

Jahresbericht 2020

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

Träger:



VEREIN FÜR
FRAUENINTERESSEN E.V.
SEIT 1894 IN MÜNCHEN



VEREIN FÜR FRAUENINTERESSEN E.V.

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

münchner frauenforum

Betreuter Umgang – Betreute Übergabe

Seniorenbörse

Freiwilligenagentur Tatendrang München
Lesezeichen

Hauswirtschaftliche Beratung

FIT - Finanztraining, Haushaltsbudgetberatung

Zu Hause gesund werden

Mama lernt Deutsch

Gesprächsforum PolitikFrauenGesellschaft

Verein für Fraueninteressen e.V., Alheimer Eck 13, 80331 München
Sitz München, Registergericht München, VR 6540

www.fraueninteressen.de

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

Was nehmen wir aus 2020 mit in 2021?

2020 wird als Corona-Jahr in die Geschichte eingehen: Shutdown, Lockdown, durchkreuzte Pläne, Online-Veranstaltungen, Homeoffice, Leben auf Distanz, Hoffen und Bangen, Hygienekonzepte, AHA-Regeln

Beratung, Coaching, Workshops, Vorträge, Info-Abende, Ausstellungen – alles beschränkt, vieles sogar verschoben, abgesagt und untersagt. **Eine Geduldssprobe.**

In der Corona-Krise haben sich unsere Stärken und Grenzen gezeigt – individuell, im Team & in der Einrichtung. Das Virus verlangte dem **münchner frauenforum** eine gewisse Demut ab: Wir können eben nicht alles regeln, nicht jeder Frau helfen, nicht alles organisieren.

Corona hat gezeigt: Es geht doch! In 2020 sind viele Impulse für Innovationen entstanden. Das lässt uns mit Hoffnung und sogar Vorfreude auf das neue Jahr blicken. Im **münchner frauenforum** gibt es viele neue Ideen wie Online-Workshops, Werkstatt-Gespräche, Online-Vorträge, Livestreams sowie Beratungen und Coachings via Zoom. Vieles davon haben wir im **münchner frauenforum** in 2020 bereits umgesetzt und vieles wird in 2021 bleiben, verbessert und angepasst werden.

2020 hat uns herausgefordert, manchmal überfordert und ganz oft aufgefordert. Als neue Leitung habe ich bereits im Jahr 2019 ehrenamtlich im Leitungsteam mitgearbeitet und konnte so die Abläufe kennenlernen. Mein besonderer Dank gilt meinen **Teamkolleginnen des münchner frauenforums**, die sich auf Online-Teamsitzungen und neue Formate einließen. Meine Kolleginnen zeigten Improvisationstalent, hatten viele neue Ideen und konzipierten innovative Projekte.

Bei meinen Vorgängerinnen Gundel von Trentini und Monika Pokorny bedanke ich mich für die kollegiale Übergabe des mff, das sie mit viel Herzblut und Erfahrung ständig weiterentwickelt und auf solide Beine gestellt haben. Herzlich bedanken möchte ich mich auch beim **Verein für Fraueninteressen**, der neuen Geschäftsführerin Antje Wiedmann und der Geschäftsstelle für die professionelle Unterstützung bei verwaltungs- und abrechnungstechnischen Anliegen.

Wir, das Team des **münchner frauenforums** freuen uns auf 2021: Auf viele begeisterte Frauen, ein kreatives und motiviertes Miteinander und viel Freude an der Arbeit mit und für Frauen. Natürlich ist uns klar, dass dieser Ausnahmezustand mit dem Jahreswechsel nicht einfach verschwindet. Aber es wird ein Jahr, für das sich das **münchner frauenforum** einiges vorgenommen hat.

Ermöglicht wird dies durch die Förderung unserer Geldgeber: die Landeshauptstadt München, die Edith-Haberland-Wagner-Stiftung, das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit, und Soziales und den Landkreis München. **Herzlichen Dank.**

Im Januar 2021
Katharina Erlmeier

Modellprojekt

Frauen – STARK in die Zukunft

Verantwortlich: Franziska Pörschmann

„Frauen – STARK in die Zukunft“ – eine Devise, die die Arbeit des münchner frauenforums bestimmt. Das Team des mff erarbeitet Angebote, die sich speziell an Frauen orientieren und diese in den unterschiedlichsten Lebenslagen unterstützen und stärken. Im Rahmen des Projekts werden Veranstaltungen und Workshops angeboten, bei denen sich Frauen über aktuelle Themen informieren, an praktischen Erfahrungen und Fähigkeiten dazugewinnen und sich vernetzen können.

