



JAHRESBERICHT 2017

das münchner frauenforum wird gefördert von:



Landeshauptstadt
München
**Sozialreferat
Stadtjugendamt**



Edith-Haberland-Wagner
Stiftung

Gefördert durch das **MBQ**
Münchner Beschäftigungs-
und Qualifizierungsprogramm



Landeshauptstadt
München
**Referat für Arbeit
und Wirtschaft**

**Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration**



Landkreis
München

IMPRESSUM

münchner frauenforum
Rumfordstraße 25
80469 München
Tel: 089 - 29 39 68
Fax: 089 - 29 16 23 91
www.muenchner-frauenforum.de
info@muenchner-frauenforum.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 9.00 bis 13.00 Uhr
Montag und Mittwoch 15.00 bis 18.00 Uhr

Redaktion:
Alexandra Fehrenbach, Monika Pokorny, Gundel von Trentini
Fotos: A. Fehrenbach, M. Pokorny, H. Pokorny, G. v. Trentini,

Träger:



VEREIN FÜR
FRAUENINTERESSEN E.V.
SEIT 1894 IN MÜNCHEN

www.fraueninteressen.de

INHALT

	Seite
Impressum	2
Inhaltsverzeichnis	3
Verein für Fraueninteressen e.V.	4
Einleitung	5
Projekt: „Frauen zwischen allen Stühlen“	6
Veranstaltungsforum	10
job & mehr	12
Münchner ErfolgsWerkstatt	14
Allgemeine Beratung und Sprechstunde	15
Frauen und Finanzen	15
gesundheit & mehr	16
Kunst und Kultur	16
Öffentlichkeitsarbeit	19
Finanzierung	20
Mitarbeit und Praktikum	20
mff in Zahlen	21



VEREIN FÜR FRAUENINTERESSEN E.V.
SEIT 1894 IN MÜNCHEN

Der Verein wurde 1894 als Zentrum der Münchner Frauenbewegung mit dem Ziel gegründet, den Frauen Bildungschancen, gesellschaftliche und staatsbürgerliche Rechte zu schaffen. Er stärkt und unterstützt mit seinen sozialen und Frauen fördernden Einrichtungen und Veranstaltungen Frauen in Familie, Beruf und Gesellschaft. Er ist überparteilich, überkonfessionell sowie als gemeinnützig und förderungswürdig anerkannt.

Der Verein für Fraueninteressen ist Träger der Einrichtungen

- Neuer Start
- Spurwechsel ab 55
- fremd – vertraut
- Offener Treff für Frauen aus aller Welt
- Juno, eine Stimme für Flüchtlingsfrauen
- münchen frauenforum
- Betreuter Umgang – Betreute Übergabe
- Seniorenbörse
- Freiwilligenagentur Tatendrang München
- Hauswirtschaftliche Beratung
- FIT - Finanztraining, Haushaltsbudgetberatung
- Zu Hause gesund werden
- Gesprächsforum PolitikFrauenGesellschaft

Verein für Fraueninteressen e.V., Thierschstraße 17, 80538 München
Sitz München, Registergericht München, VR 6540
1. Vorsitzende: Christa Weigl-Schneider
Verein@Fraueninteressen.de
www.fraueninteressen.de

Der Verein ist Mitglied im
Der Paritätische, LV Bayern
Stadtbund Münchner Frauenverbände

Einleitung

Das münchner frauenforum (mff) bietet seit 1988 als eine Einrichtung von Frauen für Frauen „Freiraum für Ideen und Initiative“. Ziel ist es, Frauen in beruflicher und persönlicher Umorientierung zu unterstützen und zu begleiten.

Die Stärken des münchner frauenforums sind nach wie vor:

- Niederschwellige individuelle Beratung
- Begleitung bei den ersten Schritten in die Professionalität
- Veranstaltungen zu vielfältigen Themen

Eine Umstrukturierung der Fördermittel und die großzügige Unterstützung durch die Edith-Haberland-Wagner-Stiftung ermöglichten erstmalig seit der Gründung 1988, Teilzeitstellen für alle Mitarbeiterinnen zu schaffen.

Das Projekt „Frauen zwischen allen Stühlen“, wurde von 2014 bis 2017 vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration gefördert. In diesem Rahmen fanden Vorträge zu aktuellen Themen statt, die sich aus den allgemeinen Beratungen, und den Coachings ergaben. Im Jahr 2017 lag der Fokus auch auf Integrationsthemen.

Das Thema des Projektes ab 2018 bis 2020 lautet „FRAUEN - Stark in die Zukunft“.

Die Zahlen im Bereich job & mehr (Beratung, Coaching, Veranstaltungen, Erfolgsteams) stiegen im Jahr 2017 stark an. Eine neue Mitarbeiterin deckte die gestiegenen Anfragen ab.

Im Veranstaltungsforum nutzten Existenzgründerinnen und Selbstständige als Referentinnen das mff als Plattform. Erfahrene Fachfrauen bieten Beratung in Rechts - und Finanzfragen. Ratsuchende Frauen können unverbindlich, ohne Vorbedingungen und kostenfrei oder kostengünstig diese Angebote in Anspruch nehmen. Akademische und nichtakademische Künstlerinnen haben die Möglichkeit ihre Werke auszustellen.

Im Jahr 2017 kamen zu 388 Veranstaltungen und Beratungen ca.3900 Frauen ins mff.

Die Finanzierung im Jahr 2017 setzt sich zusammen aus Mitteln:

- der Landeshauptstadt München:
Sozialreferat, Stadtjugendamt und
Referat für Arbeit und Wirtschaft
- der Edith-Haberland-Wagner-Stiftung
- des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Integration
- des Landkreises München und aus den erwirtschafteten Eigenmitteln und Spenden des mff.

