

Mai – August 2018



Rumfordstr. 25 • 80469 München • Telefon: 089-29 39 68 • Fax: 089-29 16 23 91 • www.muenchner-frauenforum.de • info@muenchner-frauenforum.de
• <https://www.facebook.com/muenchner.frauenforum> •

Träger: Verein für Fraueninteressen e.V.  www.fraueninteressen.de

Information • Beratung • Vernetzung

- Frau ▲ Beruf ▲ Existenz
Veranstaltungsforum, Job & mehr
- Frauen & Finanzen
- Gesundheit & mehr
- Kunst & Kultur
- Miteinander
- Projekt:
"FRAUEN – Stark in die Zukunft" *
- Rechtsinformationen

"Souverän und überzeugend auftreten" *

4 Workshops rund um die erfolgreiche Selbstpräsentation

"Präsentation und Auftritt: Hier komm' ICH!"

Susanne Plassmann

"Elevator Pitch – kurz und prägnant begeistern!"

Brigitte Herder

"Stark, stärker – ICH SELBST!" (Teil 1+2)

Anja Merkel

Donnerstag, 17. Mai 2018 von 13.30 Uhr bis 21.00 Uhr

Näheres siehe unten

Job & mehr

Coaching

Ressourcen und Potenziale entdecken; Ziele finden und umsetzen; Motivation, Feedback und Mut zum Handeln
Ihre Anmeldung ist verbindlich! Bei Verhinderung bitten wir um Benachrichtigung bis 24 Stunden vorab.

▪ Coaching am Montagvormittag/-nachmittag

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Mediatorin

Montag, 14.05., 04.06., 18.06., 25.06., 02.07., 09.07., 16.07., 23.07., 30.07., 27.08.2018 von 09.00 bis 12.00 Uhr

Montag, 07.05. und 11.06.2018 von 12.30 bis 15.30 Uhr

Kostenbeitrag: € 26,- für 50 Minuten

▪ Coaching am Donnerstagnachmittag

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Mediatorin

Donnerstag, 03.05., 07.06., 14.06., 28.06., 05.07., 19.7., 26.07., 02.08., 30.08.2018 von 13.30 bis 16.30 Uhr

Kostenbeitrag: € 26,- für 50 Minuten

▪ 3-Schritte-Coaching

3 Termine à 50 Minuten zu einem vergünstigten Preis

Kostenbeitrag: € 70,- für 3 x 50 Minuten

Infos & Anmeldung für alle Coachings:

☎ 089 - 29 39 68

✉ info@muenchner-frauenforum.de

Zusatztermine nach Vereinbarung möglich!

▪ Job - Sprechstunde

Tipps und Fragen zur Bewerbung

Jeweils 30 Minuten

Brigitte Herder, Job- und Business-Coach

Mittwoch, 09.05., 27.06., 25.07. und 29.08.2018 von 15.30 bis 17.30 Uhr

Kostenbeitrag: € 13,- für jeweils 30 Minuten

Infos & Anmeldung: ✉ bh@BHerder.info

Zusatztermine auf Anfrage

Beratung

Sprechstunde: Wo drückt der Schuh?

Monika Pokorny, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Montag, 14.05., 25.06., 23.07.2018 von 15.30 bis 17.30 Uhr

Was ist Ihr Anliegen? Welche Beratungsangebote gibt es im münchner frauenforum und in München? Was sind die nächsten Schritte? (jeweils 30 Minuten)

kostenlos ohne Anmeldung

Infos ☎ 089 - 29 39 68 ✉ info@muenchner-frauenforum.de

Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag von 9.00 bis 13.00 Uhr
Montag und Mittwoch von 15.00 bis 18.00 Uhr
Geschlossen: 11.05., 01.06., 21.06., 06.08. - 24.08.2018

Frau ▲ Beruf ▲ Existenz

▲ Info- und Wunschabend



„Ich könnte alles tun, wenn ich nur wüsste, was ich will!“ (Barbara Sher)

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Mediatorin

Dienstag, 05.06.2018 von 19.00 bis 21.00 Uhr oder

Montag, 23.07.2018 von 19.00 bis 21.00 Uhr oder

Donnerstag, 30.08.2018 von 19.00 bis 21.00 Uhr

Finden Sie spielerisch durch einfache Übungen (wieder) zu Ihren eigenen Wünschen und Visionen. Wir informieren Sie über das Wishcraft- und Erfolgsteam-Konzept der Karriereberaterin und Bestsellerautorin B. Sher sowie unsere weiteren Workshop-Angebote.

