

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

1. – 29.11.2026

für ein gewaltfreies und selbstbestimmtes Leben
für alle Menschen!

Veranstaltungsprogramm

Schirmpatin
Dritte Bürgermeisterin
Verena Dietl



25.11.2026

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen

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

So 1.11.26

Info-Seite

Online

www.condrobs.de/
gewalt**Gewalt endet hier****Info-Kampagne**

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

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

Mo 2.11.26

19.00 – 20.30

Kultur im Trafo

Nymphenbg. Str. 171a

 1, 7 Rotkreuzpl.

Tram 12 Volkartstr.

Bus 53, 62 Rotkreuzpl.



Übersetzung

in Deutsche

Gebärdensprache;

Induktionsanlage

„LUIZA“**Filmvorführung und Austausch**

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

Behindertenbeirat LHM / FAK Frauen

www.behindertenbeirat-muenchen.de

behindertenbeirat.soz@muenchen.de

Hasret Aydin, Tel. 089/ 233211972,

Wildwasser München e.V., www.wildwasser-muenchen.de

aydin@wildwasser-muenchen.org,

Kultur im Trafo, www.kultur-im-trafo.de

Tel. 089/ 17959060

Di 3.11.26

10.00 – 13.00

Winzererstr. 47

2. Stock

 2 Hohenzollernpl.

Tram 12 Barbarastr.

27 Herzogstr.

 AE bis 30.10.26mit Gebärdensprache-
dolmetscher*innen**#Respect 404 not found – Gewalt****im digitalen Raum mit DGS Dolmetschung
Schulung für Fachkräfte**

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

Beratungsstelle Frauen*notruf München,

www.frauennotruf-muenchen.de/fortbildungen-und-workshops/gewalt-im-digitalen-raum/

info@frauennotruf-muenchen.de

Melanie Schmalzl Tel. 089/ 763737

Mi 4.11.26

Online

10.00 – 13.00

link-Versand bei

Anmeldung an

mira@miramue.de

AE bis 28.10.26

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

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

mira Mädchen*bildung, www.miramue.de

mira@miramue.de, Nicole Lindenthal, Tel. 089/ 51399696



Mi 4.11.26

13.00 – 15.00

Dachauer Str. 50

U 1, 7 Stiglmaierpl.**S** Hauptbahnhof**Tram** 20, 21

Stiglmaierpl.

Æ bis 30.10.26**Unsere Arbeit im Bereich geschlechtsspezifischer Gewalt****Meet & Greet, Open House**

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

SOLWODI München

www.solwodi.de, muenchen@solwodi.de

Hanna Aumüller, Tacita Agee, Tel. 089/ 27275859

Mi 4.11.26

18.30 – 21.00

Lindwurmstr. 71

U Goethepl.**Tram** Sendlinger Tor**Bus** 58, 68, N40, N41,

N45 Goethepl.

♿ Wenn du eine Rollstuhlrampe benötigst, schreib bitte eine Mail an info@trans-inter-beratungsstelle.de

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

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

Trans*Inter*Beratungsstelle

www.trans-inter-beratungsstelle.deinfo@trans-inter-beratungsstelle.de, Tel. 089/ 54333-130,TIN* Schutzunterkunft, www.tin-muenchen.deinfo@tin-muenchen.de, Tel. 089/ 35483-260,Frauen*notruf, frauennotruf-muenchen.deinfo@frauennotruf-muenchen.de, Tel. 089/ 763737,Strong!, www.strong-community.deKontakt@strong-community.de, Tel. 0800 0011203,

Gesundheitsreferat Stadt München

Do 5.11.26

Online

16.00 – 17.30

Æ bis 28.10.26

link-Versand bei frauenhaus@koop-fh-muenchen.de

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

Paritätische Kooperation Frauen*haus München

Frauenhilfe gGmbH, Tel. 089/ 122435401

Do 5.11.26

17.30 – 19.00

Winzererstr. 47

U 2 Hohenzollernpl.**Tram** 27 Herzogstr.**Æ** bis 2.11.26 überingrid.reich@frauennotruf-muenchen.de**für Männer*****Immer ein Mann – aber nicht alle Männer!?****Gespräch /Thinktank mit Männern zu gesellschaftlicher Veränderung**

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

Beratungsstelle Frauen*notruf München

www.frauennotruf-muenchen.de

Ingrid Reich, Tel. 0173 5954009

Fr 6.11.26**16.00 – 20.00**

Kult9

Blutenburgstr. 71

 1 Rotkreuzpl. Donnersbergerbr.

Tram 16, 17

Donnersbergerstr.

Bus 53, 63, 153

Schlörstr.

 **AE** bis 6.11.26

€ 4 (für Essen)

Für Frauen in Partnerschaften**Workshop**

Was macht eine gute Beziehung aus?

Macht mich meine Beziehung stark?

Was macht mich glücklich?

Darüber sprechen wir in diesem Workshop.

Du hast andere Fragen zu deiner Beziehung?

Bring deine Fragen zum Workshop mit!