Bei unseren Zuschussgebern, beim Vorstand und der Geschäftsführung des Vereins für Fraueninteressen e.V. bedanken wir uns sehr für die aktive Unterstützung und die konstruktive, gute Zusammenarbeit.

März 2018, Monika Pokorny und Gundel von Trentini

Projekt "Frauen zwischen allen Stühlen"

Das Projekt "Frauen zwischen allen Stühlen" im mff wird seit 2014 bis Ende 2017 gefördert vom

Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration



„Frauen zwischen allen Stühlen“ – diese Beschreibung trifft die Stimmungslage vieler Frauen. Sie teilen ihre Zeit- und Kraftreserven auf die vielen Rollen auf, die sie innehaben: Frau, Mutter, Arbeitnehmerin, Pflegende für die Eltern, Ehrenamtliche, Teilnehmerin am gesellschaftlichen Leben und vieles mehr. Das Münchner Frauenforum bietet im Rahmen des Projekts „Frauen zwischen allen Stühlen“ Veranstaltungen und Workshops, die es den Frauen ermöglichen sollen, diesen Balanceakt kräftesparend zu bewältigen. Im Fokus standen dabei im Jahr 2017 Themen zu Beruf und Integration.

An den 15 Veranstaltungen haben 216 Frauen teilgenommen.

Veranstaltungen 2017

Verantwortlich: Alexandra Fehrenbach

Mittwoch, 25. Januar 2017

Kinder haften für ihre Eltern

Christiane Warnke, Rechtsanwältin, Schwerpunkt Familienrecht

Kinder sind gesetzlich verpflichtet, für den Unterhalt der Eltern zu sorgen. Wann müssen sie für die Heimkosten ihrer Eltern aufkommen? Zuerst geht das Sozialamt in Vorleistung. Anschließend fordert es aber Elternunterhalt von den betroffenen Kindern. Wie berechnet sich der Elternunterhalt? Inwieweit sind Schwiegerkinder betroffen? Wie hoch ist das Schonvermögen? Anhand einer Beispielrechnung veranschaulichte Rechtsanwältin Christiane Warnke die Problematik. Sie ging auf aktuelle Urteile ein und gab Tipps, wie sich Kinder – und Eltern – rechtzeitig absichern können.

Donnerstag, 9. Februar 2017

Häufige Irrtümer im Verbraucheralltag

Christiane Thien, Leiterin Beratungsstelle Verbraucherzentrale München

Darf ein Händler die Bitte nach einem Umtausch ablehnen? Habe ich Anspruch auf das beworbene, aber ausverkaufte Sonderangebot? Sind auch mündliche Verträge verbindlich? Die Rechtsgeschäfte des täglichen Lebens werfen zahlreiche Fragen auf. Manchmal glaubt man Bescheid zu wissen und liegt trotzdem nicht richtig. Die Referentin ist Expertin der Verbraucherzentrale München und stellte die häufigsten Irrtümer klar, die in der Beratung der Verbraucherzentrale täglich auftauchen.

Dienstag, 14. März 2017

Jobcenter- Im Fokus: Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Monika Stephan, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt für Frauen und Männer

Die Referentin berichtete von ihrer täglichen Arbeit und den Erfahrungen im Jobcenter und gab eine Einführung in ihren speziellen Aufgabenbereich. Schwerpunkt der Veranstaltung war die Verbesserung der Vermittlungs- und Eingliederungschancen von Frauen und Alleinerziehenden und deren Fortbildung und Qualifizierung.

Freitag, 7. April 2017

„Hey Boss, ich brauch mehr Geld“ (Songtext Gunter Gabriel)

Wie ich meinen Chef davon überzeuge, dass meine Arbeit mehr Geld wert ist

Brigitte Herder, Job- und Business-Coach

Sind Sie wieder einmal gescheitert bei Ihren Gehaltsverhandlungen? Oder probieren Sie es erst gar nicht? Wie geht Ihr Chef alle Ihre Argumente ab? Im Workshop wurde den

Teilnehmerinnen vermittelt, wie sie sich bei Gehaltsverhandlungen besser behaupten und mehr für sich herausholen können. Es wurde vermittelt, wie gute Vorbereitung und schlagkräftige Argumente zum Erfolg führen.

Montag, 8. Mai 2017

Gesetzlich versichert – Privat bezahlen

Zusätzliche ärztliche Leistungen (IGel-Leistungen)

Peter Friemelt, Patientenberater im Gesundheitsladen München

Leistungen, die nicht im Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherungen enthalten sind (IGel-Leistungen,) werden auf den Prüfstand gestellt. Auf was muss ich achten bei einer Privatvereinbarung mit dem Arzt. *Diese Veranstaltung fiel leider aus.*

Dienstag, 9. Mai 2017

"Juno" - Eine Stimme für Flüchtlingsfrauen stellt sich vor

Referentin Britta Coy, Leiterin "Juno"

"Juno" (eine Einrichtung des Vereins für Fraueninteressen) möchte Münchner Frauen mit geflüchteten Frauen zusammenbringen. Ein abwechslungsreiches Programm soll es geflüchteten Frauen ermöglichen, sich schneller zu integrieren. Bei dieser Infoveranstaltung konnten zwei Frauen als Patinnen für Flüchtlingsfrauen gewonnen werden.

