



JAHRESBERICHT 2019

Das münchner frauenforum wird gefördert von:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt



Edith-Haberland-Wagner
Stiftung



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



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:
Katharina Erlmeier, Ilona Jodlbauer, Alexandra Fehrenbach
Fotos: A. Fehrenbach, M. Pokorny, H. Pokorny,

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 - STARK in die Zukunft“	6/7
Veranstaltungsforum	8/9
job & mehr	10
Erfolgswerkstatt	11
Allgemeine Beratung und Sprechstunde	12
Kunst und Kultur	12/13
Öffentlichkeitsarbeit	14
Finanzierung	15
Mitarbeiterinnen	15
mff in Zahlen	16



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
Lesezeichen
- 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

Im münchner frauenforum (mff) war das Jahr 2019 - im 31. Jahr seines Bestehens - geprägt von personellen Änderungen und endlich einer soliden finanziellen Ausstattung. Durch die erweiterte Förderung durch das Stadtjugendamt im Sozialreferat der LH München und die angekündigte weitere Förderung durch die Edith-Haberland-Wagner-Stiftung ist das mff zukunftssicher aufgestellt.

Die Phase der ehrenamtlichen Mitarbeit im Team des mff gehört nun endgültig der Vergangenheit an. Im münchner frauenforum werden neue, motivierte, kompetente Kolleginnen den langjährigen, ausscheidenden Mitarbeiterinnen, die mit viel Herzblut und Erfahrung das mff ständig weiterentwickelt haben, folgen. Das Team besteht im Jahr 2020 aus drei langjährigen und drei neuen Mitarbeiterinnen. Zusätzlich unterstützen drei freie Mitarbeiterinnen das Team im Bereich Coaching, Bewerbungstraining und Kunst & Kultur sowie eine langjährige Mitarbeiterin im Bereich Administration.

Im persönlichen Rückblick auf viele Jahre mff sehen wir, dass sich das Konzept, Frauen in der Phase ihrer beruflichen und persönlichen Umorientierung zu begleiten, seit der Gründung bewährt hat: Information, Beratung, Vernetzung, niederschwellige Angebote wie Vorträge, Workshops und Erfolgsteams, das Veranstaltungsforum für Existenzgründerinnen, Selbstständige und Künstlerinnen. Das münchner frauenforum bietet nach wie vor eine Anlaufstelle, in der sich Frauen informieren, weiterbilden, ausprobieren, vernetzen und Unterstützung bekommen können, um konkrete Schritte in Richtung Neuorientierung zu gehen. Dabei hat sich die Vielfalt der Themen im mff immer an den Bedürfnissen der zu beratenden Frauen orientiert.

Seit Anfang der 2000er Jahre hat sich der Fokus im mff stärker auf das Thema Beruf gelegt. Einzel-Coaching, Workshops, Erfolgsteams, Rhetorikkurse, Bewerbungstrainings mit konkreten Übungswshops und Vorträge mit kompetenten Fachfrauen runden das Angebot im mff ab. Vorträge und Einzelberatung zu den Themen Finanzen, Gesundheit, Familien-, Arbeits- und Mietrecht geben den Frauen die Möglichkeit, sich unverbindlich, kostenfrei oder kostengünstig zu informieren, mit anderen auszutauschen und weitergehende Schritte zu unternehmen.

Alles dies ist nur möglich durch die Förderung der Geldgeber: die LH München, die Edith-Haberland-Wagner-Stiftung, das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit, und Soziales und den Landkreis München.

Unser besonderer Dank gilt den Vorsitzenden, die sich all die Jahre erfolgreich für den Verein und damit auch für das mff mit ihren guten Verbindungen zur LH München und zu den Verbänden einsetzten: Dr. Hildegard Kronawitter, Elke Kästle, Helga Ziegler und Christa Weigl-Schneider. In der Geschäftsstelle haben uns mit Christine Fiala-Köfer, Maren Puls und Gudrun Schäfer, später dann Beate Groß, Ursula Merz-Georgii, Annette Warlimont und Verena Koppitz die verwaltungs- und abrechnungstechnischen Dinge abgenommen. Sehr herzlich bedanken wir uns bei Karin Wilde-Walz, die im mff die Finanzen einschließlich der Verwendungsnachweise und Anträge fest im Griff hatte.

