Münchner Aktionswochen gegen Gewalt an Frauen, Mädchen, Jungen und nonbinären Menschen

1. – 29.11.2026

für ein gewaltfreies und selbstbestimmtes Leben
für alle Menschen!

Veranstaltungsprogramm

Schirmpatin
Dritte Bürgermeisterin
Verena Dietl

25.11.2026
Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen

Veranstaltet vom Aktionsbündnis 2026
in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle für Frauen
der Landeshauptstadt München

So 1.11.26

Info-Seite
Online
www.condrobs.de/gewalt

Gewalt endet hier
Info-Kampagne

Gewaltprävention, Empowerment und solidarisches Handeln mit Fokus auf Schutz vor Grenzverletzungen, Selbstbestimmung, Handlungssicherheit und der Sichtbarkeit marginalisierter Perspektiven.

Condrobs e.V., www.condrobs.de/gewalt
veranstaltungen@condrobs.de
Emilie Gendron, Tel. 089/ 38408248

Mo 2.11.26

19.00 – 20.30
Kultur im Trafo
Nymphenbg. Str. 171a
U 1, 7 Rotkreuzpl.
Tram 12 Volkartstr.
Bus 53, 62 Rotkreuzpl.
Übersetzung in Deutsche Gebärdensprache; Induktionsanlage

„LUISA"
Filmvorführung und Austausch

Die Geschichte eines sexualisierten Übergriffs in einer Wohneinrichtung für Menschen mit Behinderung, mit Schauspieler*innen mit und ohne Behinderung. Der Film macht sexualisierte Gewalt in betreuten Strukturen als gesellschaftliches und strukturelles Risiko sichtbar. Ein wichtiger Impuls für Diskussionen über Gewaltprävention, institutionelle Verantwortung, zwischen Selbstbestimmung und Schutz.

Behindertenbeirat LHM / FAK Frauen
www.behindertenbeirat-muenchen.de
behindertenbeirat.soz@muenchen.de
Hasret Aydin, Tel. 089/ 233211972,
Wildwasser München e.V., www.wildwasser-muenchen.de
aydin@wildwasser-muenchen.org,
Kultur im Trafo, www.kultur-im-trafo.de
Tel. 089/ 17959060

Di 3.11.26

10.00 – 13.00
Winzererstr. 47
2. Stock
U 2 Hohenzollernpl.
Tram 12 Barbarastr.
27 Herzogstr.
Æ bis 30.10.26
mit Gebärdendolmetscher*innen

#Respect 404 not found – Gewalt im digitalen Raum mit DGS Dolmetschung
Schulung für Fachkräfte

Info zu vielfältigen Formen von Übergriffen, die über das Internet oder digitale Technologien verbreitet oder ermöglicht werden. Bildbasierte sexualisierte Gewalt und Hate Speech.

Beratungsstelle Frauen*notruf München,
www.frauennotruf-muenchen.de/fortbildungen-und-workshops/gewalt-im-digitalen-raum/
info@frauennotruf-muenchen.de
Melanie Schmalzl Tel. 089/ 763737

Mi 4.11.26

Online
10.00 – 13.00
link-Versand bei Anmeldung an
mira@miramue.de
Æ bis 28.10.26

Gewalt im Netz – Auswirkungen auf Mädchen* und junge Frauen*
Online Fortbildung

In den sozialen Medien erleben 70 % der Mädchen* und jungen Frauen* Bedrohungen, Beleidigungen und Diskriminierungen. Neben Fakten berichten wir aus der Praxis und was die Mädchen* erzählen.

mira Mädchen*bildung, www.miramue.de
mira@miramue.de, Nicole Lindenthal, Tel. 089/ 51399696

Mi 4.11.26
13.00 – 15.00
Dachauer Str. 50
U 1, 7 Stiglmaierpl.
S Hauptbahnhof
Tram 20, 21 Stiglmaierpl.
Æ bis 30.10.26

Unsere Arbeit im Bereich geschlechtsspezifischer Gewalt
Meet & Greet, Open House

Einblick in die Arbeit unserer Fachberatungsstelle. Bei Snacks und Getränken freuen wir uns darauf, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen und Ihre Fragen zu beantworten.

SOLWODI München
www.solwodi.de, muenchen@solwodi.de
Hanna Aumüller, Tacita Agee, Tel. 089/ 27275859

Mi 4.11.26
18.30 – 21.00
Lindwurmstr. 71
U Goethepl.
Tram Sendlinger Tor
Bus 58, 68, N40, N41, N45 Goethepl.
♿ Wenn du eine Rollstuhlrampe benötigst, schreib bitte eine Mail an info@trans-inter-beratungsstelle.de

Wir holen uns Hilfe
Münchens Hilfsangebote bei Gewalt gegen trans*, inter* und nicht-binäre Personen, Informationsveranstaltung und Vortrag

Die Trans*Inter*Beratungsstelle, die TIN* Schutzunterkunft, der Frauen*notruf und Strong! stellen gemeinsam mit dem Gesundheitsreferat der Stadt München ihre Angebote vor, damit ihr wisst, wo ihr Hilfe für euch und eure Freund*innen bekommen könnt.

Trans*Inter*Beratungsstelle
www.trans-inter-beratungsstelle.de
info@trans-inter-beratungsstelle.de, Tel. 089/ 54333-130,
TIN* Schutzunterkunft, www.tin-muenchen.de
info@tin-muenchen.de, Tel. 089/ 35483-260,
Frauen*notruf, frauennotruf-muenchen.de
info@frauennotruf-muenchen.de, Tel. 089/ 763737,
Strong!, www.strong-community.de
Kontakt@strong-communitiy.de, Tel. 0800 0011203,
Gesundheitsreferat Stadt München

Do 5.11.26
Online
16.00 – 17.30
Æ bis 28.10.26
link-Versand bei frauenhaus@koop-fh-muenchen.de

Deutschlandweit einzigartig - Gewaltschutzarbeit im Frauen*haus mit psychisch mehrbelasteten Frauen* mit und ohne Kinder
Online-Vortrag

Paritätische Kooperation Frauen*haus München
Frauenhilfe gGmbH, Tel. 089/ 122435401

Do 5.11.26
17.30 – 19.00
Winzererstr. 47
U 2 Hohenzollernpl.
Tram 27 Herzogstr.
Æ bis 2.11.26 über ingrid.reich@frauennotruf-muenchen.de
für Männer*

Immer ein Mann – aber nicht alle Männer!?
Gespräch / Thinktank mit Männern zu gesellschaftlicher Veränderung

Wir laden Männer zu einem Thinktank ein, die sich fragen, was sie zu einer gesellschaftlichen Veränderung beitragen können, die Verantwortung übernehmen und sich engagieren wollen. Wir wollen miteinander sprechen, um gemeinsam Ideen für eine neue Awareness Kampagne zu entwickeln.

