



München, Dezember 2023

Infobrief 1 / 2024

**Wenn einem das Wasser bis zum Hals steht,
darf man den Kopf nicht hängen lassen.**
Ingrid Matthäus-Maier

Liebe Mitfrauen und Interessentinnen,

es ist wieder ein schönes Programm geworden, das wir euch diesmal zur gemeinsamen Freude anbieten können!

Zwei Veranstaltungen die im Herbst leider ausgefallen sind, können wir zum Glück jetzt im Frühjahr noch einmal anbieten: Der Erste-Hilfe-Kurs, und das Biografische Schreiben. Bitte bei Interesse anmelden, auch die, die sich schon mal gemeldet haben. Auch für die Führung in der Hopffisterei, wo die Nachfrage unsere Plätze deutlich überschritten hat, gibt es einen weiteren Termin, bitte anmelden!

Die Programmplanung war diesmal nicht immer ganz einfach, da bei einigen Museen die Nachfrage nach Führungen stark, die Personalbesetzung aber sehr schwach war. Daher ist leider auch die geplante Führung im Lenbachhaus zu William Turner nicht möglich geworden. Alle die sich dafür interessierten und darauf gefreut haben (wie ich, Eva), mögen sich nun in eigener Regie ein Ticket besorgen. Es gibt einen sehr guten Rundgang mit Audioguide, da der Andrang jedoch so groß ist, werden keine Führungen mehr angeboten.

Auch im Museum 5 Kontinente haben wir noch keine Zusage für die Führung, sie ist jedenfalls zum genannten Termin und Zeitpunkt angefragt. Bei Änderungen werden wir wieder mit einer Extra Mail informieren.

Zum Glück sind die Frauen aus den eigenen Reihen wie Claudia und Doris treu und zuverlässig mit ihren Angeboten von Wanderungen und für die Kultur, wiederum herzlichen Dank dafür! Außerdem gibt es neu „Yoga zum Schnuppern“ und eine Führung im Prinz-Eugen-Park.

Noch ein Hinweis In eigener Sache: Wir suchen eine Frau, die Interesse hat den Infobrief (nach bewährter Vorlage) in Word zu gestalten, mit Einführung und Begleitung, da Eva diese Tätigkeiten ab März nicht mehr übernehmen wird.

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

Gefördert durch

Veranstaltungen FrauenWohnen e.V., Januar bis April 2024

Januar	
<p>Donnerstag, 11.1.2024 17.00 Uhr</p> 	<p>Krippenausstellung im Bayrischen Nationalmuseum</p> <p>Das Bayrische Nationalmuseum besitzt die künstlerisch wertvollste und weltführende Sammlung von Krippenkunst. Die anrührend kleinen oder beeindruckend großen, dramatisch inszenierten Krippen mit tausenden Bestandteilen laden zu einer Entdeckungsreise durch 300 Jahre Kulturgeschichte ein.</p> <p>Treffpunkt 16:45 Uhr Eingangshalle, Bayr. Nationalmuseum, Prinzregentenstr. 3, U5 Lehel und 5 Min. Fußweg oder Tram 16 Führung 17:00 Uhr, ca. 60 min Wer im Anschluss an unsere Führung die Sonderausstellung Crazy Christmas (moderne bunte Krippen) auch noch besichtigen will, muss gleich die erweiterte Eintrittskarte kaufen. Eintritt bezahlt jede Frau selbst (8,- € + 2,- € Sonderausstellung). Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen € 3,00. Die Führung übernimmt der Verein. Anmeldung bei Margit Fellermaid unter margitmuc@web.de</p>
<p>Samstag, 20.1.24 8.15 Uhr Gleis 28 Hbf</p> 	<p>Winterwanderung bei Farchant mit Claudia Rappold</p> <p>Abwechslungsreiche Winterwanderung bei Farchant, 8 - 10 km, schöner Wasserfallweg, ca. 300 HM. Wanderzeit: ca. 4 Std. Einkehr geplant.</p> <p>Treffen: 8:15 Uhr vor Gleis 28 Hbf, Abfahrt 8:32 Uhr RB 6 Richtung GAP. Rückkunft: ca. 19 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>Samstag, 27.01.2024 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 Teilnahmegebühr: Mitfrauen € 10,- Nicht-Mitfrauen € 20,- Für die Mittagspause ist eine (Pizza)Bestellung beim Italiener zur Abholung möglich, nachmittags gibt's eine Kaffeepause mit Kuchen.</p> <p>Bitte die bereits vom letzten Mal angemeldeten Frauen ihre Anmeldung bestätigen! Anmeldung bei Margit Fellermaid: margitmuc@web.de</p>