Unsere Vorgängerinnen in der Leitung des münchner frauenforum, Rosemarie Knözinger und Anne Winkelmann, haben uns ein „wohlbestelltes Haus“ hinterlassen. Mit unseren Teamkolleginnen konnten wir innovative Projekte konzipieren und durchführen. Katharina Erlmeier, die Leiterin des münchner frauenforum ab 2020, hat schon im Jahr 2019 ehrenamtlich im Leitungsteam mitgearbeitet, konnte die Abläufe kennenlernen und kann mit dem Team und neuen Ideen die Zukunft des mff gestalten.

Es war für uns eine wunderbare Zeit im mff und wir wünschen dem ganzen Team für die Zukunft eine solide Finanzierung, innovative Ideen, viele begeisterte Frauen, ein kreatives Miteinander, und viel Freude an der Arbeit!

München, im Januar 2020

Monika Pokorny und Gundel von Trentini

Projekt "Frauen – STARK in die Zukunft"

Das Projekt "Frauen – STARK in die Zukunft" im mff wird von Januar 2018 bis Dezember 2020 gefördert vom:



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

„Frauen – STARK in die Zukunft“ – eine Devise, die seit jeher die Arbeit des Münchner Frauenforums bestimmt. Das Team des mff erarbeitet Angebote, die sich speziell am Bedarf von Frauen orientieren und diese mit ihren Fragestellungen in den unterschiedlichsten Lebenslagen unterstützen und stärken. Im Rahmen des Projekts werden Veranstaltungen und Workshops angeboten, bei denen sich Frauen über aktuelle Themen informieren können, an praktischen Erfahrungen und Fähigkeiten dazugewinnen und sich vernetzen können. Im Fokus standen dabei im Jahr 2019 die Prävention von Altersarmut, Digitalisierung und Selbstmarketing.

An den 13 Veranstaltungen haben 136 Frauen teilgenommen.

Veranstaltungen 2019

Verantwortlich: Nina Wünsch/Franziska Pörschmann

24.01.2019: „Im Alter arm – nicht mit mir!“

Dr. Tatjana Rosendorfer (Finanzkompetenz im Alltag) & Dr. Waltraud Kustermann (FIT – FinanzTraining)

Für das Alter vorzusorgen ist eine große Herausforderung unserer Zeit. An diesem Abend haben Frau Dr. Rosendorfer und Frau Dr. Kustermann einen Überblick über die Ursachen von Altersarmut gegeben und Strategien und Lösungsansätze aufgezeigt, wie Frauen für ihr Alter vorsorgen können.

14.02.2019: „Kleine Wohnung - Große Wirkung!“

Ute Daumiller, Architektin

Bei den explodierenden Wohnungsmieten und steigenden Nebenkosten ist das Mieten einer kleineren Wohnung oft die einzige Lösung. Ute Daumiller gab Tipps, wie die Teilnehmerinnen aus minimalem Wohnraum das Maximum herausholen.

27.03.2019: „Explodieren oder Argumentieren?“ – Auswege aus der Streitfalle

Anja Merkel, Rechtsanwältin, Mediatorin, zert. Coach

Ärger und Frust sind häufig die Folge von energieraubenden Streitigkeiten. Ob im privaten oder beruflichen Umfeld, Streit zerrt an unseren Nerven, kostet Kraft und schlimmstenfalls sogar viel Geld. Mediatorin Anja Merkel zeigte Wege auf, wie sich die Beteiligten auf sinnvolle Lösungsmöglichkeiten konzentrieren und damit zukünftig Konflikte für alle Seiten harmonisch lösen können.

11.04.2019: „Gerade jetzt gesund leben! Nicht nur mit 50 plus!“

Dr. Eva Mathilde Fuchs, Dipl.-Chem., Ganzheitliche Beraterin für Ernährung, Mentales und Bewegung

In dem Vortrag wurden wissenschaftliche Hintergründe verständlich gemacht und wertvolle Praxistipps für eine erfolgreiche und alltagstaugliche Umsetzung des Vorsatzes „gesund zu leben“ gegeben.