An fünf Veranstaltungen haben 34 Frauen teilgenommen. Weitere Veranstaltungen waren geplant, wurden jedoch bedingt durch Corona abgesagt.

09.01.2020: **Wecke die Künstlerin in Dir!** – Kreativ-Workshop,
Jennifer Grey, Momentmanagement

06.02.2020: **Alternative Verhütungsmethoden – hormonfrei und zuverlässig?**
Cassandra Hayden, Sexualpädagogin

20.07.2020: **Fördermittel – Was Sie schon immer über Fördermittel und Corona-hilfen wissen wollten!** Gabriele Taphorn, Finanzierungs- und Fördermittelberaterin

07.10.2020: **Dont't worry, be happy! – Glück für Anfänger,** Andrea Stenglein

15.10.2020: **#Iamremarkable** – Erfolgs-Workshop, Conny Harlinghausen

Bereits organisierte und beworbene Modellprojekt-Veranstaltungen, die nicht stattfinden konnten:

EXXpedition – Weltumsegelung für den Meeresschutz, Tharaka Sriram

Seeweiber – Mythische und magische Geschichten von Wasserfrauen und ihren Männern von und mit Gabi Altenbach, Schauspielerin

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



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales

Veranstaltungsforum

Verantwortlich: Ilona Jodlbauer/Alexandra Fehrenbach

Das Veranstaltungsforum des mff bietet Referentinnen, die sich selbständig machen, eine Plattform, um sich und ihr Thema bekannt zu machen. Auch bereits im Markt etablierte Referentinnen nutzen das Veranstaltungsforum, um neue Interessentinnen zu gewinnen.

Das Veranstaltungsforum war in vielfältiger Weise von Corona betroffen. Viele Referentinnen stellte die Situation vor große Herausforderungen, woraus **ein erhöhter Beratungs- und Unterstützungsbedarf** resultierte. Durch Stornierungen und Terminverschiebungen und die damit verbundenen Rückabwicklungen entstand ein erheblicher administrativer Aufwand.

Flexible Lösungsmöglichkeiten wurden erarbeitet, auch in enger Zusammenarbeit mit den Referentinnen, z.B. wurden größere Ausweichräumlichkeiten für Präsenzveranstaltungen organisiert. Das mff nutzte die sich in der Krise ergebenden Chancen und orientierte sich an dem sich ständig wandelnden Bedarf der Referentinnen und deren Zielgruppen. Durch **intensive Kommunikation** mit bestehenden und aktive Suche nach bereits online agierenden Referentinnen konnten 25% der Veranstaltungen online oder telefonisch angeboten werden.

Neben den **Online-Angebote**, konnten regelmäßige Beratungen und Rechtsinformationen teilweise im 1-zu-1-Setting oder telefonisch stattfinden.

Die Raumvermietung für regelmäßige Gruppen und Einzelgespräche war von den corona-bedingten Einschränkungen allerdings sehr stark betroffen.

Auch das **jährliche Referentinnen-Netzwerktreffen** musste abgesagt werden.

Im Jahr 2020 fanden im Veranstaltungsforum rund 120 Veranstaltungen mit rund 350 Teilnehmerinnen statt. Rund 60 Veranstaltungen wurden abgesagt. In der Raumvermietung reduzierten sich die Zahlen durch Absage von 110 Terminen um zwei Drittel auf rund 300 Besucherinnen.

Auswahl von Vortrags- und Workshop-Themen in 2020:

Finanzen: Geldwissen für Frauen – Workshop-Reihe (Altersvorsorge, Investmentfonds, Immobilie...), Sicher Geld anlegen in Corona-Zeiten, ...

Gesundheit: Naturheilkunde in der Palliativ-Situation, Wenn Stress auf den Magen schlägt, Endometriose: Symptome, ...

Psychologie & Lebenshilfe: Schreibend den Weg erkunden, Vom Chaos & Ballast zur Wohlfühloase, Bi-nationale Partnerschaften und Familienstrukturen, ...

