



**kommunikationszentrum
für frauen zur arbeits-
und lebenssituation e. v.**

programm

Juli bis Dezember 2017

Baaderstr. 30, 80469 München
Telefon: 20 10 450, Fax: 20 22 747
kofra-muenchen@mnet-online.de
www.kofra.de

geöffnet: montags bis donnerstags
von 16 bis 22 Uhr
freitags von 14 bis 18 Uhr



gefördert durch die LH München, Sozialreferat

Liebe Frauen,

wir haben für euch wieder ein vielfältiges Programm zusammengestellt. Zu unserem Schwerpunkt **Stop Sexkauf!** machen wir **mit schockierenden Aussagen von Freiern aus Freierforen** die Gewalt in der Prostitution sichtbar, die Aussteigerin **Huschke Mau** liest originale Einträge. Ein neuer Weg zu diesem Thema ist es, auf einer Fachtagung mit **Frauen und Männern im politischen Bereich** über Erfahrungen und Unterstützungsbedarf zu sprechen, wenn sie sich gegen Prostitution einsetzen. Ein ungewöhnlicher Beitrag kommt von **Arezu Akhlaqi** aus dem Iran mit einer Film-Dokumentation über die **Verfolgung der HAZARA-Frauen**. Endlich haben wir wieder einen Workshop in **Selbstverteidigung und Selbstbehauptung** mit **Irmi Deschler** von Wildwasser. Und wir freuen uns auf die „**Störenfriedas**“, die tolle feministische Kommentare zu aktuellen Ereignissen auf ihrem blog im Netz schreiben. Spannende Vorträge und Buchvorstellungen erwarten wir von **Heidi Stopper** mit „**Blondinen im Management**“, **Christine Lammel** mit „**Die Superweiber der Steinzeit**“ sowie der **Journalistin Ann-Kathrin Eckardt** mit ihren Erfahrungen in der **Flüchtlingshilfe**. Erstmals beginnen wir eine Gesprächsserie mit interessanten Frauen dieser Stadt über ihre frauenpolitischen Erfahrungen: die **Gleichstellungsbeauftragte der LH München Nicole Lassal** und die **Frauenbeauftragte der Münchner Universität LMU Dr. Margit Weber**.

Tolle **Filme** haben wir wieder gefunden: **Befreier und Befreite** über Vergewaltigungen im 2. Weltkrieg von **Helke Sander**, „**Hidden Figures**“ über **Frauen in der Raumforschung, MALALA** und ihren Kampf um Bildung für Mädchen, „**und alle haben geschwiegen**“ über Gewalt gegen Heimkinder in Deutschland, „**Ende der Geduld**“ über die Berliner Richterinnen **Kirsten Heisig** und noch mal der Film über **Gerda Lerner**.

Workshops zu **Bewerbung, E-Team**, Handeln bei **Herzinfarkt** und ein Vortrag über Handlungsmöglichkeiten bei **Langzeiterkrankung** runden Programm ab.

Sehen wir uns zum **35. Kofra-Geburtstag?**

Wir freuen uns über eurer Interesse und euren Besuch!

Eure Kofras

► ... während unserer Öffnungszeiten kann frau im Internet surfen, in unserer Bibliothek schmökern, Bücher ausleihen, Zeitschriften von EMMA bis L.mag oder Streit lesen, sich zu Cappuccino oder Bier treffen ...

Programmübersicht 2/2017

Juli

12. 7. 19.30h:

„**Die Suffragette - Taten statt Worte**“ (2015), **Film über die erste Frauenbewegung** im Jahre 1903

19. 07. 19.30h: „**INTERVIEWS MIT HAZARA-FRAUEN AUF DER FLUCHT**“ (auf Farsi mit deutschen Untertiteln), **Film von Arezu Akhlaqi**, sie ist anwesend

27. 7. 19.30h: „**Langzeiterkrankung – was nun? Worauf muss ich achten? Was passiert mit meinem Arbeitsverhältnis? Welche sozialrechtlichen Folgen kommen auf mich zu?**“ Vortrag/Diskussion mit **RAin Sandra Rosar**, Ukb 4 €

September

13.9. 19.30h: „**Das Ende der Geduld**“, **Film** über die mutige Berliner Jugendrichterin Kirsten Heisig, mit der Schauspielerin Martina Gedeck.

19.9. 19.30h: „**Flucht und Segen. Die ehrliche Bilanz meiner Flüchtlingshilfe**“, Vortrag/Lesung der Journalistin **Ann-Kathrin Eckardt**, Ukb 4€

22.9. um 18.00h: **Gespräch mit Nicole Lassal**, Gleichstellungsbeauftragte der LH München.