16.05.2019: „5G – Schöne neue Mobilfunkwelt?“

Kesari Reber, Heilpraktikerin, und Tanja Saß, Journalistin

Die Referentinnen zeigten anhand von Beispielen aus der Praxis den sinnvollen Umgang mit Mobilfunkstrahlung. Journalistin Tanja Saß klärte über die gesundheitlichen Risiken von 5G auf.

28.06./13.11.2019

„Stolperstein Vorstellungsgespräch: Gut gewappnet auf dem Weg zum neuen Job“

Brigitte Herder, Job- & Businesscoach

In diesem Workshop lernten die Teilnehmerinnen selbstbewusst mit kniffligen Fragen im Vorstellungsgespräch umzugehen, selbst die richtigen Fragen zu stellen und ihre Kompetenzen in den Vordergrund zu stellen.

18.07.2019: „Seiba sei – Mut zum eigenen Ausdruck“

Michaela Dietl, Akkordeon- u. Melodicaistin, Stimmkünstlerin & Performerin, Textdichterin & Komponistin

In diesem Workshop ermutigte Michaela Dietl die Teilnehmerinnen, musikalisch unterstützt mit ihrer Stimme und ihrem tänzerischen Ausdruck zu experimentieren. Es wurde Ängste und Zweifel überwunden und die Freude am eigenen Ausdruck gefestigt.

26.09.2019 „Internet-Zombie – Nein, Danke!“

Dr. Silvia Knittl PWC Cyber Solutions

Die Referentin deckte digitale Aufmerksamkeitsräuber auf und stellte effektive Methoden vor, mit denen sich der Umgang mit sozialen Medien eingrenzen lässt und Schäden durch das Verbreiten der eigenen Daten im digitalen Ökosystem vermieden werden.

17.10.2019: Abgrenzung leicht gemacht – Selbstbehauptung im Job

Anja Merkel, Business-/, Personal-Coach und Mediatorin

Mediatorin Anja Merkel gab an diesem Abend praktische Tipps und Tools, damit sich Frauen im Job noch besser behaupten und abgrenzen können.

21.11.2019: „Wohnen für Hilfe“ - eine alternative Wohnform für Jung und Alt

Brigitte Tauer, Seniorenzentrum Neuhausen

Der Seniorentreff Neuhausen e.V. vermittelt junge Menschen, die Hilfsdienste in Haus und Garten übernehmen und dafür kostenlos ein Zimmer in dem Haus der betreffenden Person bewohnen dürfen. Das Projekt wurde an dem Abend vorgestellt.

05.12.2019: „Statt Weihnachtsstress - Tiefenentspannt mit Klangschaalen“

Maria C. Brunetti, Life Coach, zertifizierte Klangmassagepraktikerin

Mit Hilfe von Klangschaalen und Meditation konnten die Teilnehmerinnen Stress abbauen, loslassen und wieder zu sich selbst finden.

10.12.2019: „Rechte und Pflichten von Mieter*innen“ mit dem Mieterverein München

Angela Lutz-Plank, stellv. Geschäftsführerin, Anja Franz, Rechtsanwältin

Der Mieterverein München kennt die „Rechte und Pflichten von Mieter*innen“. Fragen wie, „Was muss ich bei der Wohnungsbewerbung tatsächlich angeben?“, „Wieviel Mieterhöhung ist erlaubt?“ und „Was ist, wenn man zu zweit eine Wohnung angemietet hat und eine/r auszieht?“, wurden von den Rechtsanwältinnen Anja Franz und Angela Lutz-Plank vom Mieterverein München beantwortet.



Ute Daumiller
Kleine Wohnung – große Wirkung



© Aniela Adams
Michaela Dietl
„Seiba sei – Mut zum Ausdruck“



Dr. Tatjana Rosendorfer
Im Alter arm – nicht mit mir

Veranstaltungsforum

Verantwortlich: Ilona Jodlbauer/Alexandra Fehrenbach

Das Veranstaltungsforum ist eine der tragenden Säulen im Konzept des münchner frauenforums. Hier finden Frauen, die sich selbständig machen, ein Forum, mit dem sie sich mit ihren Fachkompetenzen vorstellen und Interessentinnen/Klientinnen gewinnen können. Sie sammeln erste Erfahrungen in der Gestaltung einer eigenen Veranstaltung (Seminar, Vortrag, Infoabend) und in der Arbeit mit einer Gruppe. Auch viele bereits etablierte selbständige Frauen nutzen die Möglichkeit, eine Veranstaltung im münchner frauenforum anzubieten um ihren Bekanntheitsgrad weiter zu steigern.