Offene Behindertenarbeit evang. in der Region München

www.oba-muenchen.de/, hannah.froehler@elkb.de

Hannah Fröhler, Tel. 089/ 12661168,

Frauen*hilfe München, www.frauenhilfe-muenchen.deberatungsstelle@frauenhilfe-muenchen.de

Tel. 089/ 3582810

Fr 6.11.26**19.30 – 20.30**

EineWeltHaus

Schwanthalerstr. 80

Kleiner Saal 211/12

 4, 5 Theresienwiese Hauptbahnhof

Tram 18, 19, N19

Herman-Lingg-Str.

Bus 58, 68

Holzkirchner Str.

**Das Unsichtbare sichtbar machen:****Formen und Charakteristika von Feminiziden****Vortrag und Diskussion**mit Tabea Louis und Tamara Candela vom
Anti-Feminizid-Netzwerk HamburgGewalt, Abwertung der Frau nehmen je nach
Alter und gesellschaftlicher Rolle unterschied-
liche Formen an. Feminizide und deren verschie-
dene Formen erkennen, benennen und politi-
sieren und uns im Kampf dagegen verbünden.

AG Feminismus Die Linke München

www.die-linke-muc.de/join-us/ag/p5mr32bcer9lqhr4avi
26150, agfem.limuc@protonmail.com, Helene Füllgraf**Sa 7.11.26****16.00 – 20.00**

EineWeltHaus

Schwanthalerstr. 80

Werkstatt im Hof

 4, 5 Theresienwiese Hauptbahnhof

Tram 18, 19, N19

Herman-Lingg-Str.

Bus 58, 68

Holzkirchner Str.

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

Valentina Fazio, Tel. 0174 6552044

So 8.11.26**10.00 – 16.00**

Stadtteilzentrum
Milbertshofen
Schleißheimer Str. 336

U 2 Milbertshofen,
6 Petuelring

Bus 177 Curt-
Mezger-Pl.



WEN DO – Selbstverteidigung für Frauen* **Selbstverteidigungskurs**

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

www.verein-stadtteilarbeit.de

frauenarbeit@verein-stadtteilarbeit.de

Nicole Quasten, Tel. 089/ 3543757,

Assoziation E e.V., www.assoziatiion-e.org

info@assoziatiion-e.org,

WENDO-München, info@wendo-muenchen.de

So 8.11.26**16.00 im Freien**

Gärtnerplatz

U 1, 2, 7, 8

Fraunhoferstr.

S Marienpl.

Tram 16, 17

Reichenbachpl.

Bus 52, 62 Gärtnerpl.

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

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

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

info@tinqnet-muenchen.de

Mo 9.11.26**12.00 – 16.00**

Kontaktladen limit
Emanuelstr. 16

U 2 Hohenzollernpl.

Tram 12, 28 Hohen-
zollernpl., Kurfürstenpl.

FLINTA*

Æ bis 5.11.26

Zeig' dich von deiner starken Seite **Für drogengebrauchende FLINTA***

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

(Der Fotograf ist voraussichtlich ein Mann.)

Kontaktladen limit, Condrops e.V.

www.condrops.de/gewalt

veranstaltungen@condrops.de

Denise, Carla, Tel. 089/ 307601818

Mo 9.11.26**15.00 – 18.00**

Winzererstr. 47

U 2 Hohenzollernpl.

Tram 12 Barbarastr.

27 Herzogstr.



Gemeinsam gegen Sexismus **in Leichter Sprache**

Ausstellung und Infos zur Beratungsstelle

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

Beratungsstelle Frauennotruf München

www.frauennotruf-muenchen.de

katrin.eisenhofer@frauennotruf-muenchen.de

Katrin Eisenhofer, Tel. 0151 15313956

Mo 9.11.26

Online

19.00 – 20.30

link-Versand bei
Anmeldung an
aggbayern@gmail.com
♾ bis 6.11.26

Münchens Kampf gegen den Menschenhandel

Vortrag und Diskussion

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

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

Di 10.11.26

9.30 – 16.30

Lindwurmstr. 129a

U Goethepl., Poccistr.**Bus** 58, 68 Goethepl.

€ 60

♾ unter www.short-
url.cc/1B2T5

Grenzen setzen – Haltung zeigen: Professioneller Umgang mit menschenfeindlichen Äußerungen Fortbildung

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

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

Di 10.11.26

19.00 – 20.00

Hotel Eden Wolf
Arnulfstr. 4

U S Hauptbahnhof

♾ bis 8.11.26

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

Vortrag von Michael Kröger, Diskussion

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

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

Mi 11.11.26

10.00 – 11.30

Winzererstr. 47

U 2 Hohenzollernpl.**Tram** 12 Barbarastr.

27 Herzogstr.

♿ ♾ bis 9.11.26

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

Warum bleiben Frauen in gewaltbetroffenen Partnerschaften?