Februar	
<p>Freitag, 02.02.24 19.30 Uhr</p> <div style="text-align: center; background-color: black; color: white; padding: 20px; margin: 10px 0;">  </div>	<p>"Post von Karlheinz" Metropol Theater</p> <p>Wütende Mails von richtigen Deutschen beantwortet von Karlheinz (Journalist).</p> <p>Karten 19 / 25 €. (10,- € Zuschuss vom Verein für Mitfrauen) Anmeldung umgehend bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.</p>
<p>Sonntag, 04.02.24 13:00 Uhr bis 16:30 Uhr</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div>	<p>YOGA-Schnupperstunden mit Gabi Büttner</p> <p>Jetzt Yoga kennenlernen! Wir erfahren Stabilität und Flexibilität, Spannung und Entspannung, wir üben achtsam und gelenkschonend. Yoga ist vielfältig und für jede geeignet, alle sind willkommen!</p> <p>Gemeinschaftsraum Gertrud-Grunow-Str. 41 Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung und Socken Mitfrauen 3,- €. Nicht Mitfrauen 6 € Max 12 Teilnehmerinnen Anmeldung bei Margit Fellermaid: margitmuc@web.de</p>
<p>Faschingsdienstag, 13.02.24 19.19 Uhr</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div>	<p>Das beliebte Faschingskonzert in der Musikhochschule</p> <p>Karten zu 25/35 € 10,- € Zuschuss vom Verein für Mitfrauen, Anmeldung umgehend bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.</p>
<p>Donnerstag, 15.02.2024 17:45 Uhr</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  <p>Hofpfisterei</p> </div>	<p>Aufgrund der hohen Nachfrage: 2. Termin 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. Die Führung ist wegen Treppen über 3 Stockwerke nicht für gehbehinderte Frauen geeignet.</p>

	<p>Treffpunkt: Foyer der Hopffisterei, Kreittmayrstr. 5, Rückgebäude (U-Bahn: Stiglmaierplatz / Tram: Sandstraße)</p> <p>Die Führung startet 18 Uhr und dauert ca 2,5 Stunden!</p> <p>Teilnehmergebühr: Mitfrauen 3,- €, Nicht Mitfrauen 6,- € Maximal 10 Teilnehmerinnen</p> <p>Anmeldung bei Eva Weichert: e.weichert@muenchen-mail.de Oder Tel. 089/ 60 51 52</p>
<p>Samstag, 17.02.24 8:15 Uhr vor Gl. 28 Hbf,</p> 	<p>Wanderrunde bei Grafenaschau</p> <p>Moorrunde bei Grafenaschau mit herrlichem Bohlenweg. 11,5 km. Wanderzeit: ca. 3,5 Std., 90 HM, Einkehr geplant.</p> <p>Treffen: 8:15 Uhr vor Gl. 28 Hbf, Abfahrt 8:32 Uhr Rtg. GAP, Umstieg in Murnau in Rtg. Oberammergau. Rückkunft: ca. 19 Uhr</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei €, Nicht Mitfrauen 3,- € Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p>
<p>Samstag, 24.02.2024 10:00 Uhr – 16:00 Uhr</p> 	<p>Wiederaufnahme - Tagesseminar Biografiearbeit Mit Petra Dahlemann</p> <p>Erinnerst Du Dich? An Flipper, Fury und Lassy? An den ersten Schwarzweiß- oder Farbfernseher? An das erste Telefon mit Tastenfeld? An die Beach Boys, Donavan und die Beatles?</p> <p>Dann komm mit! zur heiter-spielerischen Einführung ins Biografische Schreiben. Im Mittelpunkt steht Deine persönliche Lebensgeschichte. Ziel ist es, das eigene Leben zu erforschen, zu reflektieren und damit Ressourcen für dein gegenwärtiges Leben und die Zukunft zu entdecken.</p> <p>Unsere Kursleiterin, Frau Petra Dahlemann, ist eine feinfühlig und erfahrene Referentin.</p> <p>Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum Gertrud-Grunow-Str. 41. Teilnahmegebühr für Mitfrauen 25,- €, Nicht Mitfrauen 35,- € Anmeldung bei Barbara Westenkirchner: br-west@t-online.de</p>

März

Samstag,

16.03.23

7:45 Uhr Gleis 25 Hbf



Wanderung im Frankenland

Wanderrunde bei Roth. Burgruine Wartstein, abwechslungsreiche Wege.
Weglänge: 16 - 17 km, 120 HM. Wanderzeit: ca. 4,5 Std. Einkehr geplant.

Treffen: 7:45 Uhr vor Gleis 25, Abfahrt 8:03 Uhr Rtg. RE 1 Rtg. Nürnberg.
Rückkunft: ca. 19 Uhr

Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- €

Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de
oder Tel. 0179-107 66 39

Freitag,

23.03.24

11.00



Copyright Ann-Christine Woehrl

WITCHES IN EXILE - Museum 5 Kontinente

Fotografien Ann-Christine Woehrl

Installation Senam Okudzeto

Immer wieder werden Menschen für ein vermeintliches Gemeinwohl stigmatisiert und ausgegrenzt. Am Beispiel Ghanas widmet sich die Sonderausstellung Witches in Exile im Museum Fünf Kontinente in München dem Glauben an Hexerei, der vornehmlich Frauen zu Sündenböcken werden lässt. Neid und Missgunst sowie der Vorwurf, für Krankheiten, Todesfälle, Dürren und andere Katastrophen verantwortlich zu sein, haben diese Frauen zu geächteten Außenseiterinnen gemacht. Oft in Todesgefahr, wurden sie in sogenannte »witch camps« exiliert.



