsarbeit eine Möglichkeit ist, in die Politik einzusteigen. Sie wissen aber auch, dass die Übernahme eines Exekutivmandats noch wirkungsvoller ist, wenn Sie einmal im Kanton oder auf nationaler Ebene politisieren möchten. Übrigens: Die erste Kandidatur ist bei Frauen wie bei Männern oft noch nicht erfolgreich. Dies sollten Sie nicht als persönliche Niederlage auffassen. Zwei, drei Anläufe müssten Sie wagen, um Ihr Ziel zu erreichen.

**Machen Sie Werbung für sich.** Schaffen Sie sich frühzeitig ein solides Netzwerk in Ihrer Partei und nutzen Sie bestehende Kontakte und Netzwerke, welche Sie im Beruf oder im privaten Umfeld aufgebaut haben. Vergessen Sie nicht die Möglichkeiten, welche die neuen Kommunikationstechnologien Ihnen bei Aufbau und Pflege Ihres Netzwerks und beim Wahlkampf allgemein bieten.

**Bilden Sie sich.** Nutzen Sie Kursangebote und Informationsveranstaltungen zum Thema Politik, Rhetorik, Wahlkampf, Frauen in der Politik, etc.

*(aus "Das Ziel ist halbe-halbe: Für eine paritätische Vertretung der Frauen und Männer in der Politik" (Kantonale Fachkommission für Gleichstellungsfragen Kanton Bern, Bern 2000)).*