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

Mi 11.11.26**Online ZOOM****14.00 – 15.00****Æ** bis 4.11.26**Mi 11.11.26****20.00 – 22.00**

Ramersdorfer Str. 1

U 2 Karl-Preis-Pl.**Bus** 55, 155

Ramersdorf

€ 10, **Æ** bis 5.11.26über info@vamv-muenchen.de**Sa 14.11.26****ab 11.00**

Sportpark Haar

Höglweg 3

85540 Haar

S 4, 6 Haar**€** 25 bei Anmeldunginterventionsstelle@ira-m.bayern.de**€** 30 am Lauftag**Mo 16.11.26****15.00 – 17.00**

Bayerische Kinder-

schutzambulanz

Nußbaumstr. 26

Treffpunkt Pforte

U Sendlinger Tor**Tram** 16-18, 27**MetroBus** 58**Æ** bis 6.11.26**Mo 16.11.26****16.00 – 18.00**

Güllstr.3

Bus 62 Poccistr.**Æ** bis 15.11.26**Vorstellung und Praxisbericht
der TIN*-Schutzunterkunft****Vortrag**

Erste Erkenntnisse aus dem deutschlandweit einzigartigen Projekt

www.tin-muenchen.de/, info@tin-muenchen.de

Svenja Schuh und Henrik Schonlau, Tel. 089/ 35483260

**Mein Kind erzählt mir, dass es Gewalt
erfährt. Was kann ich tun,
um mein Kind zu schützen?****Infoabend zu Umgangs-, Sorgerechts- und
Gewaltschutzverfahren mit Frau Strasser,
Fachanwältin für Familienrecht**Für betroffene Eltern und interessierte
Fachkräfte. Für Kinder nicht geeignet.

Keine Kinderbetreuung!

VAMV OV München, www.vamv-muenchen.deinfo@vamv-muenchen.de, Tel 089/ 6927060**IchLaufMit – gegen Gewalt!****Laufveranstaltung**Mit der Laufveranstaltung soll aktiv ein Zeichen
gegen Gewalt gesetzt werden. Es finden
Bambini- und Kinderläufe, sowie ein offiziell
vermessener 5km und 10km Hauptlauf statt.
Die Überschüsse aus den Teilnahmegebühren
werden wieder einem guten Zweck gespendet.

ILM – Interventionsstelle Landkreis München

www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/, Frau Kischel, Tel. 089/ 62211221**Die bayerische Kinderschutzambulanz
stellt sich vor****Vortrag für Fachkräfte**Es besteht die Gelegenheit, sich zu informieren
und die Angebote der Kinderschutzambulanz
kennen zu lernen. Themenschwerpunkt werden
Unterstützungsmöglichkeiten in Verdachtsfällen
sexualisierter Gewalt sein.AMYN e.V., www.amyna.de, presse@amyna.de

Adelheid Unterstaller, Tel. 089/ 8905745-100

„Sinna Mann“ – Wutmann**Norwegischer Animationsfilm, 18 Min.****Vorstellung der Beratungsstellen**Der Film ist einsetzbar für pädagogische
oder therapeutische Arbeit im Kontext
Partnerschaftsgewalt.FTZ GmbH, sozialpsychiatrischer Dienst für Frauen +
Suchtberatung, www.ftz-muenchen.de

Christiane Caspari, Tel. 089/ 74737075

Anja Fischler, Tel. 089/ 74737074

Stephanie Freudlsperger, Tel. 089/ 74737055

Mo 16.11.26

18.30 – 20.30

Holzapfelstr. 3

Tram 18, 19

Holzapfelstr.

**Stark von innen – Grenzen spüren, Grenzen schützen, Emotionale Sicherheit, Selbstwahrnehmung und gesunde Grenzen im Alltag**

Rumänischsprachiges Frauencafé

Referentin: Zamfira Stoica

Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.orginfo@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005**Mo 16.11.26 –
Mo 30.11.26****Öffnungszeiten
des Rathauses**während Sitzungs-
zeiten eingeschränkt
Neues Rathaus

2. Stock

Oktagon/ Sitzungssaal

Marienplatz 8

U S Marienpl.

**„Gemeinsam gegen Sexismus“****Ausstellung**

Sexismus betrifft uns alle – und doch wird nur ungern darüber gesprochen. Die Ausstellung enttabuisiert Sexismus und macht das Thema mit niederschweligen Infos zu den Erscheinungsformen und Auswirkungen zugänglich. Tipps, wie Sexismus im Alltag entgegengewirkt werden kann sowie Adressen mit Hilfs- und Beratungsangeboten ergänzen die Ausstellung.

Gleichstellungsstelle für Frauen

www.muenchen.de/gst, gst@muenchen.de

Veronika Kirschner, Tel. 089/ 233-92441

Mo 16.11.26

19.00 – 21.00

Einlass 18.30

Klinikum rechts d. Isar

Pavillon Hörsaal,

Ismaninger Str. 22

U 4, 5 Max-Weber-Pl.

