



München, August 2023

Infobrief 3 / 2023

**„Die Zukunft gehört denjenigen,
die an die Schönheit ihrer Träume glauben.“**

Eleanor Roosevelt (1884 -1962)

Liebe Mitfrauen und Interessentinnen,

anbei erhaltet Ihr unser drittes Programm 2023 mit unseren Veranstaltungen von September bis Dezember und einem kleinen Ausblick in das kommende Jahr. Es ist wieder ein sehr buntes Angebot geworden, mit dem wir hoffen, dass für jede etwas dabei ist. Aufgrund des großen Interesses an der SZ-Führung haben wir Werksführungen neu im Angebot, einmal bei der Münchner Bäckerei Pfisterbrot sowie bei BMW. Die Termine werden gesondert bekannt gegeben, die Planung der Führungen der Firmen beginnt erst im September.

Besonders hinweisen möchten wir auch auf unsere beiden Ganztagesseminare: der Erste-Hilfe-Kurs der Johanniter am Samstag, den 28.10.2023 mit Alarmkette, Reanimationsübungen und anderem, sowie das Biografische Schreiben am Samstag, den 7.10.23 mit kompetenter Unterstützung einer erfahrenen Referentin.




Am 14. Oktober findet unsere Mitfrauenversammlung 2023 mit Neuwahlen statt. Dafür laden wir gerne bereits jetzt interessierte Frauen ein, unsere Arbeit kennenzulernen. Sie ist mit viel Freude am Gestalten eines spannenden Programms nach eigenen Wünschen und Ideen verbunden. Ebenso mit einer angenehmen Zusammenarbeit in gemütlicher Runde (immer mit Imbiss!). Lasst euch ermutigen, Teil dieses Teams zu werden und für sich selbst und andere ein tolles Programm zusammen zu stellen. Vorkenntnisse nicht nötig! Auch befristet zum Hineinschnuppern möglich.

Abschließend wieder ein herzliches Dankeschön an alle engagierten Frauen, die die Angebotsfülle unter dem Dach von FrauenWohnen e.V. ermöglichen, und an diejenigen, die mit ihrer Teilnahme den Verein lebendig machen!

Wir freuen uns auf Euch!

Mit den besten Grüßen der Vorstandsfrauen
Margit Fellermaier, Gabriele Glässing, Susanne Koch und Eva Weichert

Veranstaltungen FrauenWohnen e.V., September bis Dezember 2023

| September | |
|--|--|
| <p>Freitag, 1.9. bis Montag, 3.9.2023</p>  | <p>Wandertage im Allgäu mit Claudia Rappold</p> <p>Verschiedene Tageswanderungen um Fischen im Allgäu.</p> <p>Nur noch Warteliste, Nachfrage bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p> |
| <p>Mittwoch, 13.09.2023 20.00 Uhr</p>  | <p>Preisträgerkonzert: Harfe, Kontrabaß und Viola Prinzregententheater</p> <p>Ticket von 20 bis 40 €. VVK ab 08.08. 23 10,- € Zuschuss vom Verein für Mitfrauen, Anmeldung bis 31.09.23</p> <p>bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.</p> |
| <p>Sonntag 17.9.23 10.00 Uhr Thalkirchner Platz</p>  | <p>“Ganz nah - weit weg“ Qigong To Go entlang der Isar. mit Angela Schwarzenböck</p> <p>Leichte QiGong Übungen verbunden mit einer Wanderung durch das Isartal lassen uns Natur und Körper genießen.</p> <p>Treffpunkt: 10 Uhr am Thalkirchner Platz (U3, Haltestelle Tierpark, Ausgang Ri Tierpark) am Bücherturm.</p> <p>Wir sind ca. 3 Std. unterwegs und werden dann wieder beim Italiener (Café am Tierpark) einkehren.</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- € Anmeldung bei Eva Weichert: e.weichert@muenchen-mail.de oder Tel. 089/ 60 51 52</p> |