Die Referentinnen werden beim Erstgespräch eingehend beraten und unterstützt. Hierbei geht es im Schwerpunkt um die Fokussierung und Eingrenzung der angebotenen Themenvielfalt der jeweiligen Referentin. Gemeinsam mit der Referentin werden für die Zielgruppe passende Angebote herausgearbeitet. Vor allem bei Referentinnen, die zum ersten Mal eine Veranstaltung anbieten, besteht teilweise intensiver Beratungsbedarf. In telefonischen Feedback-/ Nachgesprächen werden Erfahrungen abgefragt und weitere Schritte besprochen.

Zusätzlich zu den regelmäßig anbietenden konnten zahlreiche neue Referentinnen gewonnen werden, die mit vielen neuen Impulsen & Inspirationen das Programm des münchner frauenforums bereicherten. Besucherinnen finden im mff ein vielseitiges und kostengünstiges Veranstaltungsprogramm, das ihnen die Möglichkeit gibt, sich einen Überblick über aktuelle Themen zu verschaffen, neue Referentinnen und deren Kurs- und Beratungsangebot kennenzulernen und bei Bedarf Themen zu vertiefen.

Im Oktober 2019 fand im münchner frauenforum ein Netzwerktreffen für Referentinnen mit über 20 Teilnehmerinnen statt. Im Rahmen von moderierten Fragerunden und Brainstormings wurden die Themen Stressbewältigung und Selbstmanagement bearbeitet. Aus dem Netzwerktreffen ergaben sich neue Veranstaltungstermine und -themen für 2020.



Regelmäßig werden im münchner frauenforum zu den Themen Familienrecht, Arbeitsrecht und Fragen rund um Finanzen, Geldanlagen und Versicherungen Veranstaltungen angeboten.

Im münchner frauenforum treffen sich darüber hinaus regelmäßig Gruppen aus Einrichtungen des Vereins für Fraueninteressen e.V.:

- die Mitarbeiterinnen der Einrichtung „Zu Hause gesund werden“
- ehemalige „Spurwechsel“-Kurse
- die Einrichtung "Offener Treff für Frauen aus aller Welt" (Möglichkeit in zwangloser Runde deutsch zu sprechen, Sprachkenntnisse zu erweitern und zu vertiefen)

Die **Raumvermietung** für Gruppen und Einzelgespräche wird nach wie vor intensiv genutzt, sodass die Zahlen im Vergleich zum Vorjahr konstant blieben. Insgesamt kamen über 930 Frauen im Rahmen der Raumvermietung ins münchner frauenforum.

Im Jahr 2019 fanden im Veranstaltungsforum rund 180 Veranstaltungen mit ca. 750 Teilnehmerinnen statt.

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

Beruf/Weiterbildung	„Zukunft der Arbeit – was kommt auf uns zu?“ „K wie Karriere, Kinder, Küche...“, ...
Finanzen	„Immobilie geerbt, was nun?“, „Keine Angst vor Altersarmut“, „Geld sicher anlegen“, „Finanzwissen leicht gemacht“, „Beratung zu Finanzen & Versicherungen“, „Erfolgreiche ETF-Strategien“, ...
Gesundheit	„Wenn das Bauchhirn die Verdauung beeinträchtigt“, „Naturheilkunde für Frauen jeden Alters“, „Mit heimischen Superfoods gesund durch den Winter“, „Endlich ein paar Pfund verlieren“, ...
Rechtsinformation	Regelmäßige Veranstaltungen zu Beratung bei Trennung, Scheidung, Arbeitsrecht, Mediation
Kultur	„Glücksspuren im Leben - biographisches Schreiben“, „Das Tagebuch“, „Aquarell-Schnupperabend“, ...
Psychologie & Lebenshilfe	„Sich authentisch zeigen & überzeugend gewinnen“, „Brain Gym©“, „Wenn mein Lebensweg die Richtung wechselt“, „Ausstieg aus der Gedankenspirale“, „Wohlfühlase im Herbstblues“, ...