Samstag, 1. Juli 2017

Ausflug zum Starnberger See

Monika Pokorny und Britta Coy, Leiterin "Juno"

Gemeinsame Unternehmung mit "Juno" – eine Stimme für Flüchtlingsfrauen. Zu der kleinen Wanderung zum Seepark am Starnberger See mit Picknick und Spielen kamen 22 Teilnehmerinnen, davon 17 Flüchtlingsfrauen aus verschiedenen Ländern (z.B. Somalia, Eritrea, Afghanistan, Syrien), zum Teil mit ihren Kindern.



Donnerstag, 06. Juli 2017

Warum einsam? Lebt gemeinsam! Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.

Dr. Christa Lippmann, Vorstand des Vereins

In ihrem Vortrag vermittelte Frau Dr. Lippmann einen Einblick in das Konzept des Vereins, der sich seit 25 Jahren um die Verbesserung der Wohn- und Lebensbedingungen älterer allein lebender Frauen kümmert. Die Schwerpunkte des Vereins sind die Förderung nachbarschaftlicher Wohngruppen und Wohnberatung. Die Teilnehmerinnen wurden über die persönlichen und finanziellen Voraussetzungen, die Zeitplanung und über die Regelungen für das Zusammenleben in den Wohngruppen informiert. Kleine Erfolgsgeschichten machten deutlich, was der Verein für Frauen bewirkt.



Dr. Christa Lippmann

Donnerstag, 21. September 2017

LinkedIn, Xing & Co. – Berufliches Sprungbrett oder Bewerbungsfalle?

Brigitte Herder, Job- und Business-Coach

Die Referentin stellte dar, wie Frauen sich mit einem passenden Profil in Berufsportalen wie LinkedIn und XING präsentieren können und dieses zum Netzwerken, Bewerben und zur Jobsuche nutzen können. Erfolgreiches Selbstmarketing sowie die Vermeidung potenzieller Risiken wurden ebenso besprochen wie die Wahl der richtigen Netzwerke für die individuelle Situation.

Donnerstag, 26.10.2017

NALA e.V. - Bildung statt Beschneidung

Vortrag mit Fadumo Korn, Buchautorin und Mitbegründerin des Vereins „Nala e.V. - Bildung statt Beschneidung“

Fadumo Korn setzt sich seit Jahren für mehr Bildung und bessere Lebensbedingungen für Frauen in Afrika ein. Sie ist Autorin mehrerer Bücher und hat sich dem Kampf gegen weibliche Genitalverstümmelung und der Aufklärung darüber verschrieben. Der Verein NALA e.V. kümmert sich in lokalen Projekten vor Ort um den Aufbau von Institutionen für medizinische, psychologische und soziale Betreuung und um direkte Hilfe für betroffene Mädchen und Frauen. An diesem Abend wurden Informationen über diesen Verein und seine Projekte präsentiert.



Monika Pokorny, Fadumo Korn, Gundel v. Trentine (v.l.) Foto: Walter Korn

Freitag, 27. Oktober 2017

Vorsorge durch Vollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Dr. med. Dagmar Kaub-Wittemer, Fachärztin f. Neurologie

Albertine Deuter, Dipl.Soz.Päd. (FH), Psychosoziale Beratung

Was tun, wenn durch Unfall oder schwere Krankheit die eigenen Angelegenheiten nicht mehr wie gewohnt erledigen werden können? Mit der Vorsorgevollmacht/Betreuungsverfügung wird bestimmt, wer im Ernstfall Entscheidungen treffen soll. Durch die Patientenverfügung wird festgelegt, welche medizinischen Maßnahmen in verschiedenen Notfallsituationen gewünscht und welche abgelehnt werden.

Ort: Netzwerkfrauen, Orleansplatz 3



Donnerstag, 9. November 2017

"Ein Hoch auf die eigene Widerstandskraft!"

Anja Merkel, Mediatorin, Business-/Personalcoach

Resilienz, die eigene psychische Widerstandskraft, ist erlernbar. Im diesem Workshop wurden Strategien vermittelt, die innere Stärke und Ruhe im Berufs- und Privatleben zu üben und zu festigen. Die Teilnehmerinnen lernten, wie sie den wachsenden Anforderungen konstruktiv und flexibel begegnen können.

Freitag, 10. November 2017

Vernissage der Ausstellung: "WIR SPRECHEN BUNT"



Acrylbilder auf Papier und Leinwand der Internationalen Frauengruppe der Seidlvilla, 17 Frauen aus 11 Ländern stellten aus.

Donnerstag, 30. November 2017

Auszeit vom Weihnachtsstress – Zusammen klingen und singen

Katrin Schönig, FrauenGesundheitsZentrum München

Beim gemeinsamen Singen wird Gesundheit und Wohlbefinden gefördert. Singen stärkt das Immunsystem und das Selbstbewusstsein und hilft bei der Stressbewältigung. An diesem Abend wurde im Kreis und ohne Notenblatt querbeet miteinander gesungen.

Freitag, 15. Dezember 2017

Bestrickend bunt! - Urban Knitting mit den KulturVERSTRICKUNGEN e.V.



Die Münchner KulturVERSTRICKUNGEN (AnGes Forsthofer) nutzen die universellen Kulturtechniken Stricken und Häkeln, um Münchner BürgerInnen und geflüchtete Frauen miteinander in Kontakt zu bringen. Beim Handarbeiten entdeckten die Teilnehmerinnen Gemeinsamkeiten und tauschten sich aus. Über das gemeinschaftliche Tun gelingt Integration. Im Rahmen der Veranstaltung wurde das neue Projekt der KulturVERSTRICKUNGEN - die „rollende Nähstube“ - vorgestellt. Bei dieser urbanen Strickaktion im münchner frauenforum wurde der Eingangsbereich "bestrickend bunt" gestaltet.