Tram 19, 21, 25

Bus 155

AE bis 12.11.26

Grenzen setzen. Haltung zeigen.**Digitale Gewalt gegen Frauen und Mädchen
Podiumsdiskussion**

Respekt statt Hass, Sicherheit statt Angst: Digitale Gewalt gegen Frauen und Mädchen darf keinen Platz haben. Formen digitaler Gewalt, Unterstützungsangebote, wirksame Strategien für Prävention und Schutz. Informieren, diskutieren und Zeichen setzen für ein respektvolles digitales Miteinander.

Zonta Clubs München/Zonta München says No

www.zontamuenchen-says-no.deinfo@zontamuenchen-says-no.de

Ulrike Sonnenberg-Schwan

Mo 16.11.26

19.00 – 21.00

EineWeltHaus

Schwanthaler Str. 80

Rgb., Raum 211

U 4, 5 Theresienwiese

S Hackerbrücke, Hbf.

Tram 18, 19

Hermann-Lingg Str.

Bus 68 Holzkirchner Str.

€ 3 AE bis 15.11.26

Das kalte Herz des Sexismus**Bilder und Worte als Waffen gegen Frauen
Impulsvortrag und Tischgespräche**

Pornografie ist eine Waffe gegen Frauen. Sie zerstört demokratische Perspektiven und Empathie und ermutigt zu Gewalt gegen Frauen. Ist die Gewalt gegen Frauen aufzuhalten?

AK StopSexkauf des KOFRA, www.kofra.dekofra-muenchen@mnet-online.de

Roswitha Reger, KOFRA, Tel. 089/ 2010450



Di 17.11.26**9.00 – 11.00**Chiemgastr. 109
5. Stock**U** 2 Giesing**S** 3, 7 Giesing
Tram 18**Bus** 139, 157, 143 **AE** bis 12.11.26interventionsstelle@
ira-m.bayern.de**Hochstrittigkeit oder häusliche Gewalt? –
Fachvortrag**

Die fachlich konkrete Einordnung familiärer Konflikt- und Gewaltdynamiken ist Voraussetzung für wirksame Unterstützung und Schutz: Praxisrelevantes Wissen zur Einschätzung, Wege für einen angemessenen professionellen Umgang.

ILM – Interventionsstelle Landkreis München
www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/
Frau Rosinger, Tel. 089/ 6221-1221

Di 17.11.26**17.00 – 19.00**Holzapfelstr. 3
Tram 18, 19 **Gewaltfreie Kommunikation****Spanischsprachiges Frauencafé**

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

Di 17.11.26**17.30 – 19.30**LeZ lesbisch-queeres
Zentrum München
Müllerstr. 26**U** Sendlinger Tor **AE** bis 12.11.26**BELIEVE ME! undeniably queer**

Podiumsdiskussion in deutsch und englisch
Expert*innen besprechen die Hürden und Gefahren mit denen queere Geflüchtete im Asylverfahren konfrontiert werden.

LeTRa, www.letra.de, info@letra.de
Angelo Navubya, Tel. 089/ 7254272,
Migrationsbeirat der LH München
www.migrationsbeirat.muenchen.de
migrationsbeirat@muenchen.de
Sally Zieglgänsberger, Tel. 01522 5767151

Mi 18.11.26**10.00 – 11.30**

Grimmstr. 1

U 3, 6 Poccistr.**Bus** 62, 131 Poccistr. **AE** bis 15.11.26**Gewalt in der Partnerschaft –
Auswege für Frauen**

Vortrag mit Esther Papp, KHK,
Beauftragte für Kriminaltitätsoffer
mit Zeit für Fragen und Austausch

Was sind Ursachen/Auslöser von Partnergewalt? Wie kann ich als Betroffene die Spirale der Gewalt verlassen? Was kann ich tun, wenn ich von Partnergewalt höre oder sie beobachte?

TuSch-Frauen für Frauen e.V.
www.tusch.info, tusch@tusch.info
Sonja Martin, Tel. 089/ 774041

Mi 18.11.26**10.00 – 14.30**FeierwerkTrafixx
Baierbrunner Str. 57**U** 3 Obersendling**S** 7 Siemenswerke **AE****WenDo – für Mädchen von 11 bis 14 Jahre
Selbstbehauptungs- und -verteidigungskurs**

Einfache, effektive körperliche Selbstverteidigungstechniken, Stimme, Präsenz, Haltung, bewusstes Spüren und Ausdrücken von Grenzen. Für jede körperliche Verfassung geeignet.

amanda – für Mädchen und junge Frauen
www.amanda-muenchen.de, info@amanda-muenchen.de
Monika Dengl, Tel. 0152 52828145,
FeierwerkTrafixx, www.feierwerk.de, Jakob.Steenbock@
feierwerk.de, Jakob Steenbock, Tel. 089/ 72407350

Mi 18.11.26

16.30 – 19.00

Holzapfelstr. 3

Tram 18, 19

Holzapfelstr.