Beratungsstelle Frauen*notruf München
www.frauennotruf-muenchen.de
Ingrid Reich, Tel. 0173 5954009

Fr 6.11.26
16.00 – 20.00
Kult9
Blutenburgstr. 71
U 1 Rotkreuzpl.
S Donnersbergerbr.
Tram 16, 17
Donnersbergerstr.
Bus 53, 63, 153
Schlörstr.
♿ Æ bis 6.11.26
€ 4 (für Essen)

Für Frauen in Partnerschaften
Workshop
Was macht eine gute Beziehung aus?
Macht mich meine Beziehung stark?
Was macht mich glücklich?
Darüber sprechen wir in diesem Workshop.
Du hast andere Fragen zu deiner Beziehung?
Bring deine Fragen zum Workshop mit!
Offene Behindertenarbeit evang. in der Region München
www.oba-muenchen.de/, hannah.froehler@elkb.de
Hannah Fröhler, Tel. 089/ 12661168,
Frauen*hilfe München, www.frauenhilfe-muenchen.de
beratungsstelle@frauenhilfe-muenchen.de
Tel. 089/ 3582810

Fr 6.11.26
19.30 – 20.30
EineWeltHaus
Schwanthalerstr. 80
Kleiner Saal 211/12
U 4, 5 Theresienwiese
S Hauptbahnhof
Tram 18, 19, N19
Herman-Lingg-Str.
Bus 58, 68
Holzkirchner Str.
♿

Das Unsichtbare sichtbar machen: Formen und Charakteristika von Feminiziden
Vortrag und Diskussion
mit Tabea Louis und Tamara Candela vom Anti-Feminizid-Netzwerk Hamburg
Gewalt, Abwertung der Frau nehmen je nach Alter und gesellschaftlicher Rolle unterschiedliche Formen an. Feminizide und deren verschiedene Formen erkennen, benennen und politisieren und uns im Kampf dagegen verbünden.
AG Feminismus Die Linke München
www.die-linke-muc.de/join-us/ag/p5mr32bcer9lqhr4avi26l50, agfem.limuc@protonmail.com, Helene Füllgraf

Sa 7.11.26
16.00 – 20.00
EineWeltHaus
Schwanthalerstr. 80
Werkstatt im Hof
U 4, 5 Theresienwiese
S Hauptbahnhof
Tram 18, 19, N19
Herman-Lingg-Str.
Bus 58, 68
Holzkirchner Str.
♿

Das Nötigste für den ersten Schritt:
Sachspendenaktion
für Frauen, die aus Sicherheitsgründen ihr Zuhause verlassen müssen und in den Frauenhäusern Schutz finden. Ziel ist es, schnell und konkret zu unterstützen: mit Artikeln (Kosmetik und Drogerie), die unmittelbar nach der Flucht benötigt werden und den Frauen ein Stück Sicherheit und Würde zurückgeben, sowie einen sicheren Neuanfang ermöglichen. Die Sachspende geht an die Frauenhilfe München.
rinascita e.V., www.rinascita.de, info@rinascita.de
Valentina Fazio, Tel. 0174 6552044

So 8.11.26
10.00 – 16.00
Stadtteilzentrum Milbertshofen
Schleißheimer Str. 336
U 2 Milbertshofen, 6 Petuelring
Bus 177 Curt-Mezger-Pl.
♀

WEN DO – Selbstverteidigung für Frauen*
Selbstverteidigungskurs

WenDo stärkt Ihre Entschiedenheit, fördert Ihre Wehrhaftigkeit und unterstützt Sie darin, klare Grenzen zu setzen – im Alltag wie in bedrohlichen Situationen. Sportlichkeit oder körperliche Fitness sind nicht erforderlich. Bequeme Kleidung und Schuhe mitbringen.

www.verein-stadtteilarbeit.de
frauenarbeit@verein-stadtteilarbeit.de
Nicole Quasten, Tel. 089/ 3543757,
Assoziation E e.V., www.assoziation-e.org
info@assoziation-e.org,
WENDO-München, info@wendo-muenchen.de

So 8.11.26
16.00 im Freien
Gärtnerplatz
U 1, 2, 7, 8 Fraunhoferstr.
S Marienpl.
Tram 16, 17 Reichenbachpl.
Bus 52, 62 Gärtnerpl.
♿

IDoR – Inter* Day of Remembrance
Erinnerung an die Opfer von Inter*feindlichkeit

Jährlicher Tag des Gedenkens, an inter*Personen, deren Ermordung, fahrlässige Tötung oder Selbstmord im Lauf des Jahres bekannt wurde. Wir wehren uns gegen Inter*feindlichkeit, fordern konkrete Verbesserung statt Rückschritt.

TINQnet e.V., www.tinqnet-muenchen.de
info@tinqnet-muenchen.de

Mo 9.11.26
12.00 – 16.00
Kontaktladen limit
Emanuelstr. 16
U 2 Hohenzollernpl.
Tram 12, 28 Hohenzollernpl., Kurfürstenpl.
FLINTA*
Æ bis 5.11.26

Zeig' dich von deiner starken Seite
Für drogengebrauchende FLINTA*

Lass dich in einem professionellen Fotoshooting mit deinen Stärken ablichten. Abzüge der Bilder sind im Anschluss möglich. Bring gern dein Wunsch-Outfit mit.

(Der Fotograf ist voraussichtlich ein Mann.)
Kontaktladen limit, Condrobs e.V.
www.condrobs.de/gewalt
veranstaltungen@condrobs.de
Denise, Carla, Tel. 089/ 307601818

Mo 9.11.26
15.00 – 18.00
Winzererstr. 47
U 2 Hohenzollernpl.
Tram 12 Barbarastr. 27 Herzogstr.
♿

Gemeinsam gegen Sexismus in Leichter Sprache
Ausstellung und Infos zur Beratungsstelle

Anschaulich und niedrigschwellig Wissen vertiefen und das eigene Verhalten reflektieren. Alltagssexismus, Sexismus am Arbeitsplatz, im öffentlichen Raum und in den Medien. Tipps und wirksame Maßnahmen gegen Sexismus. Zwei Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle Frauennotruf München begleiten die Ausstellung.

Beratungsstelle Frauennotruf München
www.frauennotruf-muenchen.de
katrin.eisenhofer@frauennotruf-muenchen.de
Katrin Eisenhofer, Tel. 0151 15313956

Mo 9.11.26
Online
19.00 – 20.30
link-Versand bei Anmeldung an aggbayern@gmail.com
Æ bis 6.11.26

Münchens Kampf gegen den Menschenhandel

Vortrag und Diskussion

Dr. Adina Schwartz, die Leiterin der Fachberatungsstelle Jadwiga, informiert über den Menschenhandel zum Zweck der sexuellen Ausbeutung und stellt ihre neue Anlaufstelle vor, die Bavarian Anti-Trafficking Helpline.