216 Frauen nahmen an den 15 Veranstaltungen im Projekt „Frauen zwischen allen Stühlen“ teil.

Veranstaltungsforum

Verantwortlich: Ilona Jodlbauer und Claudia Rumpel

Das Veranstaltungsforum ist seit Beginn ein wichtiger Bereich des münchner frauenforums. Hier finden Frauen, die dabei sind, sich selbständig zu machen, ein Forum, auf dem sie sich mit ihren Fachkompetenzen vorstellen und Interessentinnen gewinnen können. Sie sammeln erste Erfahrungen in der Gestaltung einer eigenen Veranstaltung (Seminar, Vortrag, Infoabend) und der Arbeit mit einer Gruppe. Bereits etablierte Frauen können hier ihren Bekanntheitsgrad und den Kreis ihrer Klientinnen erweitern.

Die Referentinnen werden eingehend und individuell beraten und unterstützt. Vor allem bei Referentinnen, die zum ersten Mal eine Veranstaltung im mff anbieten, besteht zum Teil ein großer Beratungs- und Unterstützungsbedarf. Die „Nachgespräche“ haben sich auch in 2017 bewährt. Der intensive Austausch und das regelmäßige Feedback nach den stattgefundenen Veranstaltungen wird von den Frauen sehr gut angenommen und als hilfreich empfunden. Die „Nachgespräche“ tragen dazu bei, die Frauen weiterhin zu bestärken, zu unterstützen und zu motivieren auf ihrem Weg in die Selbständigkeit. Oft nutzen die Referentinnen im Rahmen des Nachgesprächs die Möglichkeit gleich weitere Termine im mff zu vereinbaren und Ihre Erfahrungen weiter zu vertiefen.

Im Jahr 2017 wurde im März ein großes Referentinentreffen im Rahmen eines sog. „Frühlingserwachen“ initiiert. Knapp 30 Teilnehmerinnen nutzten die Chance zum Vernetzen, Kennenlernen und Austauschen untereinander. Darüber hinaus bekamen alle Frauen an diesem Abend Einblick in die Arbeit des münchner frauenforums. Die Methodik der Ideenparties (Auszug aus Erfolgsteam) wurde vorgestellt und locker in den Abend integriert. „*Ein wirklich gelungener Abend*“ – nur eine der zahlreichen positiven Rückmeldungen für diesen Abend.



Die Zusammenarbeit mit der Existenzgründungsberatung „guide“ wurde fortgeführt, da speziell Existenzgründerinnen die Möglichkeit suchen, ihr Angebot vorzustellen und bekannt zu machen. Daher wird das münchner frauenforum auch von „guide“ immer wieder empfohlen bzw. Referentinnen, die „guide“ noch nicht kennen, werden zu „guide“ weitervermittelt.

Die Zahl der Referentinnen, die im Rahmen des Veranstaltungsforums anbieten, konnte im Jahr 2017 konstant gehalten werden und nach wie vor gibt es zahlreiche „neue“ Referentinnen darunter. Für einige Referentinnen war es sogar das erste Mal, dass sie mit ihrem Angebot/Thema in der Öffentlichkeit auftraten

Das münchner frauenforum ist im Rahmen des Veranstaltungsforums nicht nur für die Referentinnen von Interesse. Auch die Teilnehmerinnen der jeweiligen Veranstaltungen haben die Möglichkeit, unverbindlich und kostengünstig die Referentinnen und deren Kurs- und Beratungsangebot kennenzulernen.

.

Die Veranstaltungen werden im Programm (5 x jährlich mit einer Auflage von je 4.500 Stück), auf der Homepage des mff und in Facebook veröffentlicht. Weiterhin wird das Programm monatlich aufgelistet an die Presse weitergeleitet. Auch dieses Jahr konnten wir erfreulicherweise wieder zahlreiche Veranstaltungen in verschiedenen Medien (Süddeutsche Zeitung, Hallo Verlag, Südostkurier, Münchner Merkur) sowohl im Print als auch im Onlinebereich wiederfinden.

Im Jahr 2017 fanden im Veranstaltungsforum rund 160 Veranstaltungen mit ca. 700 Teilnehmerinnen und Teilnehmern statt.

Folgende Themen/Seminare/Kurse wurden u.a. angeboten (Auszug):

Beruf und Weiterbildung	Englisch, Kommunikation
Finanzen	Geld tut Frauen gut, Ökonomie und Ökologie bei Geldanlagen, Beratung zu EFTs, Lust auf mehr Rendite?
Gesundheit	Menopause & Midlifecrisis, Weißt Du, was Du isst? Hashimoto & Basedow, Immunsystem Reizdarmsyndrom, u.a.
Rechtsinformation	Regelmäßige Veranstaltungen zu Beratung bei Trennung & Scheidung, Mediation und Arbeitsrecht, Mietrecht
Kultur	Verein für kreatives Schreiben (Pegasus), Aquarell-Schnupperabend
Psychologie & Lebenshilfe	Brodelst Du noch oder schäumst Du schon? Liebe in bewegten Zeiten? "Schlagfertigkeit", Trau dich DU selbst zu sein, u.a.

Viele Veranstaltungen werden regelmäßig im münchner frauenforum angeboten wie z.B. Beratungen zum Thema Trennung und Scheidung, Arbeitsrecht und Fragen rund ums Geld.

