

Empower dich für dein Mandat!

Empowerment- und Mentoringprogramm: Menschen mit Vielfaltsmerkmalen für ein Mandat empoweren.

– für alle, die Vielfalt leben und Politik gestalten wollen

Du gehörst einer diskriminierten Gruppe an und möchtest deinen Platz in der Politik einnehmen? Du hast das Gefühl, strukturelle Hürden hindern dich daran? Du brauchst noch das nötige Know-how für deinen Aufstieg in ein politisches Amt oder Mandat?

Wenn du dich in Zukunft auf ein Mandat bewerben möchtest und einen Safer Space suchst, in dem du dich sicher fühlen, wachsen und vernetzen kannst, ist unser Empowerment- und Mentoringprogramm das Richtige für dich.

Warum dieses Programm?

Als erste Partei in Deutschland haben wir ein Statut für eine vielfältige Partei beschlossen. Wir wollen, dass diskriminierte Personen in unserer Partei gesehen, ihre Bedürfnisse ernst genommen werden und sie ernsthafte Chancen auf ihre Repräsentation bei den GRÜNEN haben. Unser Ziel ist, dass sich die Vielfalt der Gesellschaft auch in unserer Partei widerspiegelt und alle Menschen diskriminierungsfrei bei uns politisch teilhaben können. Vielfalt heißt für uns, Strukturen zu öffnen und zu verändern.

Um Menschen mit Vielfaltsmerkmalen gemäß unseres Vielfaltsstatuts zu empowern und ermutigen, sich auf Mandate zu bewerben und mit dem notwendigen Know-how zu unterstützen, bietet der Bundesverband ein Empowerment- und Mentoringprogramm an.



Du fragst dich, ob du dich bewerben kannst?

Das Programm spricht alle Menschen mit Vielfaltsmerkmalen an. Vielfaltsmerkmale sind solche Merkmale, aufgrund derer Menschen diskriminiert werden können. Hierunter fallen nach unserem Vielfaltsstatut: Geschlecht, Religion oder Weltanschauung, Behinderung oder Erkrankung, Alter, Sprache, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität, sozialer Status, Bildungs-Status und Herkunft.

Bei deiner Bewerbung musst du nicht angeben, welches Merkmal auf dich zutrifft. Es gilt die eigene Positionierung der Zugehörigkeit zu einer bestimmten Gruppe, die Vielfaltsmerkmale besitzt. Durch das Programm muss sich niemand outen. Eine freiwillige Angabe deiner Vielfaltsmerkmale im Verlauf des Programms ermöglicht aber eine spezifischere Zuschneidung des Programms auf deine Bedürfnisse.

Was erwartet dich?

Das Empowerment- und Mentoringprogramm besteht aus drei Modulen. Im ersten Modul erfahren die Teilnehmer*innen alles rund um den Bewerbungsprozess für ein politisches Amt. Das zweite Modul schärft die politische Profilbildung und vermittelt Soft-Skills. Im dritten Modul lernen die Teilnehmer*innen, ein Netzwerk aufzubauen.

Ziel des Programms ist, die Teilnehmer*innen für eine Kandidatur, wie zum Beispiel für ein Landtags-, Bundestags- oder Europamandat, Landesvorsitz oder Bürgermeister*innenamt zu empoweren.

Letztlich entscheidet in einer Demokratie immer die Wahlversammlung, wer als Repräsentant*in ausgewählt wird. Das Programm kann daher keinen Listenplatz oder Mandat garantieren, sondern bereitet die Teilnehmer*innen auf diesen demokratischen Aushandlungsprozess vor und stärkt sie dabei.



Warum solltest du dich bewerben?

Persönlich

- ... weil du Politik verändern willst.
- ... weil du dich und andere empowern möchtest.
- ... weil du Menschen treffen möchtest, die ähnliche Kämpfe kennen.
- ... weil du lernen willst, wie du dich selbst schützt, ohne dich zurückzuziehen.

Strukturell

- ... weil vielfältige Perspektiven wichtig sind und wir diese stärken müssen.
- ... weil wir in der Politik mehr Safer Spaces brauchen, in denen Menschen sicher miteinander wachsen und sich austauschen können.
- ... weil Strukturen zugänglicher werden sollen und müssen.
- ... weil Vernetzung Macht bedeutet.