| | |
|--|---|
| <p>Mittwoch, 20.9.2023 Treffpunkt 17:45 Uhr Führung 18.00 Uhr – 19.30 Uhr</p>  | <p>Abendführung im Tierpark Hellabrunn</p> <p>Der Tierpark schließt und wir werden von einem Zoo-Guide eineinhalb Stunden durch die Hellabrunner Tierwelt geführt. Uns erwarten interessante Fakten und Geschichten rund um die bepelzten, beschuppten und gefiederten Bewohner:innen. Auf jeden Fall erleben wir Hellabrunn von einer ganz anderen Seite.</p> <p>Treffen: 17:45 Uhr am Flamingo-Eingang des Tierparks Die Führung findet bei jedem Wetter statt. Dauer: 90 Minuten. Ausklang im Gasthaus Siebenbrunn.</p> <p>Anfahrt mit der MetroBus-Linie 52 ab Innenstadt (z.B. Marienplatz (Rindermarkt) und Sendlinger Tor) bis Endstation „Tierpark“ (Allemanenstraße), direkt am „Flamingo-Eingang.</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- € Die Führung übernimmt der Verein. (Ermäßigter) Eintritt 13,-- Euro Anmeldung bis 10.09.2023 bei Susanne Koch: dr.susanne.koch@gmx.de</p> |
| <p>Samstag, 23.9.23 9:15 Uhr</p>  | <p>Bergtour auf den Großen Illing</p> <p>Ca. 2,5 Stunden Aufstiegszeit, ca. 650 HM). Herrlicher Gipfel für Brotzeit machen. Einkehr im Tal geplant.</p> <p>Treffen: 9:15 Uhr Starnberger Flügelbahnhof (Gleisangabe noch nicht bekannt), Abfahrt: 9:32, RB6/RB60, Richtung Seefeld i. Tirol, Ankunft in Ohlstadt um 10:33 Uhr. Rückkunft in München: ca. 19:30 Uhr. Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei €, Nicht Mitfrauen 3,- € Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p> |
| <p>Donnerstag, 28.9.2023 16:40 Uhr</p>  | <p>Herlinde Koelbl: Metamorphosen Fotografien im Bayrischen Nationalmuseum</p> <p>Herlinde Koelbl ist eine große Photographin der Gegenwart. V.a. ihre Portraitserien (Merkel, Joschka Fischer u.a.) machten sie berühmt. Doch jetzt fotografiert sie Natur in allen Formen und Farben und zeigt den Wandel und die reizvolle Vergänglichkeit, teilweise in Nahaufnahmen und Großformat. Spannend!</p> <p>Treffpunkt 16:40 Uhr Eingangshalle, Bayr. Nationalmuseum, Prinzregentenstr. 3, U5 Lehel und 5 Min. Fußweg oder Tram 16 Führung 17:00 Uhr, ca. 60 min</p> <p>Eintritt bezahlt jede Frau selbst (13,-/8,- €). Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen € 3,00. Die Führung übernimmt der Verein. Anmeldung bei Margit Fellermaid unter margitmuc@web.de</p> |

**Freitag,
29.9.2023**

9:10 Uhr
Treffpunkt
Hbf Gleis 25



Tagestour: Straubing entdecken

Der Mittelpunkt der ehemaligen Kornkammer Niederbayerns, die Stadt Straubing, werden wir zuerst von oben "besichtigen"; vom Wahrzeichen Straubings, dem Stadtturm. Die Mühen des Hinaufsteigens (227 Stufen) können wir dann bei einem guten Mittagessen vergessen. Es folgt die Besichtigung der Ursulinenkirche, die normalerweise nicht zugänglich ist.

Nachdem wir den Innenhof des Schlosses durchquert haben, gehen wir zur Donaubrücke, dem Ort der Vollstreckung des Todesurteils gegen Agnes Bernauer. Kaffeetrinken im besten Café Straubings am Stadtplatz.

Danach freie Zeit bis ca. 17.00 Uhr oder ein Spaziergang zu den Relikten der alten Stadtmauer mit dem Pulverturm und dem Volksfestplatz mit der Fraunhoferhalle.

Treffpunkt: München Hbf 9:10 Uhr Gleis 25, Abfahrt 9:24 Uhr RE 3
Richtung Passau
Rückfahrt 17:27 Uhr, Ankunft München 19:18 Uhr

Für alle, die kein 49,- € Ticket haben, wird der Fahrpreis mit Bayerticket umgelegt. Bitte bei der Anmeldung angeben.
Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- €

Anmeldung bei Margit Fellermaier: margitmuc@web.de
Oder Tel. 089/ 18 92 76 98

Oktober

**Samstag,
7.10.2023**

10:00 Uhr – 16:00 Uhr



Tagesseminar Biografiearbeit Mit Petra Dahlemann

Erinnerst Du Dich?