Die Zahlen des Veranstaltungsforums im mff im Jahr 2019

Veranstaltungsforum	Veranstaltungen	Teilnehmerinnen <i>Mehrfachzählung möglich</i>
Beruf	41	282
Gesundheit	11	73
Finanzen	59	144
Kunst und Kultur	3	15
Psychologie und Lebenshilfe	38	155
Rechtsinformationen	33	65
Raumvermietung	119	924

job & mehr

Verantwortlich: Anja Merkel

Im Bereich job & mehr, einer weiteren tragenden Säule des münchner frauenforums, werden niederschwellige Beratung und Unterstützung von Frauen für Frauen in Phasen der beruflichen bzw. persönlichen Neu- oder Umorientierung und des beruflichen (Wieder-) Einstiegs zu sozialverträglichen Kosten angeboten.

- Beratung und Information über jobrelevante Angebote und Einrichtungen
- Klärung der beruflichen und persönlichen Situation mit dazugehörigen Einzel- oder Gruppencoachings, Bewerbungstrainings, Veranstaltungen und Workshops.

Aufgrund des nach wie vor sehr hohen Coachingsbedarfs wurde das Team des mff um eine zusätzliche Coach in 2019 erweitert.

Zielgruppe: Frauen,

- die nach Familienzeit, Ausbildung, Studium oder Krankheit, aufgrund Arbeitslosigkeit oder sonstiger Krise einen Job suchen
- die nach Trennung/Scheidung oder trotz gesundheitlicher Einschränkungen für den eigenen Lebensunterhalt sorgen müssen
- die sich mit anderen Frauen in ähnlichen Situationen austauschen möchten

Schwerpunkte 2019:

Beratungen/Coachings, Job-Sprechstunden, Veranstaltungen/Workshops, Öffentlichkeitsarbeit

Beratung und Coaching

Einzelberatungen, Einzel- und Gruppen-Coachings, Coaching in Bewegung

- Anja Merkel, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht, Mediatorin, European Business-Coach, Consciousness-/Personal-Coach, zertifizierte Erfolgsteamleiterin
- Petra Frommel, Business-Coach, systemische Coach, Coach in GfK (= gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg), Mediatorin
- Anja Kastner, Business-Coach, Trainerin

Individuelle Beratung und persönliche Standortbestimmung, Erarbeiten von Visionen und Zielen, Umsetzungsstrategien und Problemlösungen, Aktivierung der Teilnehmerinnen. Verweis auf andere Münchner Einrichtungen, die zusätzlich weiterhelfen können.

Job-Sprechstunden „Tipps und Fragen zur Bewerbung“

Brigitte Herder, Job- und Business-Coach

Regelmäßige Einzelberatungen mit umfassenden Tipps und Unterstützung bei der Bewerbung mit Unterlagen-Check, Erarbeitung von Strategien zur Bewerbung und im Vorstellungsgespräch.

Mediation

„Besser eine Mediation im münchner frauenforum als ein Prozess vor Gericht!“ (Durchführung von individuellen Mediationsverfahren) als regelmäßiges Angebot.

Veranstaltungen zu beruflichen Themen

Infoabende und Workshops (siehe Modellprojekt):

- „Stolperstein Vorstellungsgespräch: Gut gewappnet auf dem Weg zum neuen Job“
- „Explodieren oder Argumentieren?“ – Auswege aus der Streitfalle
- „Abgrenzung leicht gemacht“ – Selbstbehauptung im Job

Die Zahlen von job & mehr im Jahr 2019

job & mehr	Termine / Veranstaltungen	Teilnehmerinnen <i>(Mehrfachzählung möglich)</i>
Coaching-Gespräche	231	231
Job-Sprechstunde	31	31

Erfolgswerkstatt

Verantwortlich: Anja Merkel

Die Erfolgswerkstatt umfasst die Schwerpunkte:

- Erfolgsteam-Workshops nach Barbara Sher
- Info- und Wunschabende
- 1,5 Tage-Workshops „Jetzt geh‘ ich‘s an!“
- Ideenpartys für Referentinnen/Besucherinnen des mff

Erfolgsteam-Workshops nach Barbara Sher

Zwei Workshops mit jeweils acht Terminen, inklusive einer Ideenparty fanden vom 15.03.-24.05. und 13.09.-15.11.2019 statt. Zusätzlich gab es einen verkürzten Workshop mit vier Terminen für die Teilnehmerinnen des „Jetzt geh‘ ich‘s an!“-Workshops vom 08.03.-03.05.2019.