Aktionsgruppe Gleichstellung Bayern, AGGB
www.aggbayern.de, aggbayern@gmail.com
Silvia Reckermann

Di 10.11.26
9.30 – 16.30
Lindwurmstr. 129a
U Goethepl., Poccistr.
Bus 58, 68 Goethepl.
€ 60
Æ unter www.short-url.cc/1B2T5

Grenzen setzen – Haltung zeigen: Professioneller Umgang mit menschenfeindlichen Äußerungen

Fortbildung

Rechtsextreme Strukturen und menschenfeindliche Positionen stellen Fachkräfte zunehmend vor Herausforderungen. Das Seminar vermittelt Hintergrundwissen und bietet einen interaktiven Workshop, in dem Sie konkrete Handlungsstrategien für einen professionellen und souveränen Umgang im Arbeitsalltag praktisch erproben.

IBPro e.V. Bereich Sozialmanagement
www.ibpro.de/seminarprogramm
seminarverwaltung@ibpro.de, Sabine Wolf

Di 10.11.26
19.00 – 20.00
Hotel Eden Wolf
Arnulfstr. 4
U S Hauptbahnhof
Æ bis 8.11.26

Toxische Männlichkeit als Nährboden für Gewalt an Frauen. Hintergründe und Prävention

Vortrag von Michael Kröger, Diskussion

Wie entstehen gewaltfördernde Männlichkeitsbilder und welche Rolle spielen sie bei Gewalt gegen Frauen? Gesellschaftliche Hintergründe toxischer Männlichkeit, wie traditionelle Rollenbilder Gewalt begünstigen können, wirksame Präventionsansätze und Möglichkeiten, wie ein respektvolles und gewaltfreies Miteinander gefördert werden kann.

Soroptimist International – München-Schwabing
www.clubmuenchenschwabing-soroptimist.de
info@clubmuenchenschwabing-soroptimist.de
Isolde Kurz

Mi 11.11.26
10.00 – 11.30
Winzererstr. 47
U 2 Hohenzollernpl.
Tram 12 Barbarastr.
27 Herzogstr.
♿ Æ bis 9.11.26

„Warum geht sie nicht einfach?" – Ambivalenzen verstehen statt urteilen

Fachvortrag

Warum bleiben Frauen in gewaltbetroffenen Partnerschaften?

Frauen*hilfe München, frauenhilfe-muenchen.de
info@frauenhilfe-muenchen.de, Tel. 089/ 35828127

Mi 11.11.26
Online ZOOM
14.00 – 15.00
Æ bis 4.11.26

Vorstellung und Praxisbericht der TIN*–Schutzunterkunft
Vortrag
Erste Erkenntnisse aus dem deutschlandweit einzigartigen Projekt
www.tin-muenchen.de/, info@tin-muenchen.de
Tel. 089/ 35483260

Mi 11.11.26
20.00 – 22.00
Ramersdorfer Str. 1
U 2 Karl-Preis-Pl.
Bus 55, 155 Ramersdorf
€ 10, Æ bis 5.11.26 über info@vamv-muenchen.de

Mein Kind erzählt mir, dass es Gewalt erfährt. Was kann ich tun, um mein Kind zu schützen?
Infoabend zu Umgangs-, Sorgerechts- und Gewaltschutzverfahren mit Frau Strasser, Fachanwältin für Familienrecht
Für betroffene Eltern und interessierte Fachkräfte. Für Kinder nicht geeignet. Keine Kinderbetreuung!
VAMV OV München, www.vamv-muenchen.de
info@vamv-muenchen.de, Tel 089/ 6927060

Sa 14.11.26
ab 11.00
Sportpark Haar
Höglweg 3
85540 Haar
S 4, 6 Haar
€ 25 bei Anmeldung interventionsstelle@lra-m.bayern.de
€ 30 am Lauftag

IchLaufMit – gegen Gewalt!
Laufveranstaltung
Mit der Laufveranstaltung soll aktiv ein Zeichen gegen Gewalt gesetzt werden. Es finden Bambini- und Kinderläufe, sowie ein offiziell vermessener 5km und 10km Hauptlauf statt. Die Überschüsse aus den Teilnahmegebühren werden wieder einem guten Zweck gespendet.
ILM – Interventionsstelle Landkreis München
www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/, Frau Kischel, Tel. 089/ 62211221

Mo 16.11.26
15.00 – 17.00
Bayerische Kinderschutzambulanz
Nußbaumstr. 26
Treffpunkt Pforte
U Sendlinger Tor
Tram 16-18, 27
MetroBus 58
Æ bis 6.11.26

Die bayerische Kinderschutzambulanz stellt sich vor
Vortrag für Fachkräfte
Es besteht die Gelegenheit, sich zu informieren und die Angebote der Kinderschutzambulanz kennen zu lernen. Themenschwerpunkt werden Unterstützungsmöglichkeiten in Verdachtsfällen sexualisierter Gewalt sein.
AMYNA e.V., www.amyna.de, presse@amyna.de
Adelheid Unterstaller, Tel. 089/ 8905745-100

Mo 16.11.26
16.00 – 18.00
Güllstr.3
Bus 62 Poccistr.
Æ bis 15.11.26

„Sinna Mann" – Wutmann
Norwegischer Animationsfilm, 18 Min.
Vorstellung der Beratungsstellen
Der Film ist einsetzbar für pädagogische oder therapeutische Arbeit im Kontext Partnerschaftsgewalt.
FTZ GmbH, sozialpsychiatrischer Dienst für Frauen + Suchtberatung, www.ftz-muenchen.de
Christiane Caspari, Tel. 089/ 74737075
Anja Fischler, Tel. 089/ 74737074
Stephanie Freudlsperger, Tel. 089/ 74737055

Mo 16.11.26
18.30 – 20.30
Holzapfelstr. 3
Tram 18, 19
Holzapfelstr.
♀ ♿

Stark von innen – Grenzen spüren, Grenzen schützen, Emotionale Sicherheit, Selbstwahrnehmung und gesunde Grenzen im Alltag
Rumänischsprachiges Frauencafé
Referentin: Zamfira Stoica
Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org
info@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005

Mo 16.11.26 – Mo 30.11.26
Öffnungszeiten des Rathauses
während Sitzungszeiten eingeschränkt
Neues Rathaus
2. Stock
Oktagon/ Sitzungssaal
Marienplatz 8
U S Marienpl.
♿

„Gemeinsam gegen Sexismus"
Ausstellung
Sexismus betrifft uns alle – und doch wird nur ungern darüber gesprochen. Die Ausstellung enttabuisiert Sexismus und macht das Thema mit niederschwelligen Infos zu den Erscheinungsformen und Auswirkungen zugänglich. Tipps, wie Sexismus im Alltag entgegengewirkt werden kann sowie Adressen mit Hilfs-und Beratungsangeboten ergänzen die Ausstellung.
Gleichstellungsstelle für Frauen
www.muenchen.de/gst, gst@muenchen.de
Veronika Kirschner, Tel. 089/ 233-92441

Mo 16.11.26
19.00 – 21.00
Einlass 18.30
Klinikum rechts d. Isar
Pavillon Hörsaal,
Ismaninger Str. 22
U 4, 5 Max-Weber-Pl.
Tram 19, 21, 25
Bus 155
♿ Æ bis 12.11.26

