

München, Dezember 2025

Infobrief 1 / 2026

**Chancen sind wie Sonnenuntergänge.
Wer zu lange wartet, verpasst sie.**
Joan Lunden (Journalistin)

Liebe Mitfrauen und Interessentinnen,

wie jedes Jahr macht es uns im November und Dezember besonders viel Freude, den Blick auf das kommende Jahr zu richten und die vielen gemeinsamen Aktivitäten von Januar bis April zu planen und zu organisieren.

Wir starten kurz nach dem Jahreswechsel mit „Meisterwerken der italienischen Renaissance“ im Diözesanmuseum Freising. Es folgen spannende Ausstellungsführungen in der Kunsthalle „Digital by Nature“, in der Alexander Tutsek-Stiftung „Future Horizons“ (Glas in der zeitgenössischen Kunst) sowie im Haus der Kunst mit „Soy Energía“ der chilenischen Künstlerin Sandra Vásquez de la Horra.

Wie immer sehr wichtig sind unsere Theater- und Konzertbesuche im Metropol- und Prinzregententheater, in der Musikhochschule mit dem schwungvollen Faschingskonzert, die Frühlingsmatinee der Heinz-Bosl-Stiftung und ein Kabarettabend im Circus Krone. Bitte denkt daran: Die Anmeldungen hierfür sind noch **im Dezember** erforderlich!

Besonders ans Herz legen möchten wir Euch die Führung durch die Ohel-Jakob-Synagoge, eine Ausstellungsführung mit Film im ESO-Supernova-Planetarium sowie einen Fotovortrag in unserer Reihe FrauenLeben über den Alltag indischer Frauen. Passend zum Internationalen Frauentag zeigen wir das filmische Frauenporträt „Ruth Bader Ginsburg – Ein Leben für die Gerechtigkeit“.

Auch Outdoor-Aktivitäten haben 2026 ihren festen Platz: Geplant sind zunächst zwei Wanderungen – sollten weitere hinzukommen, informieren wir Euch per Mail. Richtig durchstarten werden wir dann im Sommerprogramm. Im April laden wir außerdem zu Nordic Walking im Englischen Garten ein. Stöcke können gestellt werden – eine ideale Gelegenheit, diesen schönen Sport ganz unkompliziert kennenzulernen. Am Ende unseres ersten Programms 2026 steht der Ausflug zum kunsthandwerklichen „Weibamarkt“ in Bad Aibling.

Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen. Bringt gerne neue Frauen mit, erzählt von unserem Miteinander – und natürlich sind Anregungen für zukünftige Programme jederzeit herzlich willkommen!

Alles Gute für 2026 und beste Grüße Eure
Margit Fellermair, Gabriele Glässing, Susanne Koch und Dagmar Lieber

Veranstaltungen FrauenWohnen e.V., Januar bis April 2026

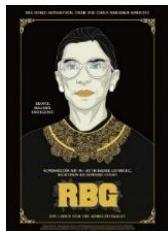
Januar	
<p>Dienstag, 06.01.2026 Feiertag! 11:00 Uhr</p> 	<p>„Göttlich!“ - Meisterwerke der italienischen Renaissance Diözesanmuseum Freising, Domberg 21 Führung durch die Sonderausstellung</p> <p>Das Dimu wendet sich in seiner neuen Ausstellung einem aktuellen Thema zu, nämlich der Macht der Bilder über das Leben der Menschen. Und dies anhand einer der bedeutendsten Epochen der Kunstgeschichte überhaupt: der italienischen Renaissance. Es ist eine Zeit, in der sich etwas verschiebt. Gott wird nicht kleiner, aber näher. Über 60 hochkarätige Kunstwerke vermitteln diese überraschend neue Sicht auf Gott und die Welt.</p> <p>Vorher oder nachher können zudem die Dauerausstellung, zwei weitere Sonderausstellungen (300 Jahre alte Landschaften von Valentin Gappnig und moderne Bilder von Judith Milberg) sowie die spektakuläre Lichtinstallation von James Turrell besichtigt werden. Das Dimu ist ab 9:00 Uhr geöffnet.</p> <p>Treffen zur Führung: 10:45 Uhr (große Halle) mit gelöster Eintrittskarte.</p> <p>Fußweg vom S-Bahnhof Freising ca. 10 min leicht bergauf; bequemer mit der neuen Dombergbahn (Schrägaufzug von der Bahnhofstraße).</p> <p>Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 €. Eintritt 8,00 €/6,00 €. Die Führung übernimmt der Verein</p> <p>Um ca. 12:30 Uhr ist eine Einkehr im Restaurant „DIMU“ geplant. https://www.dimu.restaurant/</p> <p>Anmeldung bei Margit Fellermair: margitmuc@web.de</p>
<p>Sonntag, 18.01.2026 9:45 Uhr</p> 	<p>Zu Fuß von Projekt zu Projekt mit Claudia Rappold</p> <p>Wir wandern von unserem 3. Wohnprojekt, Domagkpark, zu unserem 1. Wohnprojekt nach Riem. Die Wanderung ist abwechslungsreich, die Wege gut begehbar. Weglänge: ca. 15 km. Reine Wanderzeit: ca. 3,5 Stunden.</p> <p>Treffen: 9:45 Uhr für eine kleine Stärkung im Hof, Domagkpark (Gertrud-Grunow-Str. 41). Wir gehen um 10:30 Uhr los. Ankunft in Riem ca. 14:00 Uhr/14:30 Uhr.</p> <p>Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 6,00 €. Anmeldung bei Claudia Rappold: claudia.rappold@posteo.de oder Tel. 0179-107 66 39</p>