Weiterhin treffen sich im münchner frauenforum regelmäßig Gruppen wie z.B.:

- der Kurs „Neuer Start“ (Wiedereinstiegskurs für Familienfrauen)
- die Mitarbeiterinnen der Einrichtung „Zu Hause gesund werden“
- ehemalige Teilnehmerinnen des Kurses „Spurwechsel“
- Die Einrichtung "Offener Treff für Frauen aus aller Welt" (Möglichkeit in zwangloser Runde deutsch zu sprechen, Sprachkenntnisse zu erweitern und zu vertiefen)
- Teilnehmerinnen von Erfolgsteams, die bereits abgeschlossen sind

Zusätzlich werden die Räume auch von Frauen für Gruppen- und/oder Einzelgespräche genutzt im Rahmen einer Raumvermietung.

Die Zahlen des Veranstaltungsforums im mff im Jahr 2017

Veranstaltungsforum	Veranstaltungen	Teilnehmerinnen <i>Mehrfachzählung möglich</i>
Beruf	40	280
Gesundheit	9	31
Finanzen	22	77
Kunst und Kultur	13	133
Psychologie und Lebenshilfe	20	68
Rechtsinformationen	40	76
Raumvermietung	61	521

Verantwortlich: Sabine Federico und Anja Merkel

Niederschwellige Beratung und Unterstützung von Frauen für Frauen in Phasen der beruflichen und persönlichen Neu- oder Umorientierung zu sozialverträglichen Kosten durch:

- Beratung und Information über jobrelevante Angebote und Einrichtungen
- Klärung der beruflichen und persönlichen Situation mit dazugehörigen Coachings
- Unterstützung durch Einzel- oder Gruppencoachings, Bewerbungstraining, Veranstaltungen und Workshops während der beruflichen Orientierung (verändertes Angestelltenverhältnis oder Selbstständigkeit)

Zielgruppe: Frauen,

- die nach Familienzeit, nach Ausbildung oder Studium, nach Krankheit oder aufgrund Arbeitslosigkeit einen Job suchen
- die nach Trennung und Scheidung oder trotz gesundheitlicher Einschränkungen für den eigenen Lebensunterhalt sorgen müssen
- die andere Frauen in ähnlichen Situationen kennenlernen, sich mit ihnen austauschen und sich gegenseitig unterstützen möchten
- die in beruflichen oder persönlichen Krisen längerfristige Begleitung und Unterstützung brauchen

Schwerpunkte 2017:

- Einzel-Coachings
- Gruppen-Coachings in Bewegung (beim Walken und Joggen im Freien)
- Job-Sprechstunden: Tipps und Fragen zur Bewerbung
- Job-Café
- Rhetorik-Seminare
- Veranstaltungen
- Münchner ErfolgsWerkstatt
- Öffentlichkeitsarbeit

Beratung und Coaching

Einzel- und Gruppen-Coachings

(auch mehrere Termine möglich, z.B. Drei-Schritte-Coaching) mit:

- Sabine Federico, (SF), NLP-Practitioner, Zertifizierte Erfolgsteamleiterin
- Alexandra Fehrenbach (AF), Dipl. Betriebswirtin (FH), NLP-Practitioner
- Anja Merkel, (AM), Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht, Mediatorin, European Business-Coach, Consciousness-Coach, Erfolgsteamleiterin i.A.

Individuelle Beratung und persönliche Standortbestimmung, Erarbeiten von Visionen und Zielen, Umsetzungsstrategien und Problemlösungen. Verweis auf Münchner Einrichtungen, die ebenfalls weiterhelfen können.

Coachings: Montag-Vormittag und Coachings in Bewegung am Mittwoch-Morgen (AM), Coachings am Donnerstag-Nachmittag (SF), Coachings am Freitag-Vormittag (AF)

Job-Sprechstunden „Tipps und Fragen zur Bewerbung“

Coach: Brigitte Herder, Job- und Business-Coach

Halbstündige Einzelberatungen mit umfassenden Tipps und Unterstützung bei der Bewerbung mit Unterlagen-Check

Job-Café:

Am Montagvormittag haben Frauen die Möglichkeit, im Job-Café in Ruhe an ihren beruflichen Themen wie Bewerbung, Kompetenzprofil etc. zu arbeiten. Sie können sich dabei mit den mff-Mitarbeiterinnen austauschen.

Veranstaltungen zu beruflichen Themen:

siehe Modellprojekt (Seite 6 - 9)

- Jobcenter im Fokus: Chancengleichheit am Arbeitsmarkt
- Workshop „Hey Boss, ich brauch mehr Geld“
Wie ich meinen Chef davon überzeuge, dass meine Arbeit mehr Geld wert ist
- LinkedIn, Xing & Co. – Berufliches Sprungbrett oder Bewerbungsfalle?
- "Ein Hoch auf die eigene Widerstandskraft!" – Resilienz

Rhetorikseminar

Vor Publikum besser reden, Referentin: Brigitte Herder, Job- und Businesscoach
18.01., 01.02., 15.02., 01.03. und 15.03.2017

Öffentlichkeitsarbeit & Vernetzung:

- Erstellung des job & mehr – Flyers und der Programmtexte fünf Mal/Jahr
- Konzeption und Erstellung des allgemeinen job & mehr-Druckflyers in 12/2017
- Vernetzung mit verschiedenen Frauennetzwerken und Institutionen, wie z. B. webgrrls, IHK-Abteilung Existenzgründer, u.a., mehrmals im Jahr
- 18.03.2017: Equal Pay Day am Marienplatz
- 18.05.2017: Aktionsforum Wiedereinstieg der Agentur für Arbeit, BIZ
- 13.10.2017: Her Career Messe im MTC
- 25.10.2016: 2. Münchner FOM Frauen-Forum im FOM, Hochschulzentrum München
- 25.11.2017: IHK Existenzgründermesse im MOC

Die Zahlen von job & mehr im mff im Jahr 2017

job & mehr	Termine / Veranstaltungen	Teilnehmerinnen (Mehrfachzählung möglich)
Coaching Gespräche Montag	87	170
Job-Sprechstunde	22	28
Veranstaltungen Modellprojekt	4	81
Veranstaltungen job & mehr	5	35
Öffentlichkeitsarbeit	5	170
Summe	123	484

MünchnerErfolgsWerkstatt

Die MünchnerErfolgsWerkstatt wurde im mff im Jahr 2005 von Anne Winkelmann, Zert. Erfolgsteamleiterin, System. Coach, NLP-Business-Master, BarbaraSherLifeCoach gegründet.