Grenzen setzen. Haltung zeigen. Digitale Gewalt gegen Frauen und Mädchen
Podiumsdiskussion
Respekt statt Hass, Sicherheit statt Angst: Digitale Gewalt gegen Frauen und Mädchen darf keinen Platz haben. Formen digitaler Gewalt, Unterstützungsangebote, wirksame Strategien für Prävention und Schutz. Informieren, diskutieren und Zeichen setzen für ein respektvolles digitales Miteinander.
Zonta Clubs München/Zonta München says No
www.zontamuenchen-says-no.de
info@zontamuenchen-says-no.de
Ulrike Sonnenberg-Schwan

Mo 16.11.26
19.00 – 21.00
EineWeltHaus
Schwanthaler Str. 80
Rgb., Raum 211
U 4, 5 Theresienwiese
S Hackerbrücke, Hbf.
Tram 18, 19
Hermann-Lingg Str.
Bus 68 Holzkirchner Str.
♿ € 3 Æ bis 15.11.26

Das kalte Herz des Sexismus
Bilder und Worte als Waffen gegen Frauen
Impulsvortrag und Tischgespräche
Pornografie ist eine Waffe gegen Frauen. Sie zerstört demokratische Perspektiven und Empathie und ermutigt zu Gewalt gegen Frauen. Ist die Gewalt gegen Frauen aufzuhalten?
AK StopSexkauf des KOFRA, www.kofra.de
kofra-muenchen@mnet-online.de
Roswitha Reger, KOFRA, Tel. 089/ 2010450

Di 17.11.26
9.00 – 11.00
Chiemgaustr. 109
5. Stock
U 2 Giesing
S 3, 7 Giesing
Tram 18
Bus 139, 157, 143
♿ Æ bis 12.11.26
interventionsstelle@lra-m.bayern.de

Hochstrittigkeit oder häusliche Gewalt? – Fachvortrag
Die fachlich konkrete Einordnung familiärer Konflikt- und Gewaltdynamiken ist Voraussetzung für wirksame Unterstützung und Schutz: Praxisrelevantes Wissen zur Einschätzung, Wege für einen angemessenen professionellen Umgang.
ILM – Interventionsstelle Landkreis München
www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/
Frau Rosinger, Tel. 089/ 6221-1221

Di 17.11.26
17.00 – 19.00
Holzapfelstr. 3
Tram 18, 19
♀ ♿

Gewaltfreie Kommunikation
Spanischsprachiges Frauencafé
Referentin: Ana Melva Perez
Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org,
info@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005

Di 17.11.26
17.30 – 19.30
LeZ lesbisch-queeres Zentrum München
Müllerstr. 26
U Sendlinger Tor
♿ Æ bis 12.11.26

BELIEVE ME! undeniably queer
Podiumsdiskussion in deutsch und englisch
Expert*innen besprechen die Hürden und Gefahren mit denen queere Geflüchtete im Asylverfahren konfrontiert werden.
LeTRa, www.letra.de, info@letra.de
Angelo Navubya, Tel. 089/ 7254272,
Migrationsbeirat der LH München
www.migrationsbeirat.muenchen.de
migrationsbeirat@muenchen.de
Sally Zieglgänsberger, Tel. 01522 5767151

Mi 18.11.26
10.00 – 11.30
Grimmstr. 1
U 3, 6 Poccistr.
Bus 62, 131 Poccistr.
♀ Æ bis 15.11.26

Gewalt in der Partnerschaft – Auswege für Frauen
Vortrag mit Esther Papp, KHK, Beauftragte für Kriminaltitätsopfer mit Zeit für Fragen und Austausch
Was sind Ursachen/Auslöser von Partnergewalt? Wie kann ich als Betroffene die Spirale der Gewalt verlassen? Was kann ich tun, wenn ich von Partnergewalt höre oder sie beobachte?
TuSch-Frauen für Frauen e.V.
www.tusch.info, tusch@tusch.info
Sonja Martin, Tel. 089/ 774041

Mi 18.11.26
10.00 – 14.30
FeierwerkTraffix
Baierbrunner Str. 57
U 3 Obersendling
S 7 Siemenswerke
♀* Æ

WenDo – für Mädchen von 11 bis 14 Jahre
Selbstbehauptungs- und -verteidigungskurs
Einfache, effektive körperliche Selbstverteidigungstechniken, Stimme, Präsenz, Haltung, bewusstes Spüren und Ausdrücken von Grenzen. Für jede körperliche Verfassung geeignet.
amanda – für Mädchen und junge Frauen
www.amanda-muenchen.de, info@amanda-muenchen.de
Monika Dengl, Tel. 0152 52828145,
FeierwerkTrafixx, www.feierwerk.de, Jakob.Steenbock@feierwerk.de, Jakob Steenbock, Tel. 089/ 72407350

Mi 18.11.26
16.30 – 19.00
Holzapfelstr. 3
Tram 18, 19
Holzapfelstr.
♀ ♿

Gewalt hat viele Gesichter
Türkischsprachiges Frauencafé
Referentin: Tuana Özal
Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org.
nfo@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005

Mi 18.11.26
17.00 – 22.00
Müller'sches Volksbad
Kleine Schwimmhalle,
Rosenheimer Str. 1
S Isartor
Tram 16, 17
Bus 132 Ludwigsbrücke, Isartor
€ regulärer Eintritt
TIN*

TIN* Badetag
Entspanntes Schwimmen für TIN* Personen
Geschützter Raum für Menschen mit trans*, inter*, nichtbinärer und/oder genderqueerer Identität, um körperliche Fitness und Stressabbau möglich zu machen.
TINQnet e.V., www.tinqnet-muenchen.de
info@tinqnet-muenchen.de,
SWM M-Bäder, www.swm.de/baeder, www.swm.de/baeder/muellersches-volksbad, Tel. 089/ 23615050

Mi 18.11.26
Online
18.00 – 19.30
link-Versand bei Anmeldung an cornelia.baur@profamilia.de
Æ bis 16.11.26

Gewaltbetroffenheit im Kontext von Schwangerschaft
Vortrag und fachlicher Austausch
Hintergrundwissen, Zusammenhänge und sensibler Umgang mit Schwangeren nach Gewalterfahrung in Arztpraxis und Beratungsstelle
Profamilia München, www.profamilia.de/muenchen
cornelia.baur@profamilia.de
Bettina Niederleitner, Dr. Cornelia Baur, Tel. 089/ 33008461

D0 19.11.26
10.00 – 15.00
KKV Hansa
Brienner Str. 39
U 2, 8 Königspl.
Bus 58, 68, 100
Æ bis 1.11.26

Arbeitsausbeutung und Zwangskriminalität erkennen, Betroffene sicher weitervermitteln
Fortbildung für Fachkräfte
Grundlegende Kenntnisse über Arbeitsausbeutung und Zwangskriminalität, Merkmale zur Erkennung potenziell Betroffener, Information über Möglichkeiten einer sicheren und bedarfsgerechten Weitervermittlung an spezialisierte Fachberatungsstellen.
JADWIGA München, www.jadwiga-online.de,
Bavarian Anti.Trafficking HELPline
www.bavarian-anti-trafficking-helpline.de
info@bavarian-anti-trafficking-helpline.de
Hannah Becker