An Flipper, Fury und Lassy? An den ersten Schwarzweißfernseher und das Testbild, das kurz vor 17:00 Uhr erschien? An euer erstes Telefon mit Wählscheibe? An die Beach Boys, Donovan und die Beatles?

Du hast Freude am Schreiben?

Während des Schreibens sind viele Sinne aktiv. Ganz unerwartet wirst du berührt von deinen eigenen Worten. Du schmunzelst in Erinnerung an einen wilden Jugendstreich, erinnerst den Pfannkuchenduft in Omas wohliger warmer Küche.


Dann komm mit!

zur heiter-spielerischen Einführung ins Biografische Schreiben. Durch neue Impulse werden deine Texte lebendiger, vielseitiger und interessanter.

Unsere Kursleiterin, Frau Petra Dahlemann ist eine feinfühlig und erfahrene Referentin.

| | |
|--|--|
|  | <p>Gemeinschaftsraum Gertrud-Grunow-Str. 41 max. 12 Teilnehmerinnen, mit kleinem Mittagsimbiss.</p> <p>Teilnahmegebühr für Mitfrauen 25,- €, Nicht Mitfrauen 35,- € Anmeldung bei Barbara Westenkirchner: br-west@t-online.de</p> |
| <p>Samstag, 14.10. 2023 16:00 Uhr</p>  | <p>Jahresversammlung 2022 des Vereins GR Gertrud-Grunow-Str. 41</p> <p>Die Jahresversammlung des Vereins findet im Gemeinschaftsraum Domagkpark, Gertrud-Grunow-Str. 41 statt.</p> <p>Die Tagesordnung und Unterlagen werden rechtzeitig verschickt.</p> |
| <p>Samstag, 21.10.23 8:25 Uhr</p>  | <p>Wanderrunde bei Landsberg/Lech</p> <p>Schöne und abwechslungsreiche Wanderung von Landsberg aus am Lechufer entlang. Einkehr geplant. Ca. 10 km.</p> <p>Treffen: 8:25 Uhr Starnberger Flügelbahnhof (Gleisangabe noch nicht bekannt), Abfahrt: 8:40 Uhr RB74 Richtung Buchloe. Ankunft in Landsberg/Lech: 9:26 Uhr. Rückkunft in München: ca. 18:30 Uhr.</p> <p>Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p> |
| <p>Samstag, 28.10.2023 9.00 – 17.00 Uhr</p>  | <p>Tagesseminar: Erste Hilfe Kurs Johanniter e.V.</p> <p>Auffrischung für Notfälle: Situationsbeurteilung, erste Hilfsmaßnahmen, Lagerung, Alarmierung, Reanimation, Einführung Defibrillator, alles mit Übungen.</p> <p>Im Gemeinschaftsraum Domagkpark, Gertrud-Grunow-Str. 41 Teilnehmerinnenzahl begrenzt! Bitte rasch anmelden!</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen € 25,- Nicht-Mitfrauen € 35,-. Für die Mittagspause ist eine (Pizza)Bestellung beim Italiener zur Abholung möglich, nachmittags gibt's eine Kaffeepause mit Kuchen.</p> <p>Anmeldung bei Margit Fellermaid: margitmuc@web.de</p> |