Verantwortlich: Sabine Federico und Anja Merkel

Die MünchnerErfolgsWerkstatt umfasst folgende Bereiche:

- Erfolgsteam-Workshops nach Barbara Sher
- „Aktiv werden in eigener Sache“-Workshops
- Info- und Wunschabende
- Netzwerktreffen der ehemaligen Erfolgsteam-Teilnehmerinnen
- Workshop mit Ideenparty des Verbands der Barbara Sher Coaches

Erfolgsteam-Workshops nach Barbara Sher

Ein Workshop aus 2016 wurde bis Februar 2017 zu Ende (7. und 8. Treffen) geführt, sodann wurden zwei neue Workshops mit jeweils 8 Terminen (inklusive einer Ideenparty) vom 07.03. bis 20.06.2017 sowie vom 23.06. bis 20.10.2017 durchgeführt

Themen: Einführung in das Erfolgsteam-Konzept; Methoden zum Ermitteln persönlicher und beruflicher Ziele; Erstellen und Umsetzen eines Zielplans; Strategien zur Überwindung von Hindernissen und Blockaden; Arbeiten im Netzwerk

Die Workshops umfassen jeweils acht Kursabende bzw. Vormittage plus Nachtreffen.

Info- und Wunschabende

Die Teilnehmerinnen erfahren in der 2-stündigen Veranstaltung alles Wissenswerte über die verschiedenen Angebote der MünchnerErfolgsWerkstatt und erleben durch mehrere praktische Übungen bereits erste Eindrücke und Erfolgsmomente.

Es wurden fünf Abende durchgeführt: 16.02., 30.05., 18.07., 26.09., 14.12.2017

„Aktiv werden in eigener Sache“-Workshops

Es wurden drei Workshops durchgeführt: 28./29.04., 30.06./01.07., 1./2.12.2017

Motivationstreffen der ehemaligen Erfolgsteam-Teilnehmerinnen

Zu den Motivationstreffen kommen ehemalige Teilnehmerinnen aus den vergangenen Erfolgsteams zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch.

Es wurden 2 Treffen durchgeführt: am 08.11. und 29.11.2017.

Workshop des Verbands der Barbara Sher Coaches

Erstmals wurde der Workshop am 18.11.2017 durch den BSC-Verband durchgeführt;

Ziel: Verwirklichung von Wunschträumen und Kennenlernen der Arbeitsweisen der Barbara Sher Coaches

Die Zahlen der MünchnerErfolgsWerkstatt im mff im Jahr 2017

MünchnerErfolgsWerkstatt	Termine / Veranstaltungen	Teilnehmerinnen (Mehrfachzählung möglich)
Erfolgsteam-Workshops	18 Treffen	16
Info- und Wunschabende	5	38
Aktiv werden Workshops	3	29
Motivationsstreffen	2	10
Workshop BSC-Verband	1	9
Summe	29	102

Allgemeines Beratungsangebot im mff

Die Mitarbeiterinnen des mff stehen zu den Öffnungszeiten auch ohne Terminvereinbarung für ein spontanes Informationsgespräch und Beratungsgespräch zur Verfügung.

Für ein individuelles längeres Beratungsgespräch gibt es das monatliche Angebot:

Sprechstunde: Wo drückt der Schuh?

Monika Pokorny, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Was ist Ihr Anliegen? Welche Beratungsangebote gibt es im münchner frauenforum, in München? Was sind die nächsten Schritte?

Frauen und Finanzen

Verantwortlich: Gundel v. Trentini, Karin Wilde-Walz

siehe Modellprojekt (Seite 6 bis 9)

- Kinder haften für Ihre Eltern
- Häufige Irrtümer im Verbraucheralltag

gesundheit & mehr

Verantwortlich: Monika Pokorny

siehe Modellprojekt (Seite 6 bis 9)

- Gesetzlich versichert – Privat bezahlen, zusätzliche ärztliche Leistungen
- Vorsorge durch Vollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung
- Auszeit vom Weihnachtsstress – Zusammen klingen und singen.

Kunst und Kultur

Verantwortlich: Christine Nkrumah, Gundel von Trentini

Künstlerinnen des münchener frauenforums

Die Gruppe der Künstlerinnen des mff (im Jahr 2017: fünf aktive Mitglieder) trifft sich alle vier bis sechs Wochen, um über Kunst und ihre Arbeit zu diskutieren und Gemeinschaftsausstellungen zu organisieren. Alle Künstlerinnen sind in der Kunstszene aktiv engagiert.

Ausstellung: „Stark und Weiblich“

Die Bilder von Serena Granaroli, Christel Ploppa-Lechner, Traudl Pfeiffer, Liz Schinzler, Uta Schütze waren von 10.03. bis 07.04.2017 im KUBIZ, Unterhaching, zu sehen.