Do 19.11.26
13.00 – 16.00
Thomas-Wimmer-Rg. 9
U Marienpl.
S Isartor
Tram 16, 17 Isartor
Bus 132 Isartor
♀* ab 17 Jahren, die sexuelle Gewalt erlebt haben.
♿ Æ bis 8.11.26, € 5

Mein Visionboard 2027 – Meine Visionen, meine Stärken, mein Weg
Gruppenangebot
Sie gestalten mit anderen betroffenen Frauen* Ihre individuelle Zukunftscollage aus Bildern, Texten, Zitaten und Symbolen, die als Motivationsquelle dient und Ihnen hilft, Perspektiven für 2027 zu visualisieren.
Wildwasser München e. V.
www.wildwasser-muenchen.de
beratung@wildwasser-muenchen.de
Kirsten Jungemeier, Sarah Seifarth, Tel. 089/ 60039331

Do 19.11.26
16.00 – 18.00
AMYNA e.V.
Orleanstr. 4, Haus D
U S Tram Ostbhf.
Æ erwünscht

AMYNA – Tag der offenen Tür
Infoveranstaltung
Räumlichkeiten und Angebote von AMYNA, Buchvorstellung, Angebot aus dem Bereich GrenzwertIch, Raum für offene Fragen.
AMYNA e.V., www.amyna.de, info@amyna.de
Yvonne Oeffling, Tel. 089/ 8905745-100

Do 19.11.26
18.30 – 20.00
Justizpalast
Prielmayerstr. 7
U S Tram Stachus
Æ bis 5.11.26

Gewaltschutzgesetz im Fokus: Recht, Praxis, Perspektiven
Podiumsdiskussion
Wie kann das Gewaltschutzgesetz Betroffene besser schützen? Wir diskutieren aktuelle rechtliche Entwicklungen, bestehende Schutzlücken und die Frage, welche Schritte es für eine wirksame Praxis noch braucht.
djb regionalgruppe München / südbayern
www.djb.de, rg.muenchen@djb.de

Do 19.11.26
Online
19.00 – 20.30
link-Versand bei Anmeldung an
zirngibl@siaf.de
♀ Æ bis 18.11.26Fr

Was tun bei Gewalt in Trennung und Scheidung?
Infoabend mit RA Silke Reichert
Aufklärung wie Frauen* sich schützen können und welche Anlaufstellen es in München gibt.
siaf e.V., www.siaf.de, zirngibl@siaf.de
roswitha Zirngibl, Tel. 089/ 45802510

Fr 20.11.26
10.00 – 13.00
Cafe Glanz
Sedanstr. 37
U S Ostbahnhof
♿ Æ bis 12.11.26

Inklusion sichtbar machen – Demoplakate gegen strukturelle Gewalt
Inklusiver Workshop
Wir gestalten gemeinsam Demoplakate und setzen uns mit folgenden Fragen auseinander: Was stört mich im Alltag oder in der Gesellschaft? Was wünsche ich mir anders? Worauf will ich aufmerksam machen?
Ak Mädchen*, die behindert werden –
Münchner Fachforum f. Mädchen*arbeit
www.miramue.de, mira@miramue.de
Nicole Lindenthal, Tel. 089/ 51399696

Fr 20.11.26
16.00 – 18.30
Kult9
Blutenburgstr. 71
U 1 Rotkreuzpl.
S Donnersbergerbr.
Tram 16, 17 Donnersbergerstr.
Bus 53, 63, 153 Schlörstr.
♀ ♿ Æ bis 6.11.26
€ 5 (für Essen)

Auf WhatsApp, Instagram, TikTok unterwegs
Workshop für Frauen*
Wie kann ich im Internet selbstbewusst unterwegs sein? Wie gehe ich mit unerwünschten Nachrichten um? Was ist im Internet ok und was nicht? Ihr könnt eure Fragen mitbringen!
Offene Behindertenarbeit evang. in der Region München
www.oba-muenchen.de/, hannah.froehler@elkb.de
Hannah Fröhler, Tel. 089/ 12661168,
mira Mädchen*bildung, www.miramue.de
mira@miramue.de, Tel. 089/ 51399696

Fr 20.11.26
18.00
Odeonsplatz
U 3-6 Odeonspl.
Bus 100, 153
♿ im Freien

TDoR – Inter* Day of Remembrance
Jährlicher Tag des Gedenkens an die Opfer von Trans*feindlichkeit
Wir wehren uns gegen Trans*feindlichkeit und fordern konkrete Verbesserung statt Rückschritt!
TINQnet e.V., www.tinqnet-muenchen.de
info@tinqnet-muenchen.de

Sa 21.11.26
15.00 – 18.00
Holzapfelstr. 3
Tram 18, 19
Holzapfelstr.
♀ ♿

Häusliche Gewalt
Kurdischsprachiges Frauencafé
Referentin: Tatjana Sukalo
Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org
info@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005

Mo 23.11.25
18.00 – 19.30
Türkenstr. 103
U Universität
Tram 27, 28
Nordendstr.
Æ bis 27.10.26 € 20

Wege aus der Eskalation
Vortrag und Gespräch
Destruktive Gesprächsmuster in Paarbeziehungen erkennen, bewusst machen, Kommunikationsformen vermitteln, Eskalation verhindern
Profamilia München, johannes.schauer@profamilia.de
Johannes Schauer, Tel. 089/ 33008431

Mo 23.11.26
18.00 – 21.00
Neues Rathaus
Großer Sitzungssaal,
Marienplatz 8
U 3, 6 Marienplatz
S Marienplatz
♿ Æ unter Tel.
089/ 23392465
gst@muenchen.de

Einlassvorbehalt: Personen, die rechtsextremen Parteien oder Organisationen angehören, der rechtsextremen Szene zuzuordnen sind oder in der Vergangenheit durch rassistische, nationalistische, antisemitische, sexistische, LGBTIQ*-feindliche oder sonstige menschenverachtende Äußerungen in Erscheinung getreten sind, sind von der Veranstaltung ausgeschlossen.

Zentrale Veranstaltung zum Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen

Über meinen Körper entscheide ich selbst?! Wie Ableismus und Sexismus geschlechtsspezifische Gewalt begünstigen

Vorträge und Podiumsdiskussion
Mädchen, Frauen und tin Personen mit Behinderung sind überdurchschnittlich häufig von geschlechtsspezifischer Gewalt, Grenzverletzungen und Übergriffen betroffen. Sie befinden sich häufig in Situationen, in denen andere Menschen Macht über ihren Alltag und ihren Körper haben. Gleichzeitig sind die Zugänge zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten oft durch Barrieren erschwert. Dieses Machtgefälle und das Zusammenspiel von Sexismus und Ableismus begünstigt geschlechtsspezifische Gewalt und wird von mehrheitlich männlichen Tätern, aber auch Täter*innen gezielt ausgenutzt. Gleichberechtigung und das Recht auf ein selbstbestimmtes Leben, Zugang zu den notwendigen Unterstützungsleistungen, der Abbau von Barrieren,

Zugang zum Hilfesystem sowie zielgruppenspezifische Präventions-, Interventions- und Nachsorgemaßnahmen bei geschlechtsspezifischer Gewalt sind notwendige Schritte für ein gewaltfreies und selbstbestimmtes Leben für alle! Wie können wir das in der gegenwärtigen gesellschaftlichen Situation erreichen?