<p>Montag, 19.01.2026 19:30 Uhr</p> 	<p>"Der Fiskus" Metropoltheater, Floriansmühlstraße 5</p> <p>Das Finanzamt: Mit scharfzüngigem und tiefschwarzem Humor entwirft die Sprachkünstlerin Felicia Zeller ein Bild der zwar um Gerechtigkeit bemühten, letztendlich aber machtlosen Behörde.</p> <p>Karten zu 25,00 €, Zuschuss vom Verein für Mitfrauen.</p> <p>Anmeldung umgehend bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124. <u>Siehe Hinweis unten</u></p>
<p>Samstag, 24.01.2026 10:15 Uhr</p> 	<p>„Digital by Nature“ Ausstellungs-Führung Kunsthalle, Theatinerstraße 8</p> <p>Mit <i>Digital by Nature</i> präsentiert die Kunsthalle München die bislang größte Einzelausstellung von Miguel Chevalier in Europa. Seit den 1980er-Jahren nutzt der Künstler den Computer als kreatives Medium und setzt dafür neue Technologien ein – bis hin zu Künstlicher Intelligenz (KI). Sein Werk steht zugleich im kontinuierlichen Dialog mit der Kunst- und Kulturgeschichte. Auch wenn es im Digitalen wurzelt, bleibt die sinnliche Erfahrung im realen Raum ein unverzichtbarer Bestandteil von Miguel Chevaliers Arbeit.</p> <p>Treffen: 10:15 Uhr vor der Garderobe. Beginn der Führung (90 Minuten) um 10:30 Uhr.</p> <p>Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 €, zzgl. Eintritt ermäßigt 14,00 €, Zuschuss für Mitfrauen 4,00 €. Die Kosten für die Führung übernimmt der Verein.</p> <p>Im Anschluss können wir in dem hauseigenen Bistro etwas essen/trinken. Bitte vorher Bescheid sagen, am Samstagmittag wird es voll werden. Alternativ gerne in den Pfälzer Weinstuben, auch dort wäre Reservierung erforderlich.</p> <p>Anmeldung bei Gabriele Glässing: gglässing@gmx.de</p>