Die deutsch-französische Fotografin Ann-Christine Woehrl zeigt diese Frauen in einer eindringlichen konzeptionellen Porträtserie. Den allgemeineren Kontext der Hexendörfer und der Porträts illustriert die britische, postnationale Künstlerin Senam Okudzeto in einer Multimedia-Installation.

Treffpunkt 10.45 Uhr Foyer Museum 5 Kontinente,
Maximilianstraße 42, 80538 München, U4 und U5 Lehel,

Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3 €
Eintritt (9,-/7,- €) übernimmt jede Frau selbst, die Führung bezahlt der Verein.

Anmeldung bei Gabriele Glässing: ggluessing@gmx.de

April	
<p>Sonntag, 14.04.24 11.00 Uhr</p> 	<p>Frühlingsmatinee der Heinz-Bosl-Stiftung Ballettfestwoche im Nationaltheater</p> <p>Karten zu 33/40/45 €. (10,- € Zuschuss vom Verein für Mitfrauen)</p> <p>Anmeldung bis 11.02.24 bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.</p>
<p>Samstag, 27.04.24 14:00 bis 16:30 Uhr</p>   	<p>Perspektivwechsel – Wie machen es andere? Rundgang Prinz-Eugen-Park und Austausch mit genossenschaftlichen Wohnprojekten</p> <p>Im Stadtteil Bogenhausen liegt das Gelände der ehemaligen Prinz-Eugen-Kaserne. Auf der freigegebenen Militärfläche entstand seit 2016 ein Neubauquartier mit rund 1.800 Wohnungen für über 4.000 Menschen sowie ergänzende Infrastruktureinrichtungen. Rund 570 Wohnungen im südlichen Bereich bilden die größte zusammenhängende Holzbausiedlung Deutschlands.</p> <p>Eine weitere Besonderheit des Prinz-Eugen-Parks ist die ausgewiesene Vernetzung und Beteiligung der Bewohner:innen. Die GeQo eG Genossenschaft für Quartiersorganisation hat im Sommer 2020 die Quartierszentrale mit Nachbarschaftscafe, Mobilitätsstation, Paketshop und Concierge-Desk in Betrieb genommen.</p> <p>Durchs Viertel führt uns Heike Skok, Aufsichtsratsvorsitzende der FrauenWohnen eG. Anschließend treffen wir uns mit Vertreter:innen (neu gegründeter) Genossenschaften für einen Austausch über ihre Projekte und Aktivitäten.</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- € Anmeldung und Informationen bei Susanne Koch: dr.susanne.koch@gmx.de</p>
<p>Samstag 20.04.24 8:25 Uhr vor Gleis 10, Hbf</p> 	<p>Wanderung bei Kufstein</p> <p>Pfrillsee - Hechtsee - Runde bei Kufstein. Abwechslungsreiche Tour mit herrlichen Ausblicken. Wanderzeit: 3,5 bis 4 Std. bei 12,5 km, ca. 300 HM. Einkehr geplant.</p> <p>Treffen: 8:25 Uhr vor Gl. 10, Abfahrt 8:41 Uhr BRB 54 Rtg. Kufstein. Rückkunft ca. 19:30 Uhr</p> <p>Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3,- € Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p>

<p>Donnerstag, 25.04.24 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 Westend, Westendstr. 74 Teilnahmegebühr: Mitfrauen frei, Nicht Mitfrauen 3 €</p> <p>Anmeldung bei Gabriele Glässing: ggluessing@gmx.de</p>
<p>Montag, 29.04. 24 20.00 Uhr,</p> 	<p>Debut von Lukas Sternath/Klavier ARD-Musikwettbewerb 2022, 1. Preisträger (Schüler von Igor Levit) Prinzregententheater</p> <p>Karten zu 33/39/44 € (10,- € Zuschuss vom Verein für Mitfrauen)</p> <p>Anmeldung bis 15.01.24 Bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.</p>

Vorankündigung Mai bis August 2024	
Sa, 18.05.24:	Hoheckrunde bei Oberaudorf mit Ausblick aufs Kaisergebirge
Sa, 15.06.24:	Von Benediktbeuern ins Lainbachtal und zur Tutzinger Hütte
Sa, 20.07.24:	Bergtour bei Oberammergau: Großer Aufacker auf den Laber
Sa, 17.08.24:	Seenrunde bei Penzberg

Änderungen vorbehalten

Redaktion und Layout des Infobriefs:

Eva Weichert, Margit Fellermaier, 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.