Rechtsinformation: Regelmäßige Veranstaltungen rund um Trennung & Scheidung, Arbeitsrecht, Mietrecht

Beruf/Weiterbildung: Selbstbehauptung im Job – ich grenze mich klar ab!, Vision Board

job&mehr

Verantwortlich: Anja Merkel/Anja Kastner

Die Bereiche job&mehr/Erfolgswerkstatt stehen für niedrigschwellige und erschwingliche Beratungs- und Unterstützungsangebote für Frauen, die sich beruflich und/oder persönlich verändern wollen oder müssen. **Genau diese Hilfen kamen den Frauen in 2020 umso mehr zugute**, als die beiden Verantwortlichen in kürzester Zeit die mff-Angebote an die neuen, für viele Frauen sehr einschneidenden Corona-Beschränkungen anpassten.

Bewährte Workshop-Konzepte wurden in Online-Formate umgewandelt. Das gesamte Präsenz-Coaching-Angebot wurde um Coachings per Telefon oder Walk&Talk erweitert. Die Präsenz-Coachings blieben zusätzlich bestehen. Neue Konzepte wurden entwickelt und als Video- bzw. Online-Formate angeboten. Verschiedene Einzel- und Gruppencoaching-Angebote waren dabei kostenlos, um auch die Frauen zu erreichen, die unter der Corona-Situation massiv finanziell, aber auch gesundheitlich und seelisch litten.

Damit war das **münchner frauenforum** nicht nur in der Lage, die Frauen in der gewohnten Art erfolgreich zu begleiten. Vielmehr konnte zugleich dem erheblichen, der Corona-Situation geschuldeten, zusätzlichen Unterstützungsbedarf der Frauen Rechnung getragen werden.

Als bewährte Formate in Präsenz bzw. je nach Bedarf auch online, per Telefon oder als Walk&Talk blieben im Programm:

- **Einzelberatungen, Einzel- bzw. Gruppen-Coachings, Coachings in Bewegung:** Information/Beratung zu jobrelevanten Angeboten, Erarbeiten von persönlichen bzw. beruflichen Visionen und Zielen, Umsetzungsstrategien und Problemlösungen
- **Jobsprechstunden** zur Unterstützung im Bewerbungsprozess: Unterlagen-Check, Erarbeitung von Strategien zur Bewerbung und im Vorstellungsgespräch
- **„Gut gewappnet im Vorstellungsgespräch“ Workshops:** Bewerbungstraining
- Durchführung von individuellen **Mediationsverfahren**
- Zertifizierte **Erfolgsteam-Workshops nach B. Sher:** Ermittlung von persönlichen und beruflichen Zielen, Zielplan-Erstellung und Umsetzung, Strategien gegen Blockaden, Netzwerkarbeit
- **Wunschabende** mit Informationen über mff-Angebote und kreative Übungen für erste Erfolgsmomente
- **„Jetzt geh` ich`s an!“ Workshops:** Entdecken eigener Träume/Talente, Entwerfen konkreter Aktionspläne, Selbststärkung/Selbstmotivation, Ideenbank
- **„Wo drückt der Schuh?“ Sprechstunden:** besonders niedrigschwellige Beratungsangebote zur Abklärung der nächsten Schritte, v.a. in Multiproblemlagen

Dazu kamen noch folgende neue Formate in Präsenz, online oder als Videoclip:

- **Klar & clever in Konflikten Workshops:** alles rund ums Konfliktmanagement
- **Nimm` Deine Veränderung (selbst-)bewusst in die Hand! Workshops:** alles rund um Veränderungsprozesse
- **Ein Hoch auf die eigene Widerstandskraft! Workshops:** alles rund um Resilienz
- **Corona-Krisen-Coachings** und **Corona-Spezial-Videochats**

job&mehr Corona spezial

Verantwortlich: Anja Merkel/Anja Kastner

Die Zielgruppe der 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

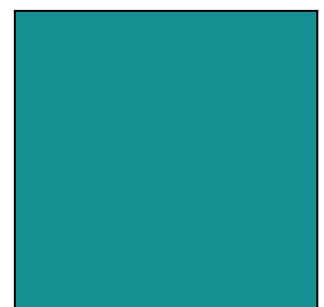
... erweiterte sich in 2020 ganz dramatisch um die Frauen, die sich aufgrund der Corona-Krise um- bzw. neuorientieren mussten oder anderweitig unter den Maßnahmen zu leiden hatten. **Die Fälle von häuslicher Gewalt, Suizid im nächsten Umfeld, Depressionen, Überforderung durch die alltäglichen Herausforderungen wie Homeoffice, Homeschooling sowie Panikattacken, Angststörungen und andere psychischen Belastungs- und Überlastungssymptome nahmen sprunghaft zu.**

Neben diesem vorbezeichneten, massiv erhöhten Beratungs- und Unterstützungsbedarf kam es zu einem erheblich höheren administrativen Aufwand aufgrund vielfältiger coronabedingter Terminverschiebungen bzw. Absagen im Bereich der Coachings und der mff-Workshops als auch bezüglich zahlreicher Messen und externer Veranstaltungen, auf denen das mff vertreten war bzw. gewesen wäre.