**Gewalt hat viele Gesichter**

Türkischsprachiges Frauencafé

Referentin: Tuana Özal

Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org.

nfo@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005

Mi 18.11.26

17.00 – 22.00

Müller'sches Volksbad

Kleine Schwimmhalle,

Rosenheimer Str. 1

S Isartor**Tram** 16, 17**Bus** 132 Ludwigs-

brücke, Isartor

€ regulärer Eintritt

TIN***TIN* Badetag**

Entspanntes Schwimmen für TIN* Personen

Geschützter Raum für Menschen mit trans*, inter*, nichtbinärer und/oder genderqueerer Identität, um körperliche Fitness und Stressabbau möglich zu machen.

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

info@tinqnet-muenchen.de,

SWM M-Bäder, www.swm.de/baeder, www.swm.de/

baeder/muellersches-volksbad, Tel. 089/ 23615050

Mi 18.11.26

Online

18.00 – 19.30

link-Versand bei

Anmeldung an

cornelia.baur@

profamilia.de

⌘ bis 16.11.26

Gewaltbetroffenheit im Kontext

von Schwangerschaft

Vortrag und fachlicher Austausch

Hintergrundwissen, Zusammenhänge und sensibler Umgang mit Schwangeren nach Gewalterfahrung in Arztpraxis und Beratungsstelle

Profamilia München, www.profamilia.de/muenchen

cornelia.baur@profamilia.de

Bettina Niederleitner, Dr. Cornelia Baur, Tel. 089/ 33008461

Do 19.11.26

10.00 – 15.00

KKV Hansa

Brienner Str. 39

U 2, 8 Königspl.**Bus** 58, 68, 100

⌘ bis 1.11.26

Arbeitsausbeutung und Zwangskriminalität erkennen, Betroffene sicher weitervermittelnFortbildung für Fachkräfte
Grundlegende Kenntnisse über Arbeitsausbeutung und Zwangskriminalität, Merkmale zur Erkennung potenziell Betroffener, Information über Möglichkeiten einer sicheren und bedarfsgerechten Weitervermittlung an spezialisierte Fachberatungsstellen.JADWIGA München, www.jadwiga-online.de,

Bavarian Anti.Trafficking HELpline

www.bavarian-anti-trafficking-helpline.de

info@bavarian-anti-trafficking-helpline.de

Hannah Becker

Do 19.11.26

13.00 – 16.00

Thomas-Wimmer-Rg. 9

U Marienpl.**S** Isartor**Tram** 16, 17 Isartor**Bus** 132 Isartor

♀* ab 17 Jahren, die sexuelle Gewalt erlebt haben.

♿ ⌘ bis 8.11.26, € 5

Mein Visionboard 2027 –**Meine Visionen, meine Stärken, mein Weg**
Gruppenangebot

Sie gestalten mit anderen betroffenen Frauen* Ihre individuelle Zukunftscollage aus Bildern, Texten, Zitaten und Symbolen, die als Motivationsquelle dient und Ihnen hilft, Perspektiven für 2027 zu visualisieren.

Wildwasser München e. V.

www.wildwasser-muenchen.de

beratung@wildwasser-muenchen.de

Kirsten Jungemeier, Sarah Seifarth, Tel. 089/ 60039331



Do 19.11.26

16.00 – 18.00

AMYNA e.V.
Orleanstr. 4, Haus D Tram Ostbhf. erwünscht**AMYNA – Tag der offenen Tür****Infoveranstaltung**Räumlichkeiten und Angebote von AMYNA,
Buchvorstellung, Angebot aus dem Bereich
Grenzwertlich, Raum für offene Fragen.AMYNA e.V., www.amyna.de, info@amyna.de
Yvonne Oeffling, Tel. 089/ 8905745-100**Do 19.11.26**

18.30 – 20.00

Justizpalast
Prielmayerstr. 7 Tram Stachus bis 5.11.26**Gewaltschutzgesetz im Fokus:****Recht, Praxis, Perspektiven****Podiumsdiskussion**Wie kann das Gewaltschutzgesetz Betroffene
besser schützen? Wir diskutieren aktuelle
rechtliche Entwicklungen, bestehende
Schutzlücken und die Frage, welche Schritte
es für eine wirksame Praxis noch braucht.djb regionalgruppe München / südbayern
www.djb.de, rg.muenchen@djb.de**Do 19.11.26**

Online

19.00 – 20.30

link-Versand bei
Anmeldung an
zirngibl@siaf.de  bis 18.11.26Fr**Was tun bei Gewalt in Trennung
und Scheidung?****Infoabend mit RA Silke Reichert**Aufklärung wie Frauen* sich schützen können
und welche Anlaufstellen es in München gibt.siaf e.V., www.siaf.de, zirngibl@siaf.de
roswitha Zirngibl, Tel. 089/ 45802510**Fr 20.11.26**

10.00 – 13.00

Cafe Glanz
Sedanstr. 37 Ostbahnhof  bis 12.11.26**Inklusion sichtbar machen –****Demoplakate gegen strukturelle Gewalt****Inklusiver Workshop**Wir gestalten gemeinsam Demoplakate und
setzen uns mit folgenden Fragen auseinander:
Was stört mich im Alltag oder in der
Gesellschaft? Was wünsche ich mir anders?
Worauf will ich aufmerksam machen?Ak Mädchen*, die behindert werden –
Münchner Fachforum f. Mädchen*arbeit
www.miramue.de, mira@miramue.de
Nicole Lindenthal, Tel. 089/ 51399696**Fr 20.11.26**

16.00 – 18.30

Kult9
Blutenburgstr. 71 1 Rotkreuzpl. Donnersbergerbr.