28.9. um 19.00h: **Malala – das Recht auf Bildung, Dokumentarfilm** von 2015, Ukb 3 Euro

Oktober

5.10. um 19.30h: „**Hidden Figures**“. **Film über Wissenschaftlerinnen in der Raumfahrt**

9.10. 19.30-21.30h: **Erfolgsteam. Schritt für Schritt zum Ziel**. Ukb 30/20€ für 6 Abende

11.10. um 19.30h: **Blondinen im Management: Was wir von Frauen im Management lernen können**, Vortrag/Lesung von **Heidi Stopper**, Ukb 4€

17.10. um 18.00 - 22.00h: **Zeit für Bewerbung! Bewerbungstraining in der Gruppe**. Workshop mit Helena Auer, Ukb 20€

25.10. um 19.30h: „**Die Superweiber der Steinzeit**, Teil 1 einer Geschichte der weiblichen Körperlichkeit“. Vortrag/Lesung von **Christine Lammel**, Ukb 4€

30.10. 18 - 22h: **Herzinfarkt: Wie helfen? Wie richtig verhalten? Wie erkennen?** Workshop mit **Charlotte Dempfle**, Ukb 5€

November

4./5.11. jeweils 10.00-17.00h: **Selbstverteidigung und Selbstbehauptung**. Wochenendkurs mit **Irmis Deschler**. Ukb 60€

9.11. um 19.00h: **Die Störenfriedas – Feminismus, der mehr fordert, als „ein Stück vom Kuchen“, Vortrag?** Ukb 4€

15.11. um 19.30h: „**Und alle haben geschwiegen**“. **Film zum Skandal der Gewalt gegen Heimkinder**, mit Senta Berger.

21. /22.11. jeweils 19.30h: **BEFREIER UND BEFREITE. KRIEG — VERGEWALTIGUNGEN — KINDER. TEIL 1+2**, Dokumentarfilm, Regie: Helke Sander, Ukb 2€

26.11. um 18.00h: **Der 35. Kofra-Geburtstag!**
28.11. um 19.00h im Eine-Welt-Haus: **Die Wahrheit über Freier. Selbstzeugnisse in Freierforen. Die Aussteigerin Huschke Mau liest aus Einträgen in diesen Foren**. Ukb 7€

30.11 um 19.30h: **Gespräch mit Dr. Margit Weber**, **Frauenbeauftragte der LMU München**

Dezember:

2.12. 9.00 bis 17.00h: **Der schwere politische Weg gegen Prostitution. Fachtagung** mit VertreterInnen verschiedener politischer Positionen, die für ein Ende der Prostitution einstehen. Ort: Ev. Stadtakademie, Herzog-Wilhelmstraße 24, Ukb 20€

9.12. von 14.00-18.00h: **Bogenschießen** mit **Micky Wennsatz**. Ukb 25€

14.12. 19.30h: **Warum Frauen Berge besteigen sollten. Film über das Leben und Werk von Gerda Lerner**, Ukb 2€.

Beratungen und Kosten

◆ Beratungen zur Arbeits- und Lebenssituation

Termine nach telefonischer Vereinbarung.

Bei den Beratungen zur Arbeits- und Lebenssituation ist der Unkostenbeitrag 5 € (für Erwerbslose, Studentinnen, Rentnerinnen etc. mit Berechtigungsausweis 3 €).

◆ Beratung zu ALGII und verwandten Themen:

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat zwischen 18.00 und 19.30 Uhr nach telefonischer Anmeldung, Schutzgebühr 15 €.

Kosten: Bei allen Veranstaltungen ist der zweite Preis im Inhaltsverzeichnis für Erwerbslose, Studentinnen, Rentnerinnen etc. mit Berechtigungsausweis.

Anmeldungs- und Zahlungsmodalitäten für Kurse:

Nach Kontaktaufnahme per Telefon (20 10 450) oder email ist die Anmeldung nach erfolgter Überweisung der Kursgebühr bzw. Schutzgebühr für Rechtsberatung auf unser **Kofra-Konto** Nr. 7805500 bei der Sozialbank, BLZ 700 205 00,

IBAN: DE28700205000007805500

BIC: BFSWDE33MUE

verbindlich.

Bei kurzfristigen Abmeldungen (später als 2 Tage vorher) oder Nichterscheinen wird die vollständige Kursgebühr berechnet, wenn der Platz nicht aus der Warteliste besetzt werden kann.