Inhalt: Konzept-Einführung, Methoden zur Ermittlung persönlicher/beruflicher Ziele, Erstellen und Umsetzen von Zielplänen, Strategien gegen Blockaden, Arbeiten im Netzwerk

Info- und Wunschabende

Zwei Info- und Wunschabende am 06.02.2019 und 8.07.2019.

Inhalt: Informationen über die verschiedenen Angebote der mff-Erfolgswerkstatt, kreative Übungen, um erste Eindrücke und Erfolgsmomente zu vermitteln.

Workshop: „Jetzt geh‘ ich‘s an!“ (ab 4/2018)

Drei Workshops fanden am 22./23.02.2019, 26./27.07.2019 und 29./30.11.2019 statt.

Inhalt: Entdecken der eigenen persönlichen/beruflichen Träume und Talente, Entwerfen konkreter Aktionspläne, Selbststärkung/Selbstmotivation, Sammeln von Ideen, um Ziele weiterzuverfolgen.

Ideenpartys

Eine „Ideenparty“ beim Netzwerktreffen der Referentinnen (siehe Veranstaltungsforum)

Plattform zum Ideensammeln durch Gruppen-Brainstormings, Konkretisieren persönlicher bzw. beruflicher Pläne, Weiterverfolgen bereits gesteckter Ziele, Netzwerken

Die Zahlen der Erfolgswerkstatt im Jahr 2019

Erfolgswerkstatt	Termine / Veranstaltungen	Teilnehmerinnen <i>(Mehrfachzählung möglich)</i>
Erfolgsteam-Workshops	16	35
Verkürzter Erfolgsteam WS	4	6
Info- und Wunschabende	2	9
„Jetzt geh‘ ich‘s an!“ Workshop	4	36

Allgemeines Beratungsangebot

Die Mitarbeiterinnen des mff stehen zu den Öffnungszeiten auch ohne Terminvereinbarung für ein spontanes Informations- bzw. Beratungsgespräch zur Verfügung.
Für ein individuelles längeres Beratungsgespräch gibt es das monatliche Angebot:

Sprechstunde: Wo drückt der Schuh?

Verantwortlich: Monika Pokorny, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

Ein besonders niederschwelliges Angebot (ohne Anmeldung, kostenlos) für jede Frau unabhängig von ihrem Anliegen. Im Gespräch wird geklärt, um was es geht und die nächsten Schritte überlegt: Welche Beratungsangebote gibt es im münchner frauenforum, im Verein für Fraueninteressen, in München?

Die Frauen kamen oft mit einer Multiproblemlage in die Sprechstunde: Probleme am Arbeitsplatz, daraus resultierende gesundheitliche Folgen und finanzielle Einbußen. Die Gespräche dienen dem Abklären der Dringlichkeit, der persönlichen Ressourcen der Frauen und der Unterstützung bei den nächsten Schritten.

Frauen & Finanzen

Siehe Modellprojekt:

24.01.2019: „Im Alter arm – nicht mit mir!“

21.11.2019: „Wohnen für Hilfe“ - eine alternative Wohnform für Jung und Alt

Gesundheit & mehr

Siehe Modellprojekt:

11.04.2019: „Gerade jetzt gesund leben! Nicht nur mit 50 plus!“

16.05.2019: „5G – Schöne neue Mobilfunkwelt?“

05.12.2019: „Statt Weihnachtsstress - Tiefenentspannt mit Klangschalen“

Kunst und Kultur

Verantwortlich: Gundel von Trentini, Jennifer Grey

Ausstellungen im mff

Die Künstlerinnen bekommen eine Plattform, auf der sie ihre Werke präsentieren können. Die Besucherinnen des mff genießen die künstlerische Atmosphäre. Im Jahr 2019 präsentierten fünf Künstlerinnen und zwei Gruppen („Smirage“ und „DreiMal“) ihre Werke in der Galerie des mff.