Veranstaltet von
Gleichstellungsstelle für Frauen der Landeshauptstadt München, „Frauen helfen Frauen" e.V. München, Prof. Dr. S. Nothhafft KSH München, Aktionsbündnis 2026

Programm

Grußworte

Verena Dietl
3. Bürgermeisterin und Schirmpatin

Nicole Lassal
Städtische Gleichstellungsbeauftragte und Leiterin der Gleichstellungsstelle für Frauen

Vorträge

Gewalt gegen Frauen* und Mädchen* mit Behinderungen beenden
Prof.in Dr.in Monika Schröttle, Hochschule Ravensburg-Weingarten, Institut für empirische Soziologie

Nichts über uns – ohne uns. Selbstbestimmung bei der Bekämpfung geschlechtsspezifischer Gewalt
Daniela Maier, Behindertenbeauftragte der Landeshauptstadt München

Podiumsgespräch

Wie können wir geschlechtsspezifische Gewalt gegen Menschen mit Behinderung in der gegenwärtigen gesellschaftlichen Situation erfolgreich bekämpfen?
Prof.in Dr.in Monika Schröttle, Daniela Maier, Lieve Liers (Vorsitzende des Facharbeitskreis Frauen im Behindertenbeirat und Netzwerk von Frauen für Frauen und Mädchen mit Behinderung e.V.

Moderation:
Zara Jakob Pfeiffer, Prof. Dr. Susanne Nothhafft, Sibylle Stotz

Æ Anmeldung erforderlich **Mehr Infos: www.aktiv-gegen-maennergewalt.de**

Di 24.11.26
9.30 – 17.00
Jahnstr. 38
U 2 Fraunhoferstr.
Æ bis 27.10.26 über anmeldung-koi@imma.de
€ 120
♿ (barrierearm)

Du bist die Erste, der ich das erzähle ...
Grundlagenfortbildung für päd. Fachkräfte

Für alle, die möglicherweise im Rahmen ihrer pädagogischen Tätigkeit die Rolle einer ersten Vertrauensperson von Betroffenen sexualisierter Gewalt übernehmen. Wissen und Handlungskompetenz.

IMMA e.V. Kontakt- und Informationsstelle
www.imma.de/fortbildungen-veranstaltungen
Tel. 089/ 309041520,
IMMA e.V., Beratungsstelle, www.imma.de
beratungsstelle@imma.de, Tel. 089/ 2607531

Di 24.11.26
20.00 – 21.30
Sub e.V.
Müllerstr. 14
U Fraunhoferstr.
S Marienpl.
Tram Müllerstr.
♿ Æ bis 18.11.26

Strong! gegen queerfeindliche Diskriminierung und Gewalt
Empowerment-Workshop

Wie zeigt sich Queerfeindlichkeit im Alltag? Formen von Diskriminierung und Gewalt gegen queere Menschen. Wie können Betroffene und Allys reagieren? Hintergrundwissen, Handlungssicherheit stärken, Raum für Austausch. Willkommen sind alle, die sich mit dem Thema auseinandersetzen und gemeinsam ein Zeichen gegen Queerfeindlichkeit setzen möchten.

Strong! – LGBTIQ* Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt, www.strong-community.de
kontakt@strong-community.de
Leonie L., Tel. 0800 0011203

25. November Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen

Am 25.11.1960 wurden in der Dominikanischen Republik drei Regimegegnerinnen, die Schwestern Mirabal, bekannt als „las mariposas" (die Schmetterlinge), auf Befehl des Diktators Trujillo verschleppt, vergewaltigt und ermordet. Ihre politische Arbeit galt dem Sturz der Diktatur und dem Widerstand gegen die sexuelle Versklavung der Frauen. 1961 riefen lateinamerikanische Feministinnen diesen Tag zum Widerstandstag gegen Gewalt an Frauen aus, 1999 wurde er zum internationalen Aktionstag durch die Vereinten Nationen deklariert. Weltweit finden an diesem Tag Aktionen zur Bekämpfung von Diskriminierung und Gewalt an Frauen statt.

Mi 25.11.26
12.00 – 14.00
Stadtinformation im Münchner Rathaus
Marienpl.
U 3, 6 Marienpl.
S Marienpl.
♿

Zonta München Says No
Infostand

Die drei Münchner Zonta Clubs setzen sich aktiv gegen Gewalt an Frauen und Mädchen ein. Infostand zu Aktivitäten von Zonta – weltweit, national und in München, Hilfs- und Unterstützungsangeboten für von Gewalt betroffene Menschen.

Zonta Clubs München/Zonta München says No
www.zontamuenchen-says.no.de
info@zontamuenchen-says-no.de
Ulrike Sonnenberg-Schwan

Mi 25.11.26
18.00 – 23.00

Orange the World –
München leuchtet orange
Weltweite Aktion
Bekannte Gebäude in München werden in orangefarbener Beleuchtung erstrahlen.
Zonta München, www.zontamuenchen-says-no.de
info@zontamuenchen-says-no.de
Ulrike Sonnenberg-Schwan

Mi 25.11.26
Online
19.00 – 20.30
Æ bis 24.11.26 über sr.susanne@missio.de

Himmelschreiendes Unrecht – Gewalt gegen Frauen
Biblisch motiviert – politisch engagiert
Austausch und Impulse mit Frau Klemm, Leiterin des Migrationsref. der Ev. Kirche A.B. über die Geschichte Tamars in 2 Sam 13, über die Relevanz solcher Texte bis heute.
Orgateam Bibel und Politik, www.keb-muenchen.de
Sr. Susanne Schneider MC, Tel. 0151 20272773

Mi 25.11.26 –
Sa 28.11.26
jeweils
19.30 – 21.30
Spagat-Theater
Bauhauspl. 3
U 2 Frankfurter Ring
6 Studentenstadt
Tram 12, 23
Bus X35, X36, X177
♿ € 22, 18, 12
Æ bis 25.11.26 über karten@spagat-theater.de

Blutbuch – Monolog
nach dem Roman von Kim de l'Horizon
Theater
Inszenierung: Florentina Tautus
Sprachgewaltig, poetisch, radikal persönlich. Blutbuch erzählt von Identität, familiären Verstrickungen und gesellschaftlichen Normen. Kraftvoller Monolog mit Schauspielerin Lucy Wirth.
www.spagat-theater.de
Stephanie Tschunko, Tel. 089/ 540463740

Mi 25.11.26 +
Do 26.11.26
jeweils
20.00 – 21.30
Pasinger Fabrik
August-Exter-Str. 1
S Pasing
€ 22, 20, 18