⇒ Unsere Räumlichkeiten sind rollstuhlgerecht ausgebaut. Bei Bedarf wird eine Rampe am Eingang aufgestellt

Beratungen zur Arbeits- und Lebenssituation

Wir Kofra-Frauen beraten und begleiten Frauen in persönlichen und beruflichen Fragen. Wir unterstützen dabei, die jeweilige Situation zu klären und Entscheidungen zu treffen. Gemeinsam entwickeln wir Perspektiven und Handlungsschritte.

Unser Angebot umfasst die vertrauliche Beratung zu folgenden Themen:

- Umgang mit Arbeitslosigkeit, Bewerbungsstrategien, Bewerbungsunterlagen, Zeugnisanalyse/Zeugnisberatung und Vorstellungsgespräche
- Berufliche Neu- und Umorientierung
- Probleme am Arbeitsplatz, z.B. Konflikte, Mobbing, Diskriminierung
- Arbeitslosengeld I und II
- Arbeitsrecht und Kündigungsschutz
- Krisensituationen
- Strukturierungshilfe

Auch in persönlichen Fragen beraten wir z.B. bei:

- Psychosozialen Problemlagen
- Krisensituationen
- Gewalterfahrungen

Wir stellen Informationen zur Verfügung, ausgehend von der konkreten Arbeits- und Lebenssituation der Frau und verweisen auch an kompetente Stellen weiter. Wir unterstützen bei der Umsetzung der jeweiligen Wünsche und Pläne. Die Beratungen sind vertraulich und finden mit oder ohne Terminvereinbarung statt. Für erwerbslose Frauen sind sie kostenfrei, für erwerbstätige Frauen fällt ein Kostenbeitrag von 5 € an.

Wir bitten um vorherige telefonische Terminvereinbarung

Montag, 12.7. um 19.30 Uhr

Die Suffragette- Taten statt Worte

2015 · Drama/Filmbiografie · 1h 46m

1903 gründete Emmeline Pankhurst in Großbritannien die „Women's Social and Political Union“, eine bürgerliche Frauenbewegung, die in den folgenden Jahren sowohl durch passiven Widerstand, als auch durch öffentliche Proteste bis hin zu Hungerstreiks auf sich aufmerksam machte. Neben dem Wahlrecht kämpften sie für die allgemeine Gleichstellung der Frau und für heute so selbstverständliche Dinge wie das Rauchen in der Öffentlichkeit. Die sogenannten „Suffragetten“ waren teilweise gezwungen in den Untergrund zu gehen und ein gefährliches Katz- und Mausspiel mit dem immer brutaler zugreifenden Staat zu führen. Es waren größtenteils Arbeiterfrauen, die festgestellt hatten, dass friedliche Proteste keinen Erfolg brachten. In ihrer Radikalisierung riskierten sie alles zu verlieren - ihre Jobs, ihr Heim, ihre Kinder und ihr Leben. Maud war eine dieser mutigen Frauen.

Mittwoch, 19. Juli um 19.30 Uhr

„Interviews mit Hazara- Frauen auf der Flucht“

(auf Farsi mit deutschen Untertiteln)

**Film und Diskussionsveranstaltung mit der
Filmemacherin
Arezu Akhlaqi**

Die Hazara verstehen sich als eine Volksgruppe, die in Afghanistan, Iran und Pakistan lebt. Die Regierungen dieser drei Länder bezeichnen die Hazara als kulturelle Minderheit und bauen darauf ihre systematische Diskriminierung auf. Dieser rassistische Zustand dauert seit 140 Jahren an und beschränkt sich nicht auf die Herkunftsländer.

Die Interviews sollen betroffenen Frauen die Möglichkeit geben, über ihre problematische Situation zu sprechen und diese so in eine größere Öffentlichkeit zu tragen

Arezu Akhlaqi ist selbst Betroffene und kämpft in Deutschland seit sechs Jahren als Aktivistin für die Rechte von Frauen und gegen jegliche Form von Diskriminierung. Sie ist aktiv im Bayerischen Flüchtlingsrat, der Hazara-Frauengruppe München, bei Hazara in Deutschland, im World Hazara Council, dem Belle Vue di Monaco, der Karawane München und im queer-feministischen Vernetzungstreffen München, und vielem mehr. Arezu war bereits Sprecherin in der Vortragsreihe zu Frauenspezifischen Fluchtgründen in Wien 2016 der antirassistischen Initiative für geflüchtete Frauen Wien.