**„Invented-
Destroyed-
Reloaded“**

Nana Meyer-
Busche

07.01. bis 22.02.2019



**„Fantasie mit
Farben“**

Irmgard Markof-
Keller & Barbara
Klingenberg

25.02. bis 05.04.2018



<p>„Fluchten“</p> <p>Heidi Hahn</p> <p>14.04. bis 31.05.2019</p>		<p>„mal‘ keine Zuckerpuppen“</p> <p>Groupe Smirage der Pfenningparade</p> <p>03.06. bis 26.07.2019</p>	
<p>"Farbenfroh"</p> <p>Gruppe DreiMal</p> <p>29.07. bis 06.09.2019</p>		<p>„Spirit of Acryl“</p> <p>Elfie Bilger</p> <p>09.09. bis 31.10.2019</p>	
<p>„in Zwiesprache“</p> <p>Dorothee Fichter</p> <p>4.11. bis 18.12.2019</p>			

Künstlerinnen des münchner frauenforums



schau hin

Ausstellung vom 20.03.- 31.03.19

4 Künstlerinnen des Münchner Frauenforum (mff)
Christel Ploppa-Lechner, Traudl Pfeiffer,
Serena Granaroli und Liz Schinzler
zeigen ihre abstrakten Bilder

Vernissage: 20.03.19 um 19 Uhr

Im Bürgerhaus Gräfelfing
Bahnhofplatz 1

Die Künstlerinnen des münchner frauenforums, eine geschlossene Gruppe, trafen sich regelmäßig im mff, um Gemeinschaftsausstellungen zu organisieren. In 2019 fand von 20.03. bis 31.03. die Ausstellung „schau hin“ in Gräfelfing statt.

Für 2020 ist eine Benefizausstellung zu Gunsten des Vereins NALA e.V. (Vorsitzende: Fadumo Korn) geplant.

Kunst-Café

Das Angebot des Kunst-Cafés fand, wie gewohnt, am dritten Mittwoch des Monats statt. Es hatte stets wechselnde Zusammensetzung mit einigen, die das Angebot bereits seit Jahren wahrnehmen und immer wieder neuen Gesichtern. Die Künstlerinnen hatten hier die Möglichkeit, Erfahrungen und Tipps auszutauschen und sich zu vernetzen.

Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

- Vernetzung mit verschiedenen Frauennetzwerken und Institutionen, wie webgrrls, Kofra, IHK-Abteilung Existenzgründer, Guide, AK Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung (AK EPFL) u.a.
- 04.04.2019: Infobörse für Frauen aus aller Welt im Alten Rathaus
- 10.05.2019: Tag der offenen Tür, 125 Jahre Verein für Fraueninteressen
- 15.05.2019: Aktionsforum Wiedereinstieg der Agentur für Arbeit, BIZ
- 04.07.2019: New Work Women Night
- 22.10.2019: Netzwerktreffen der Referentinnen des münchner frauenforums
- 23.10.2019: 3. Münchner FOM Frauen-Forum im FOM, Hochschulzentrum München
- 15.11.2019: „Big and growing“, New Work Festival
- 21.11.2019: „Big and growing“, New Work Festival VIP-Konferenztag

Vom 14. - 21.11.2019 fand erstmalig das Big&Growing New Work Festival in München statt, das mit einem vielseitigen und aktuellen Programm rund um die Zukunft des Arbeitens aufwartete (8 Tage, 1500 Besucher/innen, 100 Sessions, 25 Locations) und u.a. von XING gesponsert wurde. Das mff nutzte die Chance und beteiligte sich in Kooperation mit FAM-MOVE! an diesem erfolgreichen Pilotevent. Zwei Vorträge zu Themen aus dem Bereich New Work stießen auf großes Interesse und wurden vor allem von jungen Frauen besucht.