Den coronabedingten Maßnahmen geschuldet, führten die beiden Verantwortlichen ganz besondere, neue „Corona-Spezial“-Formate ein, die von den Frauen kostenlos in Anspruch genommen werden konnten. Dies waren:

Corona-Krisen-Coachings, 32 x online, 54 x am Telefon, 21 x als Walk&Talk.

Corona-Spezial-Videochats, 13 x, jeweils im Wechsel zu Problemthemen wie Maskenpflicht, Isolation, Homeschooling und als „Corona-Auszeiten“ mit Wohlfühl- und Leichtigkeit, Kopf frei.



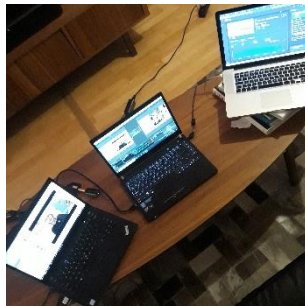
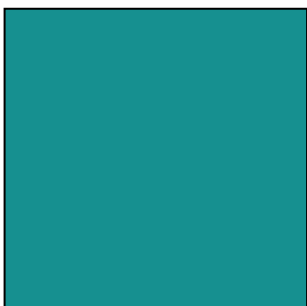
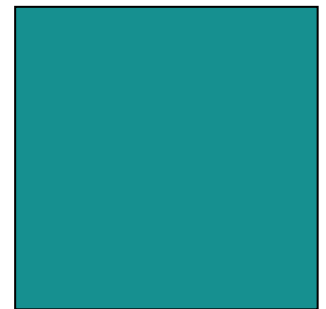
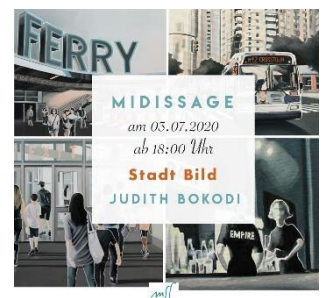
kunst&kultur

Verantwortlich: Jennifer Grey/Katharina Erlmeier

Insgesamt fünf Ausstellungen fanden 2020 im **münchner frauenforum** statt. Zwei der ursprünglichen sieben geplanten Ausstellungen wurden auf das Jahr 2021 verschoben. Alle anderen konnten stattfinden und es gab Vernissagen, sowie Midissagen in Online- und Präsenzform. Die Ausstellungen konnten mit Anmeldung und als Rundgang besucht werden.

Zum ersten Mal fand in diesem Jahr ein **Wettbewerb für Nachwuchskünstlerinnen** statt mit Unterstützung vom Bezirksausschuss. Durch den ersten Lockdown bereits beeinträchtigt und verschoben, fand die Preisverleihung letztendlich kreativ als Livestream statt und alle Teilnehmerinnen wurden einzeln in einer Adventskalender-Aktion auf Instagram präsentiert.

Weiterhin stattgefunden hat, soweit möglich, auch **einmal im Monat unser Kunst-Café**. Bei diesen Treffen können sich Künstlerinnen in lockerer Atmosphäre und bei einer Tasse Tee austauschen.



Öffentlichkeitsarbeit

Zu Beginn des Jahres war das mff auf folgenden Messen vertreten:

- 28.01.:** Messe "Berufliche Orientierung für qualifizierte Frauen mit Migrationshintergrund"
- 05.03.:** „Mutige Frauen verändern die Welt“, Veranstalter: Deutsche Gesellschaft für die Vereinten Nationen

Ab dem Frühjahr wurden coronabedingt Messen und Veranstaltungen, an denen das mff zum Teil schon seit Jahren teilnimmt, abgesagt bzw. verschoben:

- 13.05.:** Aktionsforum „Wiedereinstieg für Berufsrückkehrerinnen“, Agentur für Arbeit, BIZ
- 25.06.:** Infobörse für Frauen aus aller Welt, Altes Rathaus
- 21.10.:** Münchner FOM Frauen-Forum im FOM, Hochschulzentrum München
- 29./30.10.:** Her Career, MOC München, verschoben auf September 2021