Donnerstag, 27. Juli um 19.30 Uhr

„Langzeiterkrankung – was nun?“

Worauf muss ich achten? Was passiert mit meinem Arbeitsverhältnis? Welche sozialrechtlichen Folgen kommen auf mich zu?“

**Vortrag von Sandra Rosar, Rechtsanwältin
Diskussion/Fragen im Anschluss.**

In meiner Arbeit kann ich zunehmend feststellen, dass Arbeit, Lebensumstände etc. krank machen, manchmal langanhaltend bis dauerhaft. Die Zahl der Langzeitkranken in Deutschland steigt stetig. Und damit auch die Zahl der Menschen, die auf Lohnersatzleistungen angewiesen sind.

Während der Jahresdurchschnitt der Krankengeldbezieher im vergangenen Jahr bundesweit bei 1,08 Millionen Menschen lag, waren es im März 2015 bereits 1,28 Millionen. Wer plötzlich schwer krank wird, ist häufig mit der Situation überfordert. Damit es aber zusätzlich zur gesundheitlichen Krise nicht auch eine finanzielle wird, müssen sich kranke Arbeitnehmer um einige wichtige Formalien kümmern.

Im Wesentlichen werde ich auf folgende Fragen eingehen: Wie lange zahlt der Arbeitgeber Gehalt? Wie lange bekomme ich Krankengeld und was passiert danach? Wie können sich Selbstständige schützen? Kann man sich privat absichern? Was ist ein Wiedereingliederungsmanager und was ist ein innerbetriebliches Eingliederungsmanagement?

Mittwoch, 13. September um 19.30 Uhr

„Das Ende der Geduld“

**Film über die mutige Berliner
Jugendrichterin Kirsten Heisig, mit der
Schauspielerin Martina Gedeck**

Der Film beruht auf der wahren Geschichte der Jugendrichterin Kirsten Heisig. In ihrem Buch „Das Ende der Geduld“ erklärt sie das sogenannte „Neuköllner Modell“ und fordert eine ehrliche Debatte in der Bekämpfung von Jugendkriminalität. Eine Verschärfung der Gesetze lehnt sie strikt ab. Sie kämpft um eine bessere, schnellere und effektivere Arbeit bei Gericht, und die Presse feiert sie dafür.

Anstatt Kirsten Heisig zu unterstützen und zu fördern, wird sie von der Berliner Politik und den Behörden hingegen alles andere als positiv begleitet. Die Jugendrichterin geht bis an alle Grenzen und über diese hinweg - vor allem ihre eigenen. Es ist die Bedrohung von außen und von innen, der Kirsten Heisig am Ende wohl nicht mehr standhalten konnte. 2010, kurz nach Veröffentlichung ihres Buches, wurde sie tot aufgefunden.

Zitate von Kirsten Heisig:

„Mir wird innerlich kalt, wenn ich sehe, wie unglaublich roh, desinteressiert und mitleidlos mit Menschen umgegangen wird.“ „Ich kann doch jemanden pädagogisch viel besser erreichen, wenn drei Wochen zwischen Tat und Hauptverhandlung liegen, als wenn es sechs Monate sind.“

Dienstag, 19. September um 19.30 Uhr

**„Flucht und Segen.
Die ehrliche Bilanz meiner
Flüchtlingshilfe“**

Vortrag/Lesung von Ann-Kathrin Eckardt

Ein Jahr nach den Willkommensszenen und dem Merkel'schen Glaubensbekenntnis „Wir schaffen das“ stellt sich die Frage, wie wir das alltägliche Zusammenleben mit den Flüchtlingen bewerkstelligen können. Wie die unterschiedlichsten Mentalitäten mit der unseren zu vereinen sind und wie die vielen Menschen nicht nur ein Leben in Frieden und Freiheit bei uns finden, sondern auch ein Obdach und Arbeit. Ann-Kathrin Eckardt, Redakteurin bei der Süddeutschen Zeitung, hat vor einigen Jahren eine Patenschaft für zwei Familien aus dem Irak übernommen. Sie zieht in ihrem Buch ehrlich und schonungslos Bilanz. Sie sagt: „Die Diskussion um die Schwierigkeiten bei der Integration wurden bisher nicht laut genug öffentlich geführt - auch unter HelferInnen. Erst später, als ich interkulturelle Seminare belegt habe, bin ich mir darüber bewusst geworden: vielleicht muss ich auch erst dem Mann einen Job suchen und dann der Frau, weil das einfach kulturell nicht geht, wenn erst die Frau einen hat“.