| November | |
|--|--|
| <p>Donnerstag, 2.11.2023 19.00 Uhr</p>  | <p>Möglichkeiten und Grenzen der häuslichen Versorgung am Lebensende – und die stationären Alternativen Vortrag von Frau E. Katharina Rizzi vom Hospizverein DaSein e.V.</p> <p>Frau Rizzi verfügt durch ihre Arbeit im Hospizverein über ein umfassendes Wissen die Themen am Lebensende betreffend. Derzeit ist das Thema hochaktuell für einige Bewohnerinnen in unseren Wohnprojekten, stößt aber auch allgemein auf großes Interesse.</p> <p>Gemeinschaftsraum FrauenWohnen Riem, Ingeborg-Bachmann-Str. 28 Max. 25 Teilnehmerinnen Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3 €</p> <p>Anmeldung Anke Geisler: ge.a@gmx.net</p> |
| <p>Samstag, 11.11.23 9:00 Uhr</p>  | <p>S-Bahn Wanderung bei Wessling</p> <p>Es geht um den Weißlinger See über Delling zurück nach Weißling. Ca. 12 km. Einkehr geplant. Treffen: 9:00 Uhr am S-Bahn-Gleis Hauptbahnhof (tief). Abfahrt 9:25 Uhr mit der S8 Richtung Herrsching. Ankunft in Weißling: 10:01 Uhr. Rückkunft in München: ca. 18:30 Uhr Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- €</p> <p>Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p> |
| <p>Samstag, 18.11.23 14:00 – 18:00 Uhr</p>  | <p>Kreativer Nachmittag in Mischtechnik mit Daniela Gmelch</p> <p>In den vier Stunden geben wir unserer Kreativität einen festen Rahmen. Auf kleinem Format und nach selbst auferlegten Regeln lassen wir Neues, Individuelles, Überraschendes entstehen. Fundstücke und Eindrücke aus unserem täglichen Leben – eine Briefmarke, ein ansprechendes Wort, ein Zeitungsartikel, ein Gefühl, ein Traum – fügen wir zusammen. Erlaubt ist Kleben, Zeichnen, Malen, Sticken, Schreiben, Stempeln... Entscheidungen sind nötig, vielleicht übermalen, überkleben, radieren? So schaffen wir kleine Welten, die amüsieren, befremden, unterhalten und - vor allem - zum Rätseln einladen.</p> <p>Gemeinschaftsraum Gertrud-Grunow-Str. 41, 80807 München Max. 12 Teilnehmerinnen Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3 €</p> <p>Anmeldung bei Daniela Gmelch: daniela.gmelch@posteo.de</p> |

| | |
|--|---|
| <p>z.B. Donnerstag, November/Dezember 17:45 Uhr</p> <p>Termin ist noch offen, wird gesondert bekannt gegeben</p>  | <p>Führung durch die Hofpfisterei</p> <p>Die Hofpfisterei ist nicht nur Bayerns älteste Bäckerei sondern auch eine der mit Öko-Anspruch erfolgreichsten. Bei der Führung erleben wir, wie 20.000 Brote täglich gebacken werden. Wir erfahren die besondere Herstellungsweise, genießen den Geruch und probieren vom frischen Brot.</p> <p>Die Führung ist wegen Treppen über 3 Stockwerke nicht für gehbehinderte Menschen geeignet.</p> <p>Treffpunkt: Foyer der Hofpfisterei, Kreittmayrstr. 5, Rückgebäude (U-Bahn: Stiglmaierplatz / Tram: Sandstraße) Die Führung startet 18 Uhr und dauert ca 2,5 Stunden!</p> <p>Der Termin wird gesondert bekannt gegeben!! Anmeldung bei Eva Weichert: e.weichert@muenchen-mail.de Oder Tel. 089/ 60 51 52</p> |
| <p>Sonntag, 26.11.2023 20.00 Uhr</p>  | <p>Vokal total: „Das Feinste der feisten“ Alte Kongresshalle</p> <p>Ticket zu 36,60 € Anmeldung umgehend 10,- € Zuschuss vom Verein für Mitfrauen</p> <p>bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.</p> |

| Dezember | |
|---|---|
| <p>z.B. Freitag, X:XX Uhr</p> <p>Termin ist noch offen, wird gesondert bekannt gegeben!</p>  | <p>Werksführung BMW</p> <p>Stellvertretend für alle internationalen Produktionsstandorte gibt die BMW Group in München hautnah spannende Einblicke in den modernsten Automobilbau. Jeden Tag werden hier von 7000 Mitarbeitern rund 600 Motoren und bis zu 1000 Automobile gebaut. Bei der Führung blicken wir hinter die Kulissen der Automobilherstellung.</p> <p>Adresse: Olympiapark 2, U3 bis Olympiazentrum Wir treffen uns unterhalb des Vierzylinders vor dem Bistro M1. Rechts daneben sind die Werkhallen für das Elektroauto i4.</p> <p>Führung 2 Stunden, nicht barrierefrei, keine Sitzgelegenheiten maximal 24 Teilnehmende (bringt Freundinnen mit!)</p> <p>Teilnahmegebühr: für Mitfrauen 5,- €, für Nicht Mitfrauen 10,-€ Die Führung bezahlt der Verein. Anmeldung bei Gabriele Glässing: g.glaessing@gmx.de</p> |