Kitzeleien – der Tanz der Wut
Produktion von Spagat–Theater
Die bewegende Geschichte der Tänzerin Odette, die den Mut findet über sexuellen Missbrauch in der Kindheit zu sprechen. Mit großer Sensibilität verbindet das Stück Humor, Tanz und Schauspiel zu einem eindringichen Plädoyer gegen das Schweigen und für den Mut, die eigene Stimme zu erheben.
Wildwasser München e.V. lädt anschließend zum Austausch über Prävention, Unterstützung ein.
Pasinger Fabrik GmbH, www.pasinger-fabrik.de
info@pasinger-fabrik.com, Cecile Hüffer, Tel. 089/82929022,
Spagat–Theater, www.spagat-theater.de
news@spagat-theater.de
Stephanie Tschunko, Tel. 089/ 23888390,
Wildwasser München e.V., www.wildwasser-muenchen.de
beratung@wildwasser-muenchen.org
Hasret Aydin, Tel. 089/ 60039331

Do 26.11.26
10.00 – 12.00
Landwehrstr. 34
U 4, 5 Theresienwiese, Hauptbahnhof
S Hbf., Stachus
Tram 18, 19
Æ bis 20.11.26 über l.may@kibs.de oder a.proeschel@kibs.de
max. 20 Personen

Was brauchen Jungen*, die häusliche Gewalt (mit)erlebt haben?
Beratungs- und Gruppenangebot von KIBS
Vortrag und Diskussion
Jungen*, die Zeugen häuslicher Gewalt wurden, sind meist sehr belastet. Sie haben mit Ängsten, Verunsicherung und Überforderung zu kämpfen. Wir bieten den Jungen* einen geschützten Raum und Unterstützung
KIBS (Kinderschutz München e.V.)
www.kibs.de, mail@kibs.de
Lara May, Alexander Pröschel, Tel. 089/ 2317169120

Do 26.11.26 – Do 10.12.26
Vernissage
13.30 – 14.00
Pasing Arcaden OG
Pasinger Bahnhofspl.
S Pasing
Tram Pasing
Bus Pasing

Gemeinsam sichtbar – Gemeinsam gegen Gewalt
Ausstellung mit Vernissage
SchülerInnen der Oberstufe zweier Pasinger Gymnasien stellen ihre Bilder vor.
Bezirksaussschuss Pasing-Obermenzing
www.muenchen.de/ba21, jennykayser@web.de
Jenny Kayser (Gleichstellungsbeauftragte BA21)
Tel. 0176 61763559

Do 26.11.26
14.00 – 16.00
Chiemgaustr. 109
5. Stock
U 2 Giesing
S 3, 7 Giesing
Tram 18 Chiemgaustr.
Bus 139, 157, 143
Æ bis 20.11.26 interventionsstelle@lra-m.bayern.de

Mit Kindern über häusliche Gewalt sprechen – sensibel, altersgerecht und stärkend
Fachvortrag
Wie können Fachkräfte mit Kindern ins Gespräch kommen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind? Grundlagen einer trauma-sensiblen und kindgerechten Kommunikation, praxisnahe Anregungen für schwierige Gesprächssituationen, Aufbau von Vertrauen, Orientierung an den Bedürfnissen des Kindes, Sicherheit u. Handlungskompetenz stärken.
ILM – Interventionsstelle Landkreis München
www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/
Frau Lein, Tel. 089/ 62211221

Do 26.11.26
17.00 – 18.30
Implerstr. 38
U 3, 6 Implerstr.
♀ Æ bis 20.11.26 über violentia.beratungsstelle@ftz-muenchen.de
max. 8 Frauen*

Grenzen wahrnehmen und wahren
Workshop
Die eigenen Grenzen zu kennen ist wichtig, um für seine Bedürfnisse hinreichend zu sorgen und sich dadurch mit sich selbst sicher zu fühlen. Dadurch können Grenzverschiebungen überhaupt erst erkannt und benannt werden. Ein verbindender Reflexionsabend zum Thema Grenzen.
violenTia im FrauenTherapieZentrum e.V.
www.violentia-muenchen.de/
www.ftz-muenchen.de/home-2/violentia/
Sara van der Weck, Sabine Penger, Tel. 089/ 52031744

Do 26.11.26
19.30 – 21.30
Infos dazu S. 15

Blutbuch – Monolog
nach dem Roman von Kim de l'Horizon
Theater, Inszenierung: Florentina Tautus

Do 26.11.26
20.00 – 21.30
Infos dazu S. 15

Kitzeleien – der Tanz der Wut
Theater

Fr 27.11.26
10.00 – 15.00
Chiemgaustr. 109
4. Stock
U 2 Giesing
S 3, 7 Giesing
Tram 18 Chiemgaustr.
Bus 139, 157, 143
♀ ♿ Æ bis 6.11.26
interventionsstelle@lra-m.bayern.de
max. 15 Frauen*

... und wenn ich wieder mal nicht schlafen kann.
Fortbildung für Fachkräfte
Input und praktische Übungen zum Thema Trauma & Traumafolgestörungen, Auswirkungen auf Klient*innen & Fachleute und Konsequenzen für die Praxis
ILM – Interventionsstelle Landkreis München
www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/
Anne Belitz, Nadezda Rekunkova, Tel. 089/ 62211221

Fr 27.11.26
16.00 – 19.00
Friedrichshafenerstr. 9
S 5, 8 Westkreuz
♀ ♿

Prävention häusliche Gewalt
Bulgarischsprachiges Frauencafé
Referentin / Gruppenleiterin: Marusya Topalova
Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org
info@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005

Fr 27.11.26
18.30 – 20.30
KOFRA e.V.
Baaderstr. 30
U 1, 2, Fraunhoferstr.
S Isartor
Tram 17, 19, 21 Reichenbachpl.
Bus 62 Baaderstr.
♿ ♀ Æ bis 26.11.26

Prokids „Prostitution und ihre Kinder“
Interview und Austausch
Was bedeutet es, wenn deine Mutter eine Hure ist? Die Perspektive einer Betroffenen und das Versagen von Institutionen.
AK StopSexkauf des KOFRA e.V., www.kofra.de
kofra-muenchen@mnet-online.de
Roswitha Reger, Tel. 0173 3956833

Fr 27.11.26
19.30 – 21.00
Infos dazu S. 15

Blutbuch – Monolog
nach dem Roman von Kim de l'Horizon
Theater, Inszenierung: Florentina Tautus

Sa 28.11.26
10.00 – 16.00
Infos dazu S. 5

WEN DO – Selbstverteidigung für Frauen*
Selbstverteidigungskurs

Sa 28.11.26
19.30 – 21.30
Infos dazu S. 15

Blutbuch – Monolog
nach dem Roman von Kim de l'Horizon
Theater, Inszenierung: Florentina Tautus

So 29.11.26
10.00 – 16.30
LeZ – lesbisch-queeres Zentrum
Müllerstr. 26
U 2 Fraunhoferstr.
Tram 16, 18
♿ ♀ FLINTA*
Æ bis 22.11.26
info@lez-muenchen.de