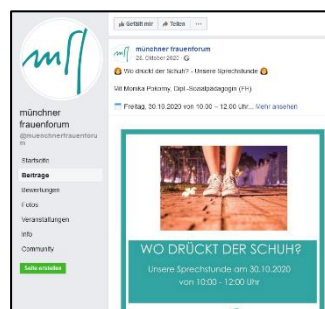
Das **2. Big&Growing New Work Festival** vom 16.-20.11. wurde auf Frühjahr 2021 verschoben. Dafür gab es am 16.11. & 17.11. und am 09.12. das **Big&Growing Online Festival** mit verschiedenen Online-Vorträgen und Events (Details siehe auch job&mehr).

Das mff in TV & Radio:

Interview im BR am 02.03.2020 mit Anja Merkel über "Finanzen & Altersvorsorge für Frauen"
Fernsehbeitrag BR am 08.03.2020 über den Verein für Fraueninteressen und das mff

Neben **Facebook, Evensi und Nebenan**, die bereits regelmäßig als Kanäle zur Bewerbung der Veranstaltungen genutzt wurden, ging das mff mit **Instagram** einen neuen Online-Weg. Hier wurden alle Veranstaltungen gepostet, geliked und zahlreiche Abonnentinnen hinzugewonnen. Instagram erwies sich speziell in Zeiten von Corona als hilfreich, da kurzfristige Änderungen und Angebote schnell kommuniziert werden konnten. Parallel wurde die **Homepage des mff** weiterentwickelt und an den sich ständig ändernden Bedarf angepasst. Im Zuge dessen wurden neue Online-Angebote des mff, Notfallnummern und Anlaufstellen für schnelle und unkomplizierte Hilfe veröffentlicht. Auch der **Newsletter des mff** wurde vermehrt genutzt. Durch die **beständige Pressearbeit** erschienen auch die neuen Angebote regelmäßig im Print- und Onlinebereich. Erfreulich war der redaktionelle Beitrag in der „Hallo München“ über das mff, das für die Verlosungsaktion zum Weltfrauentag den 1. Preis gestiftet hat.

Nach wie vor ist das Printprogramm, das in zahlreichen Einrichtungen und Institutionen im Münchner Stadtgebiet ausgelegt wird, ein wichtiger Bestandteil der Öffentlichkeitsarbeit.



Finanzierung im Jahr 2020

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



Online-Teamsitzung des mff 2020 von links oben: Alexandra Fehrenbach (Veranstaltungsforum), Anja Merkel (job&mehr), Katharina Erlmeier (Leitung), Anja Kastner (job&mehr), Ilona Jodlbauer (Veranstaltungsforum) **Weitere Teamfrauen:** Franziska Pörschmann (Modellprojekt), Monika Pokorny (Beratungssprechstunde), Jennifer Grey (Kunst&Kultur) **Freie Mitarbeiterinnen:** Petra Frommel (Coach), Brigitte Herder (Bewerbungscoach)

Das Jahr 2020 in Zahlen

Beratungsgespräche			
Persönl. & telefonische Beratung < 10 Min			1.100
Persönl. & telefonische Beratung < 10 Min			600
Summe der Beratungsgespräche			1.700
	Veranstaltungen		Teilnehmerinnen *
	ausgefallen	durchgeführt	Mehrfachzählung möglich
Veranstaltungsforum			
Beruf	2	13	101
Gesundheit	6	7	32
Finanzen	11	58	128
Kunst und Kultur	1	2	5
Psychologie & Lebenshilfe	14	15	43
Rechtsinformationen	24	23	44
Raumvermietung	110	39	310
job & mehr			
Coaching-Gespräche	122	316	316
Corona-Krisen-Coaching	0	107	107
Video-Chats-Online	0	13	59
Job-Sprechstunde	2	18	18
Veranstaltungen	2	3	21
Erfolgswerkstatt			
Wunschabend	2	3	19
Workshop „Jetzt geh ich’s an...“	2	1	8
Erfolgsteam-Workshops	0	16	12
Kunst und Kultur			
Ausstellungen	2	6	215
Kunst-Cafe	2	9	51
„Frauen – STARK in die Zukunft“			
Veranstaltungen	5	5	34
Summe	307	654	1.523
Gesamtsumme	307	654	3.223