Kostenbeitrag: € 8,-

Infos & Anmeldung:

☎ 089 - 29 39 68

✉ info@muenchner-frauenforum.de

Vorankündigung:

▲ Erfolgsteam-Workshop nach Barbara Sher



Lebensträume und Berufsziele entdecken und verwirklichen!

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Mediatorin

Ab September: 21.09.2018 bis 07.12.2018 vormittags

Jeweils freitags von 9.30 bis 12.00 Uhr

21.09., 28.09., 05.10., 19.10., 26.10., 09.11., 23.11.*, 07.12.2018 (*mit einer Ideenparty)

Darum geht's: Träume, Wünsche und Talente (wieder-) entdecken, daraus Ziele ableiten und einen Plan zum Ziel erstellen, dranbleiben, sich gegenseitig unterstützen mit Ideen, Impulsen, Inspiration & konkreten Tipps.

Workshop-Gebühr: € 330,-

Rabatt bei verbindlicher Anmeldung am Infoabend bzw. wenn sich eine zweite Person mit Ihnen anmeldet!

Infos & Anmeldung:

☎ 089 - 29 39 68

✉ info@muenchner-frauenforum.de

* Veranstaltung gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Integration im Rahmen des Projekts "FRAUEN – Stark in die Zukunft".

Job&mehr

"Souverän und überzeugend auftreten" *

Veranstaltungstermin: Donnerstag, 17.05.2018

1. Workshop: "Stark, stärker – ICH SELBST!" (Teil 1)

Anja Merkel, Business-/Personalcoach

Schlüpfen Sie aus Ihren inneren Hemmschuhen und entdecken Sie das Potenzial, das in Ihnen steckt. Stellen Sie sich Ihre eigene Ressourcen-/Kompetenzen-Schatztruhe zusammen und setzen Sie diese gewinnbringend für sich ein. So finden Sie zu der inneren Haltung, die Sie authentisch, stark und kraftvoll macht.

Uhrzeit von 13.30-14.30 Uhr Kostenbeitrag: € 12,-

2. Workshop: "Präsentation u. Auftritt: Hier komm' ICH!"

Susanne Plassmann, Coach, Comedian

Wie betrete ich den Raum so, dass ich wirklich wahrgenommen werde? Wie finde ich meine authentische Art, Inhalte und Standpunkte zu vermitteln, so dass die Menschen mir zuhören und behalten, was ich sage? Wie begeistere ich mein „Publikum“? Lassen Sie sich mit der nötigen Portion Humor dabei unterstützen, Ihren eigenen Weg zu finden vor Leuten überzeugend zu sprechen. Schon einige Übungen werden Ihnen dabei helfen, Ihren Auftritt nachhaltig zu verbessern und wirkungsvoller im privaten oder beruflichen Umfeld zu kommunizieren.

Uhrzeit: 15.00 bis 16.30 Uhr Kostenbeitrag: € 18,-

3. Workshop: "Stark, stärker – ICH SELBST!" (Teil 2)

Anja Merkel, Business-/Personalcoach

Ob Imaginationsreise, Schulung der Selbstwahrnehmung oder Atem- oder Körperübung... Wir zeigen Ihnen unterschiedliche Methoden und Techniken, mit deren Hilfe Sie lernen, auf sich selbst zu bauen, sich zu vertrauen und sich selbst zu motivieren. So bringen Sie Ihre innere Stärke optimal zur Geltung.

Uhrzeit: 17.00 bis 18.00 Uhr Kostenbeitrag: € 12,-

4. Workshop: Elevator Pitch kurz u. prägnant begeistern!

Brigitte Herder, Job- und Business-Coach

Im Workshop lernen Sie die essenziellen Bestandteile eines Elevator Pitches kennen. Wir erarbeiten Ihre prägnante u. interessante Selbstvorstellung u. proben die Wirkung gleich in der Teilnehmerrunde. Ihren fertigen Elevator Pitch haben Sie dann jederzeit parat u. können ihn für andere Zwecke leicht anpassen (z.B. für Ihr Profil in den sozialen Medien). Der Videomitschnitt Ihrer Präsentation wird Ihnen auf Wunsch zugeschickt.

Uhrzeit: 18.30 bis 21.00 Uhr Kostenbeitrag: € 26,-

Bei Buchung des Gesamtpakets: Kostenbeitrag: € 60,-

Infos & Anmeldung:

☎ 089 - 29 39 68

✉ info@muenchner-frauenforum.de

Veranstungsforum

Für die Inhalte der Veranstaltungen sind die Referentinnen verantwortlich.
Informationen und Anmeldung direkt bei ihnen!