Queerfeministischer WenDo Kurs für lesbisch-queere Frauen/FLINTA*
Workshop
Ganzheitliches, feministisches Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept
• Körperausdruck
• Erfahrung der eigenen Körperkraft
• Einfache, effektive Körpertechniken zur Selbstverteidigung
• Individuelle und solidarische Lösungen in Konfliktreichen Situationen
Sportlichkeit und Fitness sind nicht notwendig.
www.lez-muenchen.de/
Katja Förderer, Tel. 089/ 46224608,
LeTRa, www.letra.de/, beratung@letra.de

Die Aktionswochen gegen Gewalt an Frauen, Mädchen, Jungen und nonbinären Menschen werden unterstützt von:

AG Feminismus, Die Linke München; AK StopSexkauf im KOFRA; Aktionsgruppe Gleichstellung Bayern, AGGB; amanda- für Mädchen und junge Frauen; AMYNA e. V.; Autonomes Frauenhaus „Frauen helfen Frauen“ e. V. München; Bavarian Anti-Trafficking Helpline; Behindertenbeirat LHM / FAK Frauen; Bezirksausschuss 21; Condrobs e.V.; djb regionalgruppe München / Südbayern; Donna Mobile, AKA e. V.; Feierwerk Trafixx; Frauen*hilfe München; Frauen*notruf München; Frauentherapiezentrum; Gleichstellungsstelle für Frauen LHM; IBPro e. V.; ILM – Interventionsstelle Landkreis München; IMMA e. V.; JADWIGA / STOP dem Frauenhandel gGmbH; KIBS / Kinderschutz München e. V.; LeTRa; LeZ – lesbisch-queeres Zentrum; Migrationsbeirat LHM; mira Mädchen*bildung; Münchner Fachforum f. Mädchen*arbeit; Netzwerkfrauen-Bayern; Offene Behindertenarbeit evang. in der Region München; Paritätische, Haus für Mutter und Kind; Paritätische Kooperation Frauen*haus München – Frauenhilfe gGmbH; Pasinger Fabrik GmbH; Profamilia München e. V.; Prof. S. Nothhafft (KSH); rinascita e. V.; Runder Tisch gegen Männergewalt; siaf e. V.; Spagat Theater (Horizont e. V.); Stadtratskommission zur Gleichstellung von Frauen; Stadtteilarbeit e. V.; Strong! – LGBTIQ* Fachstelle gegen Diskriminierung und Gewalt; SOLWODI München; Soroptimist International – Club München-Schwabing; TIN* Schutzunterkunft; TINQnet e. V.; Trans*Inter*Beratungsstelle; TuSch (Trennung + Scheidung); Frauen für Frauen e. V.; VAMV OV München; violenTia, FTZ e. V.; WEN DO-München; Wildwasser München e. V.; Zonta Clubs München/Zonta München says No

ViSdP.: Sibylle Stotz, Frauen helfen Frauen e.V.,
PF 900446, 81504 München in Kooperation mit
der Gleichstellungsstelle für Frauen der Stadt München.
Die Inhalte der einzelnen Veranstaltungen werden
von den jeweiligen Veranstalter*innen verantwortet.

Gewaltige Zahlen und Fakten

- Gewalt an Frauen hat viele Gesichter: … erniedrigen, demütigen, beleidigen, missachten, benutzen, kontrollieren, einsperren, belästigen, missbrauchen, vergewaltigen, schlagen, ermorden …
- Gewalt gegen Frauen ist weltweit die häufigste Menschenrechtsverletzung.
- Jede vierte Frau in Deutschland erlebt Gewalt durch den aktuellen/früheren Beziehungspartner.
- 58 % der Frauen in Deutschland erleiden sexuelle Belästigung.
- 70 % der Frauen werden im Rahmen des Umgangsrechtes der Kinder erneut vom Expartner misshandelt.
- Beim Polizeipräsidium München wurden 2025 4.176 Fälle „Häuslicher Gewalt“ erfasst (Partnerschaftsgewalt + 1.338 innenfamiliärer Gewalt) Es kam im Bereich „Häusliche Gewalt” zu zehn Tötungsdelikten, davon zwei vollendet.
- Außerdem wurden 94 Straftaten gemäß §§ 177,178 StGB registriert (Vergewaltigungen, sexuelle Nötigung, sexuelle Übergriffe im besonders schweren Fall). Erfasst wurden für 2025 3.294 Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung (inklusive Verbreitung und Besitz von Kinderpornogrphie); 383 Vergewaltigungen, sexuelle Nötigungen, sexuelle Übergriffe im besonders schweren Fall und 325 Delikte gemäß §238 StGB Nachstellen /„Stalking“.

Es gibt einen Weg aus der Gewalt

- In Bayern flüchten jedes Jahr mehr als 2.000 Frauen mit ihren Kindern in ein Frauenhaus.
- Ca. 70 % der Frauenhausbewohnerinnen starten mit der Unterstützung des Frauenhauses ein neues gewaltfreies Leben.
- 2025 erhielten beim Amtsgericht München durch zivilrechtliche Schutzanordnungen nach dem Gewaltschutzgesetz 757 Täter ein Näherungs- weise- u. Kontaktverbot zur Ex/Partnerin.

Unterstützung und fachliche Beratung gibt es bei den Frauenhäusern, Frauennotrufen und Beratungsstellen:

Frauenhäuser in München

Frauen helfen Frauen e.V.	089/ 645169
Frauenhilfe München	089/ 354830
Paritätische Kooperation Frauen*haus	089/ 12243540
Haus Franka	089/ 1890450

Frauennotruf München 089/ 763737

Frauen-Beratungsstelle bei Partnergewalt

Frauenhilfe München	089/ 3582810

IMMA-Zuflucht für Mädchen/junge Frauen 089/ 183609

Landkreis München

Interventionsstelle (ILM)	089/ 62211221
Frauenhaus (SKF) Haus 1	089/ 451254990
Frauenhaus (SKF) Haus 2	089/ 895433390

Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen
(kostenlos, m. Sprachmittlung) 116 016

www.frauenhaus-suche.de

Weitere Beratungsstellen finden Sie im Veranstaltungsprogramm oder unter
www.muenchen.de/gst
www.frauenhandbuch-muenchen.de
www.autonome-frauenhaeuser-zif.de
www.frauen-gegen-gewalt.de
www.gewalt-ist-nie-ok.de
www.gewaltschutz.info
www.hilfetelefon.de
www.wege-aus-der-gewalt.de
www.anti-stalking-projekt.de
www.gleichberechtigung-schuetzt-vor-gewalt.de

Jede*r kann was tun!
Werdet aktiv gegen Männergewalt!

Spendenkonto: Stichwort „Aktionswoche“
„Frauen helfen Frauen” e.V. München
BIC: PBNKDEFF, IBAN: DE85 7001 0080 0321 1998 06

grafikdesign: www.schneider-und-partner.de