| | |
|---|---|
| <p>Donnerstag, 07.12. 2023 19:00 Uhr</p>  <p>Reihe FrauenLeben</p>  | <p>„Komponistinnen“ Doku Film (Deutschland / 2018)</p> <p>Eine filmische und musikalische Spurensuche der Leipziger Pianistin Kyra Steckeweh und dem Berliner Filmemacher Tim van Beveren.</p> <p>Der mehrfach ausgezeichnete Dokumentarfilm „Komponistinnen“ beleuchtet die historischen und persönlichen Umstände, unter denen vier Frauen im 19. und frühen 20. Jahrhundert ihre Werke geschaffen haben.</p> <p>Der Film führt uns nach Frankreich, Italien, Polen und Deutschland, zu den Lebens- und Wirkungsstätten von Mel Bonis, Lili Boulanger, Fanny Hensel und Emilie Mayer.</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- €</p> <p>Anmeldung bis 01.12.2023 bei Susanne Koch: dr.susanne.koch@gmx.de</p> |
| <p>Samstag 9.12.23 10:15 Uhr</p>  | <p>Wanderung im Münchner Raum</p> <p>Wir drehen eine Wanderrunde bei Freiham Nord mit dem Mooschwaiger Weiher. Ca. 10 km. Einkehr geplant.</p> <p>Treffen: 10:15 Uhr an der S-Bahn-Haltestelle Freiham. Wir wandern los um 10:30 Uhr. Rückkunft in München: ca. 18:00 Uhr.</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- €</p> <p>Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p> |
| <p>Sonntag, 17.12.2023 19.00 Uhr</p>  | <p>Sonderkonzert mit Barockmusik zum 3. Advent in der Allerheiligen Hofkapelle</p> <p>Die Karten sind noch nicht im Verkauf. (10,- € Zuschuss vom Verein für Mitfrauen) Anmeldung umgehend.</p> <p>Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.</p> |
| <p>Donnerstag 28.12.23 10:00 Uhr</p>  | <p>Wandern „Zwischen den Jahren“</p> <p>Sauerlach-Runde. Ca. 10 km. Einkehr geplant. Treffen: 10:00 Uhr Hauptbahnhof (tief), S-Bahnhof. Abfahrt: 10:23 Uhr S3 Richtung Holzkirchen. Ankunft Sauerlach: 10:57 Uhr. Rückkunft in München: ca. 17:00 Uhr.</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- €</p> <p>Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p> |



FrauenWohnen e.V.
München

Ingeborg-Bachmann-Str. 26
81829 München
www.frauenwohnen-verein.de
vorstand@frauenwohnen-verein.de

| Vorankündigung Januar bis April 2023 | |
|--------------------------------------|--|
| Januar | Sa, 20.01.: Winterwanderung |
| | Führung William Turner, Lenbachhaus |
| Februar | Sa, 17.02.: Wanderrunde bei Grafenaschau |
| | Führung Krippenmuseum Nationalmuseum |
| März | Sa, 16.03.: Wanderung im Frankenland |
| | Führung Prinz-Eugen-Park mit Heike Skog |
| April | Sa, 20.04.: Wanderung bei Kufstein |

Änderungen vorbehalten

Redaktion und Layout des Infobriefs:

Eva Weichert, Margit Fellermair, Gabriele Glässing, Susanne Koch

Für alle Veranstaltungen des Vereins FrauenWohnen e.V. München gilt:

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Veranstaltungen werden bei weniger als 3 Anmeldungen oder bei unvorhergesehenen Umständen 3 Tage vor der Veranstaltung abgesagt.

Teilnahmebeitrag für Mitfrauen frei, für Nichtmitfrauen 3 €, wenn nicht anders vermerkt.

Bei einigen Veranstaltungen werden Fotos gemacht und/oder kleinere Filme gedreht. Diese sind nur für interne Zwecke. Wenn eine Teilnehmerin damit nicht einverstanden ist, möge sie dies vor Beginn der Veranstaltung der Fotografin eindeutig mitteilen, ansonsten wird von ihrer Zustimmung ausgegangen.