Älterwerden – bedeutet das Stillstand?

Daniela Beser, Systemische Beraterin

Montag, 07.05.2018 von 18.30 bis 20.30 Uhr

Älter werden wir alle. Es geht unaufhaltsam weiter und es gibt kein Zurück. Oft ist das Älterwerden mit Angst vor der Zukunft verbunden. Warum tun wir uns mit dem Älterwerden so schwer? Lohnt sich dieses oder jenes überhaupt noch...?? Wir können die Qualität unseres Lebens positiv beeinflussen. Damit verliert auch das Älterwerden seinen Schrecken.

Kostenbeitrag: kostenlos

Infos & Anmeldung: ohne Anmeldung

☎ 0157 – 30 98 56 32 ✉ praxis@beratung-beser.de

www.beratung-beser.de

"Das Leben ist voller Wunder"

Aufmerksam werden für das Positive

Veronika Hornung, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Mittwoch, 16.05.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr

Schlechte Nachrichten beherrschen die Medien. Missstände und Fehler werden angeprangert, aber all das Gute, das täglich geschieht, wird oft übersehen. Auch in unserem persönlichen Leben lassen wir uns manchmal von Negativem herunterziehen und beachten zu wenig all das Positive, das auch da ist. Mit einer Geschichte, Übungen mit den 5 Sinnen, persönlicher Reflexion und Austausch entdecken wir das Wunderbare und Gelungene in unserem Leben.

Kostenbeitrag: € 7,-

Infos & Anmeldung: spontan, ohne Anmeldung

☎ 0175 – 11 11 165 ✉ vero61horn@gmail.com

Offener GFK-Treff in München

Netzwerk „Gewaltfreie Kommunikation München e.V.“

Sonntag, 27.05. und 29.07.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr

Das Netzwerk bietet eine neue Möglichkeit, sich über die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) zu informieren und auszutauschen. Bei unseren offenen GFK-Treffen haben Sie/hast Du die Gelegenheit zum Kennenlernen, „Reinschnuppern“ und zur Unterstützung und Vertiefung.

Kostenbeitrag: kostenlos

Infos & Anmeldung: ohne Anmeldung

www.gewaltfrei-muenchen.de

Aktionsforum Wiedereinstieg

Mittwoch, 16.05.2018 von 09.00 bis 13.00 Uhr

Besuchen Sie uns im Berufs-Informations-Zentrum / BIZ
Kapuzinerstraße 26, 80337 München

Veranstungsforum

Für die Inhalte der Veranstaltungen sind die Referentinnen verantwortlich.
Informationen und Anmeldung direkt bei ihnen!

Systemische Strukturaufstellung Vortrag + Demo

Kornelia Müller, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Donnerstag, 28.06.2018 von 18.30 bis 20.30 Uhr

Folgen wir nicht bestimmten Gesetzmäßigkeiten des Lebens, führt es zu Konflikten. Diese Konflikte machen wir im Außen sichtbar, um sofortigen Zugang zu einer Lösung zu erhalten. Es ermöglicht Ihnen einen direkten Perspektivenwechsel und Integration neuer Verhaltensstrukturen. Sie haben die Möglichkeit an einer Demositzung teilzunehmen.

Kostenbeitrag: kostenlos

Infos & Anmeldung: mit Anmeldung, gerne auch spontan

☎ 0176 – 61 39 69 82 ✉ info@kornelia-mueller.de

www.kornelia-mueller.de

Zuhause: Vom Chaos & Ballast zur Wohlfühllose

Marlene Grassl, Mentaltrainerin/Feng Shui-Beraterin

Dienstag, 17.07. und 21.8.2018 von 18.30 bis 20.30 Uhr

Soll Ihr Zuhause ein Ort der Erholung und Inspiration werden? Sehnen Sie sich nach Freiraum zum Durchatmen? Fällt es Ihnen schwer, Dinge zu finden und Ordnung zu halten? Leiden Sie inzwischen an Ihrem Besitz? Sie werden begreifen, was dahinter steckt und wie Sie sich von Ihrem Ballast lösen können. So wird Ihr Zuhause zu Ihrem Kraftort.