Februar

<p>Sonntag, 01.02.2026 13:45 Uhr</p> 	<p>Future Horizons Glas in der zeitgenössischen Kunst Ausstellungsführung (ca. 60 Minuten) Alexander Tutsek-Stiftung, Georg-Muche-Str. 4 (Tram 23: Haltestelle Domagkstraße, Gehzeit von dort ca. 6 Min.)</p> <p>Die Alexander Tutsek-Stiftung zeigt zur Feier ihres 25-jährigen Bestehens aus ihrer Sammlung Skulpturen und Installationen von rund 50 internationalen Künstler*innen. Allen Werken gemeinsam ist das in der Kunst eher selten verwendetes Material: Glas. Es entfaltet seine spezifische Wirkung durch Licht und Farbe, durch Haptik und technische Raffinesse. Die Exponate führen die unterschiedlichsten künstlerischen Praktiken des Arbeitens mit Glas vor Augen und zeigen zudem in die Zukunft weisende Entwicklungen der Verbindung von Glas mit z. B. Fotografie, Video, Performance sowie künstlicher Intelligenz.</p> <p>Treffen: 13:45 Uhr vor dem Gebäude Georg-Muche-Str. 4. Anschließend gibt es Kaffee und Kuchen im Domagkpark.</p> <p>Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 € Anmeldung bis 17.1.2026 bei Dagmar Lieber: dagmar-lieber@web.de</p>
<p>Mittwoch, 04.02.2026 20:00 Uhr</p> 	<p>"Gitanes Blondes" Prinzregententheater, Prinzregentenplatz 12</p> <p>25 Jahre Balkanbeat-Kosmopoliten. Musikalische Geschichten aus aller Welt von Balkan-Klängen und Irish Folk über Klezmer bis zu südamerikanischen Rhythmen.</p> <p>Karten zu 34,50/40,00/45,50 bis 62,00 €. Zuschuss vom Verein für Mitfrauen.</p> <p>Anmeldung umgehend bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124. Siehe Hinweis unten</p>
<p>Faschingsdienstag, 17.02.2026 19:19 Uhr</p> 	<p>Faschingskonzert Musikhochschule, Arcisstraße 12</p> <p>Wie jedes Jahr wieder das beliebte Faschingskonzert, immer anders, aber immer gut.</p> <p>Karten zu 40,00/35,00/25,00 €, Zuschuss vom Verein für Mitfrauen.</p> <p>Anmeldung umgehend bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124. Siehe Hinweis unten</p>

**Donnerstag,
26.02.2026**
19:00 Uhr
Reihe FrauenLeben



Ruth Bader Ginsburg – Ein Leben für die Gerechtigkeit
Dokumentarfilm (2018)
Gemeinschaftsraum GG41

Ruth Bader Ginsburg hat die Welt für amerikanische Frauen verändert. Die bei der Entstehung des Films 85-jährige Richterin stellte ihr Lebenswerk in den Dienst der Gleichberechtigung und derjenigen, die bereit sind, dafür zu kämpfen. 1993 wurde sie als zweite Frau an den Supreme Court der USA berufen und hielt dort eisern die Stellung. Die beiden Regisseurinnen Betsy West und Julie Cohen zeigen in "RBG - Ein Leben für die Gerechtigkeit" den außergewöhnlichen Aufstieg der unnachgiebigen Kämpferin, die 2020 verstorben ist.

Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 €
Anmeldung bei Susanne Koch: dr.susanne.koch@gmx.de

März

**Mittwoch,
11.03.2026**
18:00 Uhr
Reihe FrauenLeben



Alltag indischer Frauen
Fotovortrag von Bettina Lindenberg, Gemeinschaftsraum GG41

Auf ihrer Reise nach Nordindien im Sommer 2024 richtet Bettina Lindenberg, Grafikerin und Fotografin aus München, den Fokus auf das Leben der Frauen. Mehrere Wochen arbeitet sie im Saheli Trust-Frauenprojekt in Dehradun, Uttarakhand, mit und erhält Einblicke in verschiedene Frauenleben zwischen Armut und Selbstbestimmung (www.sahelitrust.org).

Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 €

Anmeldung bei Margit Fellermair: margitmuc@web.de

**Sonntag,
15.03.2026**
11:00 Uhr



"Frühlingsmatinee" der Heinz-Bosl-Stiftung
Prinzregententheater, Prinzregentenplatz 12

Ein Einblick in das Können unserer jungen Nachwuchs-Tänzerinnen und -Tänzer.

Karten zu 45,00/40,00/33,00 €; Zuschuss vom Verein für Mitfrauen.

Anmeldung umgehend Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de
oder mobil: 0178/4885124.
Siehe Hinweis unten

Dienstag,
17.03.2026

16:15 Uhr



Ohel-Jakob-Synagoge - Führung

Die Ohel-Jakob-Synagoge (Zelt Jakobs), eröffnet am 9. November 2006, ist die neue Hauptsynagoge der Israelitischen Kultusgemeinde München und Obb. Sie ist ein Meisterwerk zeitgenössischer (Sakral-)Architektur und gehört zu den eindrucksvollsten Synagogen-Neubauten in Europa. Frau Ellen Presser, Leiterin des Kulturzentrums der Israelitischen Kultusgemeinde, die uns schon den Alten Israelitischen Friedhof gezeigt hat, wird uns im Rahmen einer ca. 1-stündigen Führung eine Einführung in die Geschichte der jüdischen Gemeinde in München, in die Architektur der Synagoge sowie in den Ablauf eines Gottesdienstes geben.

BITTE BEACHTEN:

Bitte **amtl. Lichtbildausweis** mitbringen.

Weiter wird um - dem sakralen Charakter der Synagoge angemessene - Kleidung gebeten.

Treffen (pünktlich!) um 16:15 Uhr **vor** dem Eingang des Jüdischen Gemeindezentrums am St.-Jakobs-Platz 18.

Es findet eine **Sicherheitskontrolle** statt – kleine Taschen sparen Zeit.

Während der Führung darf zu nichtkommerziellen, privaten Zwecken fotografiert werden.

Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 €.

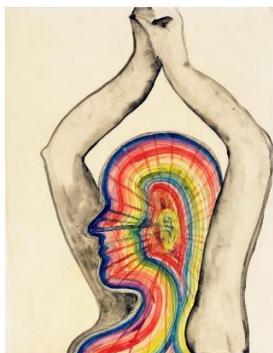
Anschließend gehen wir ins NASH im Stadtmuseum
<https://www.nashmuc.com/>

Anmeldung bis 17.2.2026 bei Dagmar Lieber: dagmar-lieber@web.de

April

<p>Samstag, 11.04.2026 13:50 Uhr</p> 	<p>Nordic Walking im Englischen Garten Einführung in die Technik mit Vera Bach</p> <p>Nordic Walking ist ein fitnessorientiertes Ganzkörpertraining. Die Gelenke werden durch den Stockeinsatz entlastet, Verspannungen der Muskeln im Nackenbereich können sich bei gut ausgeführter Walkingtechnik lösen. Die Belastung kann individuell gesteuert werden, daher ist Nordic Walking für alle Alters- und Leistungsklassen geeignet.</p> <p>Bitte mitbringen: Spezialstöcke für Nordic Walking, Sportschuhe und witterfeste Kleidung. Solltet Ihr keine Stöcke haben, dies bitte bereits bei der Anmeldung sagen! Wir bringen dann entsprechendes Equipment mit.</p> <p>Treffen: 13:50 Uhr an der U-Bahn Alte Heide – Ausgang Domagkstraße Start zum Englischen Garten um 14:00 Uhr. Dauer ca. 2 Stunden. Anschließend Einkehr geplant.</p> <p>Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 €</p> <p>Anmeldung bei Vera Bach: vera.bach@gmx.de</p>
<p>Sonntag, 12.04.2026 12:15 Uhr</p> 	<p>ESO-Supernova Planetarium Film und Ausstellungsführung Karl-Schwarzschild-Str. 2 in Garching (von der U-Bahnstation U6 Garching Forschungszentrum ca. 5 min Gehweg; MVV Zone M-2)</p> <p>Um 12:30 Uhr starten wir mit dem Film: „Planeten – Expedition ins Sonnensystem“, der uns zu unseren bekannten Planeten und zu kosmischen Nachbarn in weiter Ferne mitnimmt. (ca. 50 min).</p> <p>Im Anschluss ca. 1-stündige Führung durch die Dauerausstellung. Anschließend Einkehr im Cafe Münchener Freiheit geplant.</p> <p>Treffen um 12:15 Uhr vor dem Kinosaal des Planetariums. Teilnahmebeitrag: - für den Film: 6,50 € - für die Führung: Mitfrauen frei, Andere € 3,00 €</p> <p>Anmeldung bis 01.04.2026 bei Margit Fellermair: margitmuc@web.de</p>

**Freitag,
17.04.2026**
16:15 Uhr
Reihe FrauenLeben



**Ausstellung „Soy Energía“ der
chilenischen Künstlerin Sandra Vásquez de la Horra**
Führung Haus der Kunst, Prinzregentenstraße 1

„Soy Energía“ - „Ich bin Energie“ - ist die erste Überblicksausstellung der Künstlerin in Europa. Ausgehend von der Multiperspektivität ihres Werks lädt sie zu einer Begegnung mit dem spirituellen, Mensch und Natur versöhnenden Kosmos der Künstlerin ein und würdigt ihr Engagement für Selbstbestimmung, Frauen- und Menschenrechte.

Treffen: 16:15 an der Kasse.

Die Führung beginnt um 16:30 Uhr und dauert eine Stunde.

Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 € zzgl. Eintritt 11,00 € / 8,00 €. Die Führung übernimmt der Verein.

Im Anschluss planen wir in die „Goldene Bar“ im Haus der Kunst zu gehen.

Anmeldung bei Susanne Koch: dr.susanne.koch@gmx.de

**Sonntag,
19.04.2026**
9:45 Uhr



**Frühjahrswanderung bei Feldolling
mit Claudia Rappold**

Wir gehen den Gnadenleite-Waldweg.

Ca. 11 km, 130 HM, Dauer: ca. 2,5 bis 3 Stunden, Rundweg.

Treffen: 9:45 Uhr vor Gleis 33 (Holzkirchner Bahnhof)

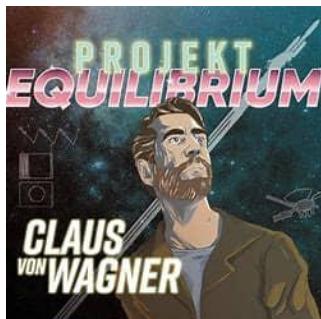
Abfahrt 10:02 Uhr RB55 Richtung Holzkirchen.

Einkehr geplant. Rückkunft ca. 17/18 Uhr

Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 6,00 €.

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

**Freitag,
24.04.2026**
20:00 Uhr



**Claus von Wagner „Equilibrium“
Kabarett, Circus Krone, Marsstr. 43**

Claus von Wagner (im Fernsehen regelmäßig in der "Anstalt" zu sehen), ist blitzgescheit, vom Inhalt seines Kabaretts und der Gestaltung her einfach umwerfend und sehr genau in der Polit-Recherche.

Karten zu 44,00, 41,00 und 29,00 € (ich würde aber einen guten Platz nahelegen), Zuschuss vom Verein für Mitfrauen.

Anmeldung umgehend bei Doris Stegmann dorisstegmann@gmx.de oder mobil: 0178/4885124.

Siehe Hinweis unten

**Samstag,
25.04.2026**

9:45 Uhr



43. Weibamarkt in Bad Aibling

Ein besonderer Markt mit viel Kunsthandwerk, Hausgemachtem, Originellem und vielen interessanten Vorträgen zu verschiedenen Themen.

Treffen: 9:45 Uhr vor Gleis 33 (Holzkirchner Bahnhof)
10:02 Uhr Abfahrt mit RB55 Richtung Schliersee;
Umstieg in Holzkirchen nach Bad Aibling (Richtung Rosenheim).

Teilnahmebeitrag: Mitfrauen frei, Andere 3,00 €

Anmeldung bei Vera Bach: vera.bach@gmx.de

Interessante Links:

<http://www.die-barke.de> Bestattung und Begleitung in Frauenhänden, mobil & bundesweit

www.lydiagastroph.de Bestattungen und Begräbniskunst

<https://www.dghs.de/> Selbstbestimmung am Lebensende

<https://www.varuna-steinkunst.de/html/varuna.html> Bildhauerin

<https://www.varuna-steinkunst.de/html/links.html> div. links zu verschiedenen Themen

<https://frau-kunst-politik.de/> Events zu diversen Themen

<https://www.kofra.de> Kommunikationszentrum für Frauen zur Arbeits- und Lebenssituation

Wichtiger Hinweis für die Anmeldungen bei Doris Stegmann

Anmeldung umgehend heißt: innerhalb von zwei Tagen nach Erhalt des Info-Briefes, da wahrscheinlich erhöhte Nachfrage besteht und eine Kartenreservierung später vielleicht nicht mehr möglich ist.
Bitte immer eine **Lesebestätigung** anfordern. Ich kann auch einmal einen Kartenwunsch übersehen.
Ich schicke die Lesebestätigung bis spätestens zwei Tage nach Erhalt an die Interessentin. Sollte ich keine Lesebestätigung bekommen, frage ich nach.

Bitte selbst die Termine eintragen. Ich habe immer wieder Nachfragen und das ist manchmal etwas nervig.

Sobald ich die Karten reserviert habe, teile ich dies den Interessentinnen mit und bitte um Überweisung auf mein Konto.

Vorankündigungen ab Mai 2026

Sa, 09.05.2026	Konzert des MOC: Schumann – Das Paradies und die Peri
Fr, 15.05.2026	Führung durch das Hauptzollamt
So, 17.05.2026	Naturführung Eva Schneider
So, 22.11.2026	Konzert des MOC: Rossini – Stabat Mater & Fauré: Pavane

Änderungen vorbehalten

Redaktion und Layout des Infobriefs:

Margit Fellermair, Gabriele Glässing, Susanne Koch, Dagmar Lieber, Sophie Ballestrem

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 Andere 3,00 €, 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.