Ablauf

Präsenzwochenende 1 in Berlin am 28.02.2026: Auftaktveranstaltung

- Begrüßung und Einführung von Pegah Edalatian
- Workshop Modul I: Wie bewerbe ich mich auf ein Amt

Präsenzwochenende 2 in Düsseldorf vom 09.-10.05.2026: Modul II (Teil 1)

- Workshops des Modul II zu Profilbildung, Storytelling, Rhetorik und Argumentationstraining

Online Workshops von März bis Oktober 2026: Modul II (Teil 2)

- Verhandlungstraining
- Resilienz und Selbstfürsorge
- Community-Ansprache



- Umgang mit Social Media
- Umgang mit der Partei und ihren Strukturen
- digital zwischen 10:00 und 16:30 Uhr an den folgenden Wochenenden:
21.03.2026, 25.04.2026, 23.05.2026, 19.09.2026, 10.10.2026

Präsenzwochenende 3 in Berlin vom 11.-12.10.2026: Modul III

- Workshop Modul III: How to Netzwerken
- Austausch mit Mandatsträger*innen

Wie funktioniert das Mentoringprogramm?

Selbstständig oder aus einem Pool wählen die Teilnehmenden eine*n Mentor*in, die ihnen während des Programms zur Seite stehen. Mit den Mentor*innen werden 4 Mentoringtreffen abgehalten. Die Mentoringtreffen dienen der praktischen und politischen Begleitung des Prozesses.

Fallen für mich Kosten an?

Politische Teilhabe soll nicht davon abhängen, welches Einkommen du hast oder in welcher Lebenssituation du bist. Der Bundesverband und die Landesverbände zahlen deshalb Verpflegung, Hotels und Reisekosten sowie die Trainer*innen für die Workshops. Das Programm ist kostenlos. Wir freuen uns dennoch über freiwillige Teilnahmebeiträge. Über die Summe und ob du einen Beitrag leisten kannst, entscheidest du selbst.



Wie kann ich mich bewerben?

Bewerben kannst du dich, wenn du diese Voraussetzungen mitbringst:

- Du bist Träger*in eines Vielfaltsmerkmals gemäß des Vielfaltsstatuts. (Die Vielfaltsmerkmale sind im ersten Infokasten aufgeführt)
- Du möchtest für ein Mandat oder Amt auf Landes-, Bundes- oder Europaebene oder für eine kommunale Spitzenposition, zum Beispiel Bürgermeister*in, kandidieren.
- Du bist bereits aktives Mitglied bei den Grünen, übernimmst Verantwortung und kannst politisch strategische Zusammenhänge erkennen.
- Du hast Grundkenntnisse der Parteistrukturen.
- Du kannst an allen drei Präsenzwochenenden teilnehmen. Die Teilnahme an allen drei Präsenzwochenenden ist verpflichtend. Die Termine dafür stehen ersatzlos fest und müssen wahrgenommen werden. Wer nicht zu den Terminen teilnehmen kann, kann am Programm nicht teilnehmen.
- Bereits bestehende Vernetzung in deinen Landesverband oder Communities kann bei einer erfolgreichen Kandidatur hilfreich sein.

Pro Landesverband sind zwei Plätze im Programm vorgesehen. Falls dich das Programm interessiert, bewirb dich mit deiner ausgefüllten Bewerbung und einem Empfehlungsschreiben bis zum **14. Dezember 2025 23:59 Uhr** (verlängerte Frist statt dem 17.11) bei deinem Landesverband (Kontaktdaten siehe unten). Der Landesverband wählt zwei Teilnehmer*innen aus.

Bitte sende deine ausgefüllte Bewerbung und das Empfehlungsschreiben mit dem Betreff "Bewerbung Empowermentprogramm" an deinen Landesverband. Je nachdem in welchem Landesverband du Mitglied bei BÜNDNIS 90/ DIE GRÜNEN bist, sende deine Bewerbung an:



Baden-Württemberg	miriam.aber@gruene-bw.de
Bayern	theresa.eberlein@gruene-bayern.de
Berlin	diversity@gruene-berlin.de
Brandenburg	vielfalt@gruene-brandenburg.de
Bremen	sina.mueller@gruene-bremen.de
Hamburg	anna.schwarz@hamburg.gruene.de
Hessen	vielfalt@gruene-hessen.de
Mecklenburg-Vorpommern	katharina.horn@gruene-mv.de
Niedersachsen	vielfalt@gruene-niedersachsen.de
Nordrhein-Westfalen	sarah.wolf@gruene-nrw.de
Rheinland-Pfalz	lgs@gruene-rlp.de
Saarland	vielfalt@gruene-saar.de
Sachsen	info@gruene-sachsen.de
Sachsen-Anhalt	info@gruene-lsa.de
Schleswig-Holstein	carla.nicklaus@sh-gruene.de
Thüringen	info@gruene-thueringen.de

Das Empowerment- und Mentoringprogramm wird vom Vielfaltsreferat koordiniert. Bei Fragen wende dich an vielfalt@gruene.de

GRÜNE Grüße von Pegah, Lea und Leonie aus eurem Vielfaltsreferat