Tram 16, 17

Donnersbergerstr.

Bus 53, 63, 153

Schlörstr.

   bis 6.11.26 5 (für Essen)**Auf WhatsApp, Instagram, TikTok unterwegs
Workshop für Frauen***Wie kann ich im Internet selbstbewusst unter-
wegs sein? Wie gehe ich mit unerwünschten
Nachrichten um? Was ist im Internet ok und
was nicht? Ihr könnt eure Fragen mitbringen!Offene Behindertenarbeit evang. in der Region München
www.oba-muenchen.de/, hannah.froehler@elkb.de
Hannah Fröhler, Tel. 089/ 12661168,
mira Mädchen*bildung, www.miramue.de
mira@miramue.de, Tel. 089/ 51399696

Fr 20.11.26

18.00

Odeonsplatz

U 3-6 Odeonspl.**Bus** 100, 153 im Freien**TDor – Inter* Day of Remembrance****Jährlicher Tag des Gedenkens an die Opfer von Trans*feindlichkeit**

Wir wehren uns gegen Trans*feindlichkeit und fordern konkrete Verbesserung statt Rückschritt!

TINQnet e.V., www.tinqnet-muenchen.de
info@tinqnet-muenchen.de**Sa 21.11.26**

15.00 – 18.00

Holzapfelstr. 3

Tram 18, 19

Holzapfelstr.

 **Häusliche Gewalt****Kurdischsprachiges Frauencafé**

Referentin: Tatjana Sukalo

Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org
info@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005**Mo 23.11.25**

18.00 – 19.30

Türkenstr. 103

U Universität**Tram** 27, 28

Nordendstr.

 bis 27.10.26 € 20**Wege aus der Eskalation****Vortrag und Gespräch**

Destruktive Gesprächsmuster in Paarbeziehungen erkennen, bewusst machen, Kommunikationsformen vermitteln, Eskalation verhindern

Profamilia München, johannes.schauer@profamilia.de
Johannes Schauer, Tel. 089/ 33008431**Mo 23.11.26**

18.00 – 21.00

Neues Rathaus

Großer Sitzungssaal,

Marienplatz 8

U 3, 6 Marienplatz**S** Marienplatz  unter Tel.

089/ 23392465

gst@muenchen.de

Einlassvorbehalt:

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

Zentrale Veranstaltung zum**Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen****Über meinen Körper entscheide ich selbst?!
Wie Ableismus und Sexismus geschlechtsspezifische Gewalt begünstigen****Vorträge und Podiumsdiskussion**

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

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

Veranstaltet von
Gleichstellungsstelle
für Frauen der Landes-
hauptstadt München,
„Frauen helfen
Frauen“ e.V. München,
Prof. Dr. S. Nothhafft
KSH München,
Aktionsbündnis 2026

Programm

Grußworte

Verena Dietl
3. Bürgermeisterin und Schirmpatin

Nicole Lassal
Städtische Gleichstellungsbeauftragte und
Leiterin der Gleichstellungsstelle für Frauen

Vorträge

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

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

Podiumsgespräch

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

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

Di 24.11.26

9.30 – 17.00

Jahnstr. 38

U 2 Fraunhoferstr.
Æ bis 27.10.26 über
 anmeldung-
 koi@imma.de
 € 120

 (barrierearm)

Du bist die Erste, der ich das erzähle ...

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

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

IMMA e.V., Beratungsstelle, www.imma.de
beratungsstelle@imma.de, Tel. 089/ 2607531

Di 24.11.26

20.00 – 21.30

Sub e.V.

Müllerstr. 14

U Fraunhoferstr.

S Marienpl.

Tram Müllerstr.

 **Æ** bis 18.11.26

Strong! gegen queerfeindliche Diskriminierung und Gewalt**Empowerment-Workshop**

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

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

25. November**Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen**

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

Mi 25.11.26

12.00 – 14.00

Stadtinformation im
 Münchner Rathaus
 Marienpl.

U 3, 6 Marienpl.

S Marienpl.



Zonta München Says No Infostand

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

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

Mi 25.11.26

18.00 – 23.00

Orange the World –**München leuchtet orange****Weltweite Aktion**

Bekannte Gebäude in München werden in orangefarbener Beleuchtung erstrahlen.

Zonta München, www.zontamuenchen-says-no.de
info@zontamuenchen-says-no.de

Ulrike Sonnenberg-Schwan

Mi 25.11.26

Online

19.00 – 20.30

Æ bis 24.11.26 über
sr.susanne@missio.de

Himmelschreiendes Unrecht – Gewalt gegen Frauen**Biblisch motiviert – politisch engagiert**

Austausch und Impulse mit Frau Klemm, Leiterin des Migrationsref. der Ev. Kirche A.B. über die Geschichte Tamars in 2 Sam 13, über die Relevanz solcher Texte bis heute.

Orgateam Bibel und Politik, www.keb-muenchen.de
 Sr. Susanne Schneider MC, Tel. 0151 20272773

Mi 25.11.26 –**Sa 28.11.26**

jeweils

19.30 – 21.30

Spagat-Theater
 Bauhauspl. 3

U 2 Frankfurter Ring
 6 Studentenstadt

Tram 12, 23

Bus X35, X36, X177

♿ € 22, 18, 12

Æ bis 25.11.26 über
karten@spagat-theater.de

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

Sprachgewaltig, poetisch, radikal persönlich. Blutbuch erzählt von Identität, familiären Verstrickungen und gesellschaftlichen Normen. Kraftvoller Monolog mit Schauspielerin Lucy Wirth.

www.spagat-theater.de

Stephanie Tschunko, Tel. 089/ 540463740

Mi 25.11.26 +**Do 26.11.26**

jeweils

20.00 – 21.30

Pasinger Fabrik
 August-Exter-Str. 1

S Pasing

€ 22, 20, 18

Kitzeleien – der Tanz der Wut**Produktion von Spagat-Theater**

Die bewegende Geschichte der Tänzerin Odette, die den Mut findet über sexuellen Missbrauch in der Kindheit zu sprechen. Mit großer Sensibilität verbindet das Stück Humor, Tanz und Schauspiel zu einem eindringlichen Plädoyer gegen das Schweigen und für den Mut, die eigene Stimme zu erheben.

Wildwasser München e.V. lädt anschließend zum Austausch über Prävention, Unterstützung ein.

Pasinger Fabrik GmbH, www.pasinger-fabrik.de
info@pasinger-fabrik.com, Cecile Hüffer, Tel. 089/82929022,
 Spagat-Theater, www.spagat-theater.de
news@spagat-theater.de

Stephanie Tschunko, Tel. 089/ 23888390,

Wildwasser München e.V., www.wildwasser-muenchen.de
beratung@wildwasser-muenchen.org

Hasret Aydin, Tel. 089/ 60039331

Do 26.11.26

10.00 – 12.00

Landwehrstr. 34

 4, 5 Theresien-

wiese, Hauptbahnhof

 Hbf., Stachus 18, 19 bis 20.11.26 über

l.may@kibs.de oder

a.proeschel@kibs.de

max. 20 Personen

Was brauchen Jungen*, die häusliche Gewalt (mit)erlebt haben?**Beratungs- und Gruppenangebot von KIBS
Vortrag und Diskussion**

Jungen*, die Zeugen häuslicher Gewalt wurden, sind meist sehr belastet. Sie haben mit Ängsten, Verunsicherung und Überforderung zu kämpfen. Wir bieten den Jungen* einen geschützten Raum und Unterstützung

KIBS (Kinderschutz München e.V.)

www.kibs.de, mail@kibs.de

Lara May, Alexander Pröschel, Tel. 089/ 2317169120

**Do 26.11.26 –
Do 10.12.26****Vernissage**

13.30 – 14.00

Pasing Arcaden OG

Pasinger Bahnhofspl.

 Pasing Pasing Pasing**Gemeinsam sichtbar –
Gemeinsam gegen Gewalt****Ausstellung mit Vernissage**

SchülerInnen der Oberstufe zweier Pasinger Gymnasien stellen ihre Bilder vor.

Bezirksausschuss Pasing-Obermenzing

www.muenchen.de/ba21, jennykayser@web.de

Jenny Kayser (Gleichstellungsbeauftragte BA21)

Tel. 0176 61763559

Do 26.11.26

14.00 – 16.00

Chiemgaustr. 109

5. Stock

 2 Giesing 3, 7 Giesing 18 Chiemgaustr. 139, 157, 143 bis 20.11.26

interventionenstelle@

ira-m.bayern.de

**Mit Kindern über häusliche Gewalt sprechen
– sensibel, altersgerecht und stärkend****Fachvortrag**

Wie können Fachkräfte mit Kindern ins Gespräch kommen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind? Grundlagen einer trauma-sensiblen und kindgerechten Kommunikation, praxisnahe Anregungen für schwierige Gesprächssituationen, Aufbau von Vertrauen, Orientierung an den Bedürfnissen des Kindes, Sicherheit u. Handlungskompetenz stärken.