Freitag, 22. September um 18.00 Uhr

**Ein Gespräch mit
Nicole Lassal
Gleichstellungsbeauftragte der LH München**

Seit dem 1. Oktober 2015 ist **Nicole Lassal** bei der Stadt München Gleichstellungsbeauftragte und Leiterin der Gleichstellungsstelle für Frauen. Wir hatten bisher wenig Gelegenheit, sie kennenzulernen und mit ihr ins Gespräch zu kommen, um mögliche Zusammenarbeit ins Auge zu fassen. Daher haben wir sie eingeladen, einen Dialog zu starten.

Nicole Lassal studierte Politikwissenschaft und war 19 Jahre lang Geschäftsführerin der LAG SELBSTHILFE Bayern e.V.. Im Fokus stand für sie damals die spezifische Situation von Frauen mit Behinderung, chronischer Erkrankung oder als Angehörige von Menschen mit Behinderung.

Die letzten zwei Jahre bis 2015 leitete sie ein Projekt zur Gleichstellung und Gewaltprävention von Frauen mit geistigen Behinderungen, das bayernweit Schulungen für Frauen mit Behinderungen zu Frauenbeauftragten in Einrichtungen der Behindertenhilfe durchführt. „Aus der Selbsthilfebewegung kommend ist es mir wichtig, einen differenzierten Blick auf mehrdimensionale Diskriminierungen und daraus resultierende Benachteiligungen von Frauen zu werfen“.

Wir freuen uns auf diese Begegnung!

**In Kooperation mit AUFF – dem Autonomem
Feministischen Forum**

Donnerstag, 28. September um 19.00 Uhr

Malala – das Recht auf Bildung

Dokumentarfilm von 2015

Diese Veranstaltung ist eine Einladung an Flüchtlingsfrauen, gemeinsam mit uns den Film zu sehen und die Situation für Frauen in den verschiedenen Herkunftsländern zu besprechen.

„**He Named Me Malala**“ heißt der Dokumentarfilm über Malala Yousafzai, die pakistanische Kinderrechtsaktivistin und Nobelpreisträgerin. 2012 war sie in ihrem Schulbus von einem Schuss in den Kopf schwer verletzt worden. Die damals 15Jährige geriet zusammen mit ihrem Vater in den Fokus der Taliban, weil sie sich für das Recht auf Bildung von Mädchen einsetzten. Das Attentat entfachte einen weltweiten Aufschrei der Empörung. Sie wurde in eine Klinik in England ausgeflogen und hat auf wundersame Weise überlebt.

Heute ist Malala als Mitgründerin des The Malala Fund eine global agierende Aktivistin für das Recht von Mädchen auf Bildung. Die junge Frau tritt nach wie vor dafür ein, Mädchen den öffentlichen Zugang zu Bildung zu ermöglichen.

Donnerstag, 5. Oktober um 19.30 Uhr

„Hidden Figures“, Film über Wissenschaftlerinnen in der Raumfahrt

Anfang der 60er Jahre sorgte eine Frauen-Quote dafür, dass drei schwarze Mathematikerinnen bei der Weltraumbehörde arbeiteten. Noch war die Rassendiskriminierung offiziell festgeschrieben: Extra-Eingänge für „Colored“, im Bus nur die hinteren Plätze, Extra-Toiletten etc.. Es war der Höhepunkt des Kalten Krieges. Das Selbstbewusstsein und die Ehre der amerikanischen Nation standen auf dem Spiel. Denn schließlich hatten die Russen nicht nur einen Hund, sondern 1961 auch schon einen Mann, Juri Alexejewitsch Gagarin, ins All geschickt. Die drei afroamerikanischen Mathematikerinnen trugen entscheidend dazu bei, dass im Mai 1962 der erste Amerikaner ins Weltall flog.

Die „hidden figures“ sind 3 schwarze, hochbegabte Frauen: Katherine Johnson, die Mathematikerin, war so begabt, dass sie bereits mit 15 auf die Universität ging. Auch Dorothy Vaughn war ein Wunderkind und schloss schon mit 19 ihr Studium in Physik und Mathematik ab. Gegen alle Barrieren wurde sie Leiterin des Computer-Bereichs der NASA. Und Mary Jackson wurde die erste Raumfahrtingenieurin bei der NASA, ein zentrales NASA-Gebäude trägt heute ihren Namen.