Kostenbeitrag: € 15,-

Infos & Anmeldung: www.marlene-grassl.de

☎ 0177 – 27 88 337 ✉ info@marlene-grassl.de

Frauen & Finanzen

Renten-Vorsorge:

Keine Angst vor Altersarmut! Teil II *

Susanne Fischer, Dipl. Kauffrau, Finanzberatung für Frauen

Mittwoch, 06.06.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr

Länger arbeiten - weniger Rente? Stimmt das? Sicher ist, dass in Zukunft die gesetzliche Rente allein nicht mehr zum Leben reicht! Nur mit privater Vorsorge lässt sich dies auffangen. Nehmen Sie deshalb Ihre Vorsorge selbst in die Hand. Es liegt an Ihnen, sich so gut wie möglich auf den Ruhestand vorzubereiten! Im Vortrag wird Wissenswertes zur gesetzlichen Rentenversicherung vermittelt. Zusätzlich werden verschiedene Produkte für die private Vorsorge vorgestellt, die die entstandene Rentenlücke schließen.

Kostenbeitrag: € 8,-

Infos & Anmeldung:

☎ 089 - 29 39 68 ✉ info@muenchner-frauenforum.de

Regelmäßige Veranstaltungen

Für die Inhalte der Veranstaltungen sind die Referentinnen verantwortlich.
Informationen und Anmeldung direkt bei ihnen!

Besser eine Mediation im Münchner Frauenforum als ein Prozess vor Gericht!

Anja Merkel, Rechtsanwältin & Mediatorin

Individuelle Termine & Kosten auf Anfrage

Infos: ☎ 089 – 230 77 556 oder 0173 – 373 42 24

Fragen zum Arbeitsrecht – Informationsabend

Carmen Wieser, Rechtsanwältin, Schwerpunkt Arbeitsrecht

Montag, 14.05., Donnerstag, 14.06. und

Donnerstag, 12.07.2018 um 19.00 Uhr

kostenlos ohne Anmeldung

Infos: ☎ 089 – 45 24 48 0 www.ht2w.de

Gut informiert bei Trennung und Scheidung

Eva von Ah, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht

Freitag, 11.05. und 08.06.2018 um 19.00 Uhr

kostenlos ohne Anmeldung

Infos: ☎ 089 – 30 77 91 44

Beratung bei Trennung und Scheidung

Birgit Rothley, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht

Donnerstag, 03.05. um 19.00 Uhr, Mittwoch, 20.06.

um 9.00 Uhr und Donnerstag, 19.07.2018 um 19.00 Uhr

kostenlos ohne Anmeldung

Infos: ☎ 089 – 12 76 34 67 www.lex-familia.de

Scheidungsrecht und Mediation

Birgit Führer, Rechtsanwältin,

Fachanwältin für Familienrecht und Mediatorin

Dienstag, 19.06.2018 um 19.00 Uhr

kostenlos www.birgitfuehrer.de

Infos & Anmeldung: ☎ 089 – 23 23 08 20

Beratung zu Finanzen und Versicherungen

Angelika Brunner, Fachwirtin für Finanzberatung

Einzelberatung (kein Vortrag)

Montag, 11.06. und 16.07.2018 zwischen 17.00 und 19.00 Uhr

kostenlos

Infos & Anmeldung:

☎ 089 – 23 03 53 33 www.finanzberatungvonfrauzufrau.de

Geld tut Frauen gut

Einzelberatung & individuelle Tipps zu Fragen rund ums Geld

Susanne Fischer, Dipl.-Kauffrau

Mittwoch, 16.05. und 27.06. um 16.30 Uhr

kostenlos

Infos & Anmeldung:

☎ 089 – 64 58 25 ✉ info@bavariafinanzanlagen.de

Tanz - die verborgene Sprache deiner Seele

Jutta Biedermann, Therapeutin, Teamcoach
Bettina Bartels, HP für Psychotherapie, Tanztherapeutin

Donnerstag, 07.06.2018 von 18.30 bis 21.30 Uhr

Tanzen ist jede natürliche Form der Bewegung. Im Tanz können wir unsere, meist im Inneren verborgenen Emotionen in Bewegung umwandeln, unsere Lebendigkeit spüren, unsere Kreativität entfalten. Blockaden in Körper und Kopf lassen sich auflösen, das führt zu Befreiung und Freude. Bitte an bequeme Kleidung, warme Socken und eigene Musik denken.

Kostenbeitrag: € 10,-

Infos & Anmeldung: mit Anmeldung, gerne auch spontan

☎ 0152 – 53 39 94 09 oder 0172 – 85 38 233

✉ info@ich-sowieichbin.de www.ich-sowieichbin.de

Wie Stress unserem Körper schadet – und wie man sich schützen kann

Lena Brauer, Heilpraktikerin

Mittwoch, 13.06.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr

Was macht Stress mit unserem Körper? Was ist eine Nebennienschwäche? Warum ist Stress schlecht für meine Verdauung? Wie kann die Naturheilkunde unterstützen? Was können Sie selbst tun? Auf diese Fragen gehe ich in meinem Vortrag ein. Ich freue mich auf Sie.

Kostenbeitrag: € 5,-

Infos & Anmeldung: mit Anmeldung, gerne auch spontan

☎ 0176 – 20 01 53 35 info@heilpraktikerin-lena-brauer.de

www.heilpraktikerin-lena-brauer.de

"Es lebe die eigene Widerstandskraft!"

Anja Merkel, Rechtsanwältin, Mediatorin, Coach

Dienstag, 26.06.2018 von 19.00 bis 21.00 Uhr

Lassen Sie uns zusammen die Fähigkeit zur sog. Resilienz, unsere ganz eigene psychische Widerstandskraft durchleuchten. Erfahren Sie, wie Sie

- zuversichtlich nach vorne schauen können
- konstruktiv mit den stetig wachsenden Anforderungen aus Ihrem Umfeld umgehen
- Ihre innere Stärke u. Flexibilität optimal zur Geltung bringen

Dazu die weit beste Nachricht aus der Forschung: Resilienz ist in jedem Alter noch erlernbar!

Kostenbeitrag: € 10,-

Infos & Anmeldung:

☎ 089 – 23 07 75 56, mobil: 0173 – 373 42 24,

✉ post@mecome.de www.mecome.de

Das münchener frauenforum wird gefördert von:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat



Landkreis München

Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration



Städt. Frauenrat München
Stiftung

Kalender

Mai 2018

03.05.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
	19.00 Uhr	Beratung bei Trennung und Scheidung
07.05.	12.30 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
	18.30 Uhr	Älterwerden – bedeutet das Stillstand?
09.05.	15.30 Uhr	Job-Sprechstunde: Tipps & Fragen zur Bewerbung
11.05.	19.00 Uhr	Gut informiert bei Trennung & Scheidung
14.05.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
	15.30 Uhr	Sprechstunde: Wo drückt der Schuh
	19.00 Uhr	Fragen zum Arbeitsrecht
16.05.	16.00 Uhr	Kunst-Café
	16.30 Uhr	Geld tut Frauen gut
	18.00 Uhr	Das Leben ist voller Wunder
17.05.	13.30 Uhr	4 Workshops rund um die erfolgreiche Selbstpräsentation
23.05.	19.00 Uhr	Pegasus-Verein für kreatives Schreiben
27.05.	18.00 Uhr	GFK - Gewaltfreie Kommunikation

Juni 2018

04.06.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
05.06.	19.00 Uhr	Info- und Wunschabend
06.06.	18.00 Uhr	Renten-Vorsorge: Keine Angst vor Altersarmut!
07.06.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
	18.30 Uhr	Tanz, die verborgene Sprache deiner Seele
08.06.	19.00 Uhr	Gut informiert bei Trennung & Scheidung
11.06.	12.30 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
	17.00 Uhr	Beratung zu Finanzen und Versicherungen
13.06.	18.00 Uhr	Wie Stress unserem Körper schadet
14.06.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
	19.00 Uhr	Fragen zum Arbeitsrecht
18.06.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
19.06.	19.00 Uhr	Scheidungsrecht und Mediation
20.06.	09.00 Uhr	Beratung bei Trennung & Scheidung
	16.00 Uhr	Kunst-Café – Ausstellung "Paperworld"
25.06.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
	15.30 Uhr	Sprechstunde: Wo drückt der Schuh
26.06.	19.00 Uhr	Es lebe die eigene Widerstandskraft
27.06.	15.30 Uhr	Job-Sprechstunde: Tipps & Fragen zur Bewerbung
	16.30 Uhr	Geld tut Frauen gut
	19.00 Uhr	Pegasus-Verein für kreatives Schreiben
28.06.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
	18.30 Uhr	Systemische Strukturaufstellung

Juli 2018

02.07.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
05.07.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
07.07.	17.00 Uhr	Sommerlesung Pegasus-Verein
09.07.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
12.07.	19.00 Uhr	Fragen zum Arbeitsrecht
16.07.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
	17.00 Uhr	Beratung zu Finanzen und Versicherungen
17.07.	18.30 Uhr	Vom Chaos & Ballast zur Wohlfühloase
18.07.	16.00 Uhr	Kunst-Café
19.07.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
	19.00 Uhr	Beratung bei Trennung und Scheidung
23.07.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
	15.30 Uhr	Sprechstunde: Wo drückt der Schuh
	19.00 Uhr	Info- und Wunschabend
25.07.	15.30 Uhr	Job-Sprechstunde: Tipps & Fragen zur Bewerbung
	19.00 Uhr	Pegasus-Verein für kreatives Schreiben
26.07.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
29.07.	18.00 Uhr	GFK - Gewaltfreie Kommunikation
30.07.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag

August 2018

02.08.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
21.08.	18.30 Uhr	Vom Chaos & Ballast zur Wohlfühloase
22.08.	19.00 Uhr	Pegasus-Verein für kreatives Schreiben
27.08.	09.00 Uhr	Coaching am Montagvormittag/-nachmittag
29.08.	15.30 Uhr	Job-Sprechstunde: Tipps & Fragen zur Bewerbung
30.08.	13.30 Uhr	Coaching am Donnerstagnachmittag
	19.00 Uhr	Info- und Wunschabend

Träger von: • münchener frauenforum • Betreuter Umgang/ Begleitete Übergabe • Freiwilligen-Agentur-Tatendrang • Zu Hause gesund werden • Neuer Start • Seniorenbörse • Spurwechsel ab 55 • fremd-vertraut • FIT-Finanztraining-Haushaltsbudgetberatung • Gesprächsforum: PolitikFrauenGesellschaft • Hauswirtschaftliche Beratung • Juno • Offener Treff • Lesezeichen

Der Verein ist Mitglied bei:
Der Paritätische – LV Bayern, Stadtbund Münchner Frauenverbände

Schöner“ und gesünder wohnen - aber wie?

Ute Daumiller, Architektin

Einzelberatung (kein Vortrag)

Mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr

kostenlos

Anmeldung: ☎ 089 -29 39 68

Pegasus – Verein für kreatives Schreiben e.V.

Barbara Ludwig

Mittwoch, 23.05., 27.06., 25.07. u. 22.08.18 um 19.00 Uhr

Vorstellung und Besprechung eigener Texte für Frauen und Männer

Sommerlesung, Samstag, 07.07.18 von 17.00 – 20.00 Uhr

kostenlos

ohne Anmeldung

Infos: ☎ 089 - 714 00 92 www.pegasus-schreiben.de

Offener Treff für Frauen aus aller Welt

C. Jackson, C. Palleschi-Degen, C. Supper

Jeden Dienstag von 09.45 bis 11.30 Uhr

Auch 14-tägig mittwochs 18.00 Uhr in der Seniorenbörse 02.05., 16.05., 30.05., 13.06., 27.06., 11.07., 25.07.2018

Offener Treff für Frauen aus aller Welt, die ihre Deutschkenntnisse vertiefen wollen. Jeden Monat eine Exkursion. Der OT findet **nicht** am 22.5. und im gesamten August statt.

kostenlos

ohne Anmeldung

Infos: ☎ 089 - 30 41 50 ✉ offentreff@gmail.com

Kunst & Kultur

Ausstellung: „PAPERWORLD“

Papier: geschnitten-gefaltet-gefaltet von Irmgard Kempf

Führung und Gespräch mit der Künstlerin im Rahmen des Kunst-Cafés am **Mittwoch, 20.6.2018** v. 16.00 bis 17.00 Uhr.

Frauen und Männer sind herzlich dazu eingeladen! s.u.

Die Bilder sind vom 11.06. bis zum 27.07.2018 zu sehen.

Summer Special:

"Zwischen Seele u. Leidenschaft" Weg der Weiblichkeit

Fotografien von Martina Kurt

Die Bilder sind vom 30.07. bis zum 07.09.2018 zu sehen.

Kunst-Café

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 16.00 bis 17.00 Uhr treffen sich Künstlerinnen und kreative Frauen in unserem Café zur Vernetzung und zum Austausch von Gedanken und Erfahrungen bei einer Tasse Tee (Ohne Moderation).

Mittwoch, 16.05., 20.06.*, 18.7.2018 von 16.00 bis 17.00 Uhr
(*Führung u. Gespräch mit d. Künstlerin Irmgard Kempf, s.o.)

Kostenbeitrag: € 2,-

ohne Anmeldung

Infos:

☎ 089 - 29 39 68

✉ info@muenchner-frauenforum.de