Ausstellungen im mff

Im Jahr 2017 präsentierten 10 Künstlerinnen ihre Werke in der Galerie des mff. Die Künstlerinnen haben die Möglichkeit, ihre Arbeiten auszustellen und auch zu verkaufen. Für einige ist es die erste Gelegenheit, ihre Bilder der Öffentlichkeit vorzustellen. Sie lernen, eine Ausstellung vorzubereiten und gut durchzuführen. Das mff berät bei Vorbereitung zur Vernissage und Öffentlichkeitsarbeit. Die Gestaltung, den Druck der Einladungskarten und die Werbung übernehmen die Künstlerinnen eigenverantwortlich. Besucherinnen und Teilnehmerinnen der Veranstaltungen lernen Künstlerinnen und deren Werke kennen. Die Bilder geben dem mff eine besondere, abwechslungsreiche Atmosphäre. Für Künstlerinnen, akademische und nichtakademische, ist es besonders schwierig, sich eine Existenz durch den Verkauf ihrer Bilder aufzubauen.

Im Jahr 2017 ist es gelungen, sehr gute, schon bekannte und erfahrene Künstlerinnen zu gewinnen.

Viele Besucherinnen der Vernissagen und Ausstellungen kommen das erste Mal ins mff und lernen dadurch die Angebote des mff kennen. Für das mff ist das eine gute Gelegenheit der Öffentlichkeitsarbeit und des Netzwerkens.

NEU: Ab dem Jahr 2017 gibt es die Möglichkeit für Künstlerinnen im August eine Ausstellung „Summer Special“ mit geringerem Aufwand zu machen. Ohne Einladungskarten und Vernissage mit einer ermäßigten Kostenbeteiligung. Im Jahr 2017 nutzten vier Künstlerinnen diese Möglichkeit. Neben Bildern und Textilkunst wurden auch Texte präsentiert.

Zu den 7 Vernissagen und während der Ausstellungen kamen ca. 250 Besucher ins mff.

Ausstellung	Titel	Künstlerin	
09.01. bis 03.03.2017	„LANDART“	Elke Sarwey Fotoarbeiten	
06.03. bis 28.04.2017	„Amazing Views: New York, Wien, München und Anderes“	Brita Welwarsky Klassische Photographien	
01.05. bis 16.06.2017	„TraumWirklichkeiten“	Marina Stublija- Rothenanger Acryl Mischtechnik	
19.06. bis 28.07.2017	„Zeitgeist Kunst“	Ingrid Klaus Uschold Photographie und Digitalart	
11.08. bis 08.09.2017	„Summer special“ Bilder, Textilkunst und Texte Frauen aus dem Erfolgsteam stellen aus	Sabine Federico Anne Halke Birgit Löw Anneke Rüdebusch	
10.09. bis 03.11.2017	„25 SHORT STORIES ABOUT HER“	Bobbie Dunn mixed media	
06.11. bis 05.01.2018	"WIR SPRECHEN BUNT"	Internationale Frauengruppe der Seidvilla, 17 Frauen aus 11 Ländern	

Aktiv-Treff der Künstlerinnen

Leitung: Christine Nkrumah

Der Aktiv-Treff findet seit 4 Jahren statt. Er wurde 2014 im Rahmen des „Modellprojektes "Frauen zwischen allen Stühlen" gegründet und ist ein regelmäßiges Angebot für Künstlerinnen aller Sparten. Jeden 3. Mittwoch im Monat treffen sich künstlerisch orientierte Frauen im mff zu Austausch und Vernetzung. Jedes Treffen fand unter einem von Christine Nkrumah vorbereiteten Thema statt:

- 18.01.2017 2017 – Projekte, Ziele, Wünsche
- 15.02.2017 Künstlerinnen kennen keine Rente
- 15.03.2017 Neu! Summer - Special - Ausstellung im mff
- 19.04.2017 Roboter machen Kunst. Geht's noch!
- 17.05.2017 Recht am Bild – Erfahrungsaustausch
- 21.06.2017 Picknick im Hof
- 19.07.2017 Reisen mit der Kunst – Fotoapparat oder Skizzenblock
- 20.09.2017 Kunst und Behörden – Finanzamt, Jobcenter und Künstlerinnen
- 18.10.2017 "Der Weg des Künstlers" – Buchbesprechung mit Heike Mucha, M.A.
- 15.11.2017 Vergänglichkeit in der Kunst
- 20.12.2017 Weihnachtsfeier

Der Aktiv-Treff der Künstlerinnen fand 11 Mal mit insgesamt 55 Frauen statt.

Aus dem Treff hatte sich die Gruppe „Wolke 8“ (7 Künstlerinnen) gebildet, die 2017 eine erfolgreiche Gemeinschaftsausstellung in der „KulturKneipe Haimhausen“ durchgeführt hat. Auch andere Künstlerinnen haben gemeinsame Ausstellungen durchgeführt, sich bei der Organisation ihrer eigenen Einzelausstellungen geholfen und sich durch Besuche bei den jeweiligen Ausstellungen moralisch unterstützt.

Ausblick 2018: Neu: Kunst-Café:

Das neue Angebot des Kunst-Cafés wird den Aktiv-Treff der Künstlerinnen ab 2018 ablösen. Es wird wie gewohnt am 3. Mittwoch des Monats selbstorganisiert stattfinden. Für Fragen steht Christine Nkrumah weiterhin zur Verfügung.

PEGASUS, Verein für kreatives Schreiben

Leitung Barbara Ludwig

Die Mitglieder des Vereins PEGASUS treffen sich einmal im Monat in den Räumen des mff. Die Treffen eröffnen jedem, der gern schreibt, die Möglichkeit, eigene Texte vorzustellen. Die Autoren erhalten ein erstes Feedback sowie konstruktive Vorschläge zur Optimierung ihrer Werke. Gäste sind willkommen.

Öffentliche Sommerlesung im mff mit 15 Teilnehmer*innen.

Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

- Vernetzung mit verschiedenen Frauennetzwerken und Institutionen, wie z. B. webgrrls, IHK-Abteilung Existenzgründer, u.a., mehrmals im Jahr
- 09.03.2017: Anita Augspurg Preis im Alten Rathaus
- 18.03.2017: Equal Pay Day am Marienplatz
- 11.05.2017: Infobörse für Frauen aus aller Welt im Alten Rathaus
- 18.05.2017: Aktionsforum Wiedereinstieg der Agentur für Arbeit, BIZ
- 13.10.2017: Her Career Messe im MTC
- 25.10.2017: 2. Münchner FOM Frauen-Forum in der FOM, Hochschule München
- 25.11.2017: IHK Existenzgründermesse im MOC

Bei allen Veranstaltungen wurden zum Teil längere Beratungsgespräche geführt. Im Nachhinein nutzten viele der Frauen die Angebote des mff. Das mff nimmt regelmäßig an den Treffen des Arbeitskreises Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebens-Beratung teil.

Die Veranstaltungen und Projekte des mff wurden in fünf Printausgaben mit einer Auflage von 4.500 Exemplaren pro Ausgabe, auf der Homepage www.muenchner-frauenforum.de und auf facebook veröffentlicht. Zusätzlich wurden für die Angebote von job & mehr vierteljährlich Extra-Flyer erstellt. Das Programm wurde im ganzen Stadtgebiet, u.a. in allen Stadtbüchereien und der Rathaus-Information am Marienplatz, verteilt. Die Veranstaltungen wurden außerdem monatlich an die Münchner Presse weitergeleitet. Auch dieses Jahr konnten wir erfreulicherweise wieder zahlreiche Veranstaltungen in verschiedenen Medien (Süddeutsche Zeitung, Hallo Verlag, Südostkurier, Münchner Merkur) sowohl im Print als auch im Onlinebereich wiederfinden. Pressemitteilungen, Rund-Mails und Newsletter ergänzen die Öffentlichkeitsarbeit.

In 2017 konnten wir mit unserer neuen Homepage (www.muenchner-frauenforum.de) online gehen. Die neue Website bietet Klarheit, Übersichtlichkeit und die Veranstaltungen können über unterschiedliche Funktionalitäten gefunden werden.

Die Rückmeldungen für den neuen Auftritt waren zahlreich und sehr positiv.



Startseite der neuen mff - Homepage



beim 2. Münchner Frauen-Forum der FOM

Finanzierung

Die Finanzierung des münchener frauenforums setzt sich im Jahr 2017 zusammen aus:

- Förderung durch das Sozialreferat, Stadtjugendamt der LH München
- Förderung durch das Referat für Arbeit und Wirtschaft der LH München
- Förderung durch die Edith-Haberland-Wagner-Stiftung
- Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration
- Landkreis München
- Erwirtschaftete Einnahmen und Eigenmittel

Mitarbeit und Praktikum

Im mff waren im Jahr 2017 im Team sieben Mitarbeiterinnen auf der Basis von Teilzeit (12h/Woche) beschäftigt. Vier Mitarbeiterinnen arbeiten ehrenamtlich für das mff. Regelmäßige Teamsitzungen dienten dem Informationsfluss und der Weiterentwicklung. Bei der Klausurtagung in Bernried wurden die neuen Schwerpunkte für das vom Ministerium geförderte Projekt „FRAUEN – Stark in die Zukunft“ entwickelt und die Jahresplanung für 2018 und 2019 konkretisiert.

Eine Supervision mit Eva-Maria Pitman diente der Konzeptüberprüfung und Weiterentwicklung des mff.

Team des mff 2017:

Sabine Federico, Ilona Jodlbauer, Anja Merkel, Monika Pokorny, Claudia Rumpel, Gundel v. Trentini, Karin Wilde-Walz



Team des mff 2017

Praktikantinnen

2017 arbeitete eine Praktikantin im Rahmen ihrer Weiterbildung beim BTZ, Berufstrainingszentrum München im bfz, Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen Wirtschaft gGmbH mit. Sie unterstützt das Team des mff ehrenamtlich auch im Jahr 2018 einmal pro Woche.

mff-Zahlen im Jahr 2017

Telefongespräche		1159
Infogespräche		250
Beratungsgespräche (inkl. Sprechstunde „Wo drückt der Schuh“)		203
Info-und Beratungsgespräche bei Messen EPD, Infobörse, BIZ, Her Career, FOM, IHK, u.a.	6	210
Summe der persönlichen Gespräche		663
Bereich	Veranstaltungen	Teilnehmerinnen Mehrfachzählung möglich
Veranstaltungsforum		
Beruf	40	280
Gesundheit	9	31
Finanzen	22	77
Kunst und Kultur	13	133
Psychologie & Lebenshilfe	20	68
Rechtsinformationen	40	76
Raumvermietung	61	521
job & mehr		
Coaching-Gespräche	87	170
Job-Sprechstunde	22	28
Veranstaltungen	5	35
Münchener ErfolgsWerkstatt		
Veranstaltungen (Ideen-u. Wunschabende, Motivationstreffen, Verbandstreffen)	8	57
Workshops „Aktiv werden in eigener Sache“	3	29
3 Erfolgsteam-Workshops	18	16
Kunst und Kultur		
Ausstellungen	8	280
Aktiv Treff der Künstlerinnen	11	55
Projekt: Frauen zwischen allen Stühlen		
Veranstaltungen (Beruf, Finanzen, Integration, Gesundheit, Wohnen)	15	216
Summe der Veranstaltungen und Summe der teilnehmenden, beratenen Frauen	388	3894