Montag, 9. Oktober 19.30-21.30 Uhr

Erfolgsteam **Schritt für Schritt zum Ziel**

Ein Erfolgsteam ist eine kleine Gruppe von Frauen, die sich beim Erreichen ihrer Ziele begleiten. Regelmäßig alle 14 Tage treffen sich 6-8 Frauen über einen festgelegten Zeitraum, um sich gegenseitig zu unterstützen. Dabei steht die Umsetzung des eigenen Ziels, getragen durch die Bestätigung der Gruppe, im Vordergrund. Das Team gibt dabei der Einzelnen Anregungen auf ihrem Weg.

Wir gehen davon aus, dass jede über die notwendigen Fähigkeiten und Kräfte verfügt, die eigenen Ziele und Wünsche im Leben zu verwirklichen. Das Erfolgsteam unterstützt und begleitet auch in schwierigen Phasen, in denen frau manchmal allein aufgeben würde. Persönliche und berufliche Erfahrungen werden geteilt, so dass sie hilfreich für alle sein können. Im Erfolgsteam splitten wir Hauptziele in Teilziele auf und arbeiten so mit konkreten, überprüfbaren selbstgesetzten Vorgaben. So können auch längerfristige Ziele umgesetzt werden. Dabei ist unsere Arbeitsweise ziel- und lösungsorientiert und unsere Gesprächsführung klar strukturiert.

Um an einem Erfolgsteam teilzunehmen, sind Freude an der Arbeit in der Gruppe und das Vertrauen, ein Ziel mit Hilfe einer Gruppe umzusetzen, sowie eine persönliche Zielsetzung.

Anmeldung bis zum 29.9.2017. 6 Abende. Weitere Termine: **23.10./6.11./20.11./ 11.12./ 18.12.**

Workshop mit **Helena Auer**, Soziologin, Kofra-Mitarbeiterin

Mittwoch, 11. Oktober um 19.30 Uhr

Blondinen im Management **Was wir von Frauen im** **Management lernen** **Vortrag/Lesung von Heidi Stopper**

Blondinen im Management beglücken, faszinieren, verwirren. In diesem Buch geht es um die tatsächliche Auseinandersetzung mit erfolgreichen Frauen und ihrer beruflichen Situation. Es werden kuriose, ungewöhnliche und komische Begebenheiten erzählt, mit dem Blick in die Welt von Frauen, verbunden mit Macht und Karriere. 33 Anekdoten schildern, was den Autorinnen von Aufsichtsrätinnen, Vorständinnen, Geschäftsführerinnen, Unternehmerinnen und Führungskräften aller hierarchischer Ebenen in Interviews und Gesprächen berichtet wurde.

„Blondinen im Management“ vermittelt unverblümt gesetzte Probleme und Geschehen, aber auch Erfolge und große Momente von ganz unterschiedlichen und faszinierenden Frauen.

Heidi Stopper hat viele Jahre als Führungskraft und Vorstand im Personalbereich gearbeitet, zuletzt als Vorstand im MDAX. Coaching und Beratung von Führungskräften aller Ebenen und besonders des Topmanagements. Langjährige Konzernenerfahrung in unterschiedlichen Branchen. Kompetenzen im Coaching (FRAUEN Coaching) und Karrierecoaching (Institut für systemische Beratung Wiesloch).

Dienstag, 17. Oktober um 18.00 – 22.00 Uhr

Zeit für Bewerbung!

Bewerbungstraining in der Gruppe

Workshop mit Helena Auer

Willst du dich bewerben und weißt nicht, wie du anfangen sollst? Sind deine Bewerbungsunterlagen auf dem aktuellen Stand? Willst du dich auf ein Vorstellungsgespräch vorbereiten und bist unsicher? Nervös?

In diesem Workshop möchten wir euch Anregungen geben, wie frau ihre Unterlagen optimieren kann. Wir werden versuchen, ein für eure Person und euer Profil passendes Layout zu finden. Nach der äußeren Form sprechen wir über den Inhalt von Anschreiben und Lebenslauf und weiteren Bestandteilen der Bewerbungsunterlagen, wie Deckblatt, Zeugnisse, etc., natürlich ist auch die richtige Wahl eines Portraitfotos entscheidend. Außerdem habt ihr die Möglichkeit, in einer kleinen Gruppe mit anderen Frauen, die sich in derselben Situation befinden, und in einer sicheren Umgebung, wo es egal ist, welche Frage wir stellen oder ob wir stottern oder rot werden, euch gegenseitig konkret zu unterstützen und gemeinsam ein Vorstellungsgespräch zu üben.