Das münchner frauenforum vernetzte sich auf zahlreichen weiteren Veranstaltungen mit anderen Einrichtungen und Einzelpersonen. Hier wurden intensive Beratungs- und Informationsgespräche geführt, aus denen sich vielfältige Möglichkeiten der Zusammenarbeit ergaben. Viele Gesprächspartnerinnen nutzten im Nachgang die Angebote des mff oder boten selbst Veranstaltungen im mff an.

Die Veranstaltungen des mff wurden in fünf Printausgaben mit 4.200 Exemplaren pro Ausgabe veröffentlicht. Das Programm wurde an Einrichtungen und Institutionen im Münchner Stadtgebiet verschickt.

Die Öffentlichkeitsarbeit des mff wurde in 2019 weiter ausgebaut.



Ab Mitte des Jahres wurde der monatliche Newsletter im neuen Layout, angelehnt an die Homepage des mff, mit dem professionellen Newsletter-Tool „Newsletter2Go“ regelmäßig an rund 700 Interessentinnen versandt.

Die Aktivitäten im Online-Bereich wurden in 2019 intensiv fortgeführt. Alle mff-eigenen Veranstaltungen und die Veranstaltungen der Referentinnen wurden auf der mff-Homepage, facebook, evensi und nebenan.de veröffentlicht.

Die Veranstaltungen wurden monatlich an die Münchner Presse weitergeleitet und dort im Print- und Onlinebereich mehrfach veröffentlicht. Allein in der Süddeutschen Zeitung gab es über 100 Hinweise auf Veranstaltungen im münchner frauenforum.

Finanzierung

Die Finanzierung des münchener frauenforums setzte sich im Jahr 2019 zusammen aus:

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

Das Team des mff

In 2019 waren im Team des münchener frauenforums acht Mitarbeiterinnen auf Teilzeitbasis beschäftigt. Sechs Mitarbeiterinnen arbeiteten ehrenamtlich für das mff.

Regelmäßige Teamsitzungen dienten dem Informationsfluss und der Weiterentwicklung.

Bei der Klausurtagung in Starnberg wurde die Jahresplanung 2020 konkretisiert.

Eine Supervision mit Eva-Maria Pitman diente der Konzeptüberprüfung, der Weiterentwicklung des mff und des vom Ministerium geförderten Projekts „Frauen - STARK in die Zukunft“.

Freie Mitarbeiterinnen:

Bénédicte Emsellem-Janßen (bis 31.08.), Katharina Erlmeier (ab 01.07.), Petra Frommel, Jennifer Grey (ab 13.02.), Brigitte Herder, Anja Kastner (ab 01.11.), Christine Nkrumah (bis 31.03.)

Team des mff 2019:

Katharina Erlmeier (ab 01.01.20), Alexandra Fehrenbach, Ilona Jodlbauer, Anja Merkel, Franziska Pörschmann (ab 01.11.), Monika Pokorny, Gundel v. Trentini, Karin Wilde-Walz, Nina Wünsch (bis 30.09.)



mff-Zahlen im Jahr 2019

Persönliche und telefonische Beratungsgespräche		
pers./telef. Beratung < 10 Min		1.539
pers./telef. Beratung > 10 Min		550
Beratungsgespräche (Messen u.a., insgesamt 8 Veranstaltungen)	8	414
Summe der Gespräche		2.503
	Veranstaltungen	Teilnehmerinnen *
Veranstaltungsforum		
Beruf	41	282
Gesundheit	11	73
Finanzen	59	144
Kunst und Kultur	3	15
Psychologie & Lebenshilfe	38	155
Rechtsinformationen	33	65
Raumvermietung	119	924
job & mehr		
Coaching-Gespräche	231	231
Job-Sprechstunde	31	31
Erfolgswerkstatt		
Info- und Wunschabende	2	9
Workshops	4	36
Erfolgsteam-Workshops/verkürztes Erfolgsteam (inkl. Ideenpartys)	20	41
Kunst und Kultur		
Ausstellungen	7	355
Aktiv Treff der Künstlerinnen	12	78
„Frauen – STARK in die Zukunft“		
Veranstaltungen	13	134
Summe	624	2.573
Gesamtsumme	632	5.076

* Mehrfachzählung möglich