ILM – Interventionsstelle Landkreis München

www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/

Frau Lein, Tel. 089/ 62211221

Do 26.11.26

17.00 – 18.30

Implerstr. 38

 3, 6 Implers. bis 20.11.26

über violentia.

beratungsstelle@

ftz-muenchen.de

max. 8 Frauen*

**Grenzen wahrnehmen und wahren
Workshop**

Die eigenen Grenzen zu kennen ist wichtig, um für seine Bedürfnisse hinreichend zu sorgen und sich dadurch mit sich selbst sicher zu fühlen. Dadurch können Grenzverschiebungen überhaupt erst erkannt und benannt werden. Ein verbindender Reflexionsabend zum Thema Grenzen.

violentia im FrauenTherapieZentrum e.V.

www.violentia-muenchen.de/

www.ftz-muenchen.de/home-2/violentia/

Sara van der Weck, Sabine Penger, Tel. 089/ 52031744



Do 26.11.26

19.30 – 21.30

Infos dazu S. 15

Blutbuch – Monolog**nach dem Roman von Kim de l'Horizon**

Theater, Inszenierung: Florentina Tautus

Do 26.11.26

20.00 – 21.30

Infos dazu S. 15

Kitzeleien – der Tanz der Wut

Theater

Fr 27.11.26

10.00 – 15.00

Chiemgaustr. 109

4. Stock

 2 Giesing 3, 7 Giesing 18 Chiemgaustr. 139, 157, 143   bis 6.11.26

interventionstelle@

ira-m.bayern.de

max. 15 Frauen*

... und wenn ich wieder mal nicht schlafen kann.**Fortbildung für Fachkräfte**

Input und praktische Übungen zum Thema Trauma & Traumafolgestörungen, Auswirkungen auf Klient*innen & Fachleute und Konsequenzen für die Praxis

ILM – Interventionsstelle Landkreis München

www.landkreis-muenchen.de/buergerservice/dienstleistung/interventionsstelle-landkreis-muenchen-ilm/
Anne Belitz, Nadezda Rekunkova, Tel. 089/ 62211221**Fr 27.11.26**

16.00 – 19.00

Friedrichshafenerstr. 9

 5, 8 Westkreuz **Prävention häusliche Gewalt****Bulgarischsprachiges Frauencafé**

Referentin / Gruppenleiterin: Marusya Topalova

Donna Mobile AKA e.V., www.donnamobile.org
info@donnamobile.org, Tel. 089/ 505005**Fr 27.11.26**

18.30 – 20.30

KOFRA e.V.

Baaderstr. 30

 1, 2, Fraunhoferstr. Isartor 17, 19, 21

Reichenbachpl.

 62 Baaderstr.   bis 26.11.26**Prokids „Prostitution und ihre Kinder“****Interview und Austausch**

Was bedeutet es, wenn deine Mutter eine Hure ist? Die Perspektive einer Betroffenen und das Versagen von Institutionen.

AK StopSexkauf des KOFRA e.V., www.kofra.de
kofra-muenchen@mnet-online.de
Roswitha Reger, Tel. 0173 3956833**Fr 27.11.26**

19.30 – 21.00

Infos dazu S. 15

Blutbuch – Monolog**nach dem Roman von Kim de l'Horizon**

Theater, Inszenierung: Florentina Tautus

Sa 28.11.26

10.00 – 16.00

Infos dazu S. 5

WEN DO – Selbstverteidigung für Frauen***Selbstverteidigungskurs****Sa 28.11.26**

19.30 – 21.30

Infos dazu S. 15

Blutbuch – Monolog**nach dem Roman von Kim de l'Horizon**

Theater, Inszenierung: Florentina Tautus

So 29.11.26**10.00 – 16.30**

LeZ – lesbisch-queeres
Zentrum
Müllerstr. 26

U 2 Fraunhoferstr.
Tram 16, 18

  **FLINTA***

 bis 22.11.26

info@lez-muenchen.de

Queerfeministischer WenDo Kurs für lesbisch-queere Frauen/FLINTA*

Workshop

Ganzheitliches, feministisches Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept

- Körperausdruck
 - Erfahrung der eigenen Körperkraft
 - Einfache, effektive Körpertechniken zur Selbstverteidigung
 - Individuelle und solidarische Lösungen in Konfliktreichen Situationen
- Sportlichkeit und Fitness sind nicht notwendig.

www.lez-muenchen.de/

Katja Förderer, Tel. 089/ 46224608,

LeTRa, www.lettra.de/, beratung@lettra.de

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

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

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

Gewaltige Zahlen und Fakten

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

Es gibt einen Weg aus der Gewalt

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

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

Frauenhäuser in München

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

Frauennotruf München

089/ 763737

Frauen-Beratungsstelle bei Partnergewalt

Frauenhilfe München	089/ 3582810
---------------------	--------------

IMMA-Zuflucht für

Mädchen/junge Frauen

089/ 183609

Landkreis München

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

Hilfetelefon bei Gewalt gegen Frauen

(kostenlos, m. Sprachmittlung) 116 016

www.frauenhaus-suche.de

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

Jede*r kann was tun!

Werdet aktiv gegen Männergewalt!

Spendenkonto: Stichwort „Aktionswoche“

„Frauen helfen Frauen“ e.V. München

BIC: PBNKDEFF, IBAN: DE85 7001 0080 0321 1998 06