Eine gute Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch und überzeugende Bewerbungsunterlagen sind schon der halbe Weg zum Erfolg!

Um auf individuelle Bedarfe eingehen zu können, ist die Teilnehmerinnenzahl des Kurses auf 6 Frauen beschränkt. Eine Anmeldung ist bis zum 10.10. erforderlich.

Mittwoch, 25. Oktober um 19.30 Uhr

„Die Superweiber der Steinzeit.

Teil 1 einer Geschichte der weiblichen Körperlichkeit“

Vortrag/Lesung von Christine Lammel

Weibliche Körperlichkeit ist ein großes Thema in unserer Zeit und in unserer Gesellschaft. Der Körper einer Frau ist das Schlachtfeld auf dem sie um ihre Emanzipation kämpft. Indem man sie vergegenständlicht, sexualisiert, zum Opfer macht und verkrüppelt, wird sie durch ihren Körper unterdrückt. Ihre Körperlichkeit ist das Medium, mit dem andere arbeiten. Ihre Aufgabe besteht darin, ihren Körper anderen zu ihren Diensten anzubieten und die Behandlungen anzuwenden, die von diesen angeordnet sind. Frauen werden bis heute von Männern kolonisiert und kontrolliert.

Das Buch deckt die Anfänge dieses Prozesses in der Steinzeit auf und öffnet Frauen für den Ursprung der Unterdrückung in ihrer Körperlichkeit die Augen. Dieses Wissen versetzt Frauen in die Lage, ihren Körper selbstbewusster wahrzunehmen und gegen die Ansprüche anderer zu verteidigen. Sie gewinnen dadurch Selbstbestimmung und die Chance, ein glücklicheres Leben zu führen, das nicht von Männern dominiert wird.

Christine Lammel, geboren 1968 in Ulm an der Donau, Studium der Allgemeinen Rhetorik, Germanistik und Romanistik an den Universitäten Tübingen, Orléans und Wien. Seit Abschluss des Studiums ist die Autorin im Raum Blaustein als Pressereferentin, freie Journalistin und Redenschreiberin tätig.

Montag, 30. Oktober 18-21 Uhr

Herzinfarkt

**Wie helfen? Wie richtig verhalten?
Wie erkennen?**

Workshop mit Charlotte Dempfle

Zu wissen, wie wir uns verhalten können/sollten, wenn wir miterleben, dass eine Person einen Infarkt hat, kann Leben retten.

Nachdem wir im Kofra 2015 mit unserer Mitgründerin, Freundin und Kollegin Annette eine Frau verloren haben, die an einem Herzinfarkt gestorben ist – ohne dass wir je ahnten, dass sie gefährdet sein könnte – machen wir uns Gedanken darüber,

- welche Anzeichen es gibt, die einen Infarkt andeuten,
- welche Hilfsmöglichkeiten es gibt, auf erste Anzeichen zu reagieren, um dem Infarkt vorzubeugen
- was wir tun können, wenn wir erleben, dass eine Person einen Infarkt hat

Wir freuen uns, dass wir eine Referentin gefunden haben, die bereit ist, diesen Aspekt mit uns zu bearbeiten und uns Verhaltensmaßregeln zu vermitteln.

Charlotte Dempfle ist Rettungsassistentin und befindet sich in der Ausbildung zur Polizistin.

Samstag/Sonntag 4./5. November jeweils
10.00 - 17.00 Uhr

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung Wochenendkurs mit Irmis Deschler

In diesem Kurs können Frauen ihre Stärken entdecken, Strategien verbaler, nonverbaler und körperlicher Verteidigung erproben und so ihren ganz individuellen Weg finden, ihre Grenzen zu verteidigen. Wir üben in einem geschützten Raum unter Frauen, in dem jede so sein kann wie sie ist. Wir diskutieren über Gewaltstrukturen und ihre Auswirkung auf Frauen und werden auf jeden Fall auch viel Spaß haben.

Inhalte und Ziele:

- Auseinandersetzung mit Gewalt gegen Frauen und Täterstrategien
- Einfordern von Achtung und Respekt für sich selbst in jeder Lebenssituation
- Kennenlernen der eigenen Stärken und Fähigkeiten
- Beenden von alltäglichen Grenzverletzungen und Übergriffen mit geeigneten Mitteln der Selbstbehauptung (verbal und nonverbal)
- Körperliche Selbstverteidigung mit einfachen, aber effektiven Techniken (Sportlichkeit ist keine Voraussetzung!)
- Sicherheitstipps für den Alltag

Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung und Schuhe mit rutschfesten Sohlen. Mindestteilnehmerinnenzahl 8 höchstens 10 Frauen ab 15 Jahren.

Irmgard Deschler, Leitung von Wildwasser München e.V., Traumafachberaterin und Traumatherapeutin, seit 1993 Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainerin

Donnerstag, 9. November um 19 Uhr

Die Störenfriedas

Feminismus, der mehr fordert als ein Stück vom Kuchen

Die „Störenfriedas“ stellen ihren Blog und
ihr Buch vor

„Wir, die Störenfriedas, sind Frauen jeden Alters mit ganz unterschiedlichen Lebensgeschichten. Was uns eint, ist der Feminismus ...“ **diestoerenfriedas.de** gibt es seit 2014. Mütter, Lesben, Kapitalismus, Hochschulen, sexuelle Gewalt: Die Störenfriedas gehen laut in die Mitte feministischer Debatten.

Ihr Ziel ist mehr als Teilhabe, mehr als bessere Chancen auf Einfügung in bestehende Strukturen – es ist das ursprüngliche Ziel des Feminismus: Befreiung. Aus dem Blog entstand das Buch „Kein Stück von Eurem Kuchen“. Feministinnen schreiben zu den Themen, die uns auf den Nägeln brennen: Alltagssexismus, sexuelle Gewalt, Pornografie, Prostitution, Matrifokalität, Mütterrechte, Väterrechtsbewegung, Feminismus und Rassismus, Leihmutterchaft, Transaktivismus und Kopftuchkritik.

Die Störenfriedas stören. Sie sind sich durchaus nicht immer einig. Aber Frauen stehen konsequent im Mittelpunkt und ihre Grundfragen lauten: Wie sieht die Position von Frauen in der Gesellschaft aus? Wie wird sie geändert? Wir freuen uns auf die Störenfriedas und eine lebhaftige Diskussion.

In Kooperation mit AUFF, dem Autonomem Feministischen Forum

Mittwoch, 15. November um 19.30 Uhr

„Und alle haben geschwiegen“

Film zum Skandal der Gewalt gegen
Heimkinder, mit Senta Berger

Über 800.000 Mädchen und Jungen waren zwischen Kriegsende und 1975 in westdeutschen Heimen untergebracht. In den sechziger Jahren gab es etwa 3000 solcher Einrichtungen, zwei Drittel davon standen unter kirchlicher Leitung, ein Viertel war staatlich, der Rest privat organisiert. Etwa die Hälfte der Insassen konnte das Heim nach zwei bis vier Jahren wieder verlassen, der Rest blieb bis zur Volljährigkeit die gesamte Kindheit und Jugend lang.

Der SPIEGEL-Journalist **Peter Wensierski** beschreibt in seinem **Buch „Schläge im Namen des Herrn“**, erschienen 2006, aus der Perspektive der Opfer, wie es war, pädagogisch schlecht oder gar nicht ausgebildeten Erziehern und Aufsehern ausgeliefert zu sein, verprügelt zu werden für Ungehorsam oder schlicht aus Willkür, keine schulische Ausbildung zu bekommen, dafür Zwangsarbeit verrichten zu müssen, eingesperrt zu werden in "Besinnungsstübchen" genannte Kerkerzellen. Wensierski brachte den Petitionsausschuss des Deutschen Bundestags dazu, sich mit dem Schicksal der ehemaligen Heimkinder zu beschäftigen, im November 2008 erklärt dieser sein tiefes Bedauern über „erlittenes Unrecht und Leid, das Kindern und Jugendlichen in verschiedenen Kinder- und Erziehungsheimen in der alten Bundesrepublik in der Zeit zwischen 1945 und 1970 widerfahren ist“. Ein Runder Tisch wurde eingerichtet, seit 2012 gibt es einen Entschädigungsfonds für die Opfer.

Dienstag, 21. und Mittwoch, 22. November
jeweils 19.30 Uhr

BEFREIER UND BEFREITE

KRIEG, VERGEWALTIGUNGEN, KINDER. TEIL1+2

Dokumentarfilm (1990–92) von
Helke Sander.

Helke Sander ist 80 Jahre alt! Zu diesem Anlass wurde eine CD herausgegeben mit ihren wichtigsten Filmen.

Von ihren vielen Filmen zeigen wir einen der Berühmtesten, der nach dem gleichnamigen Buch von Helke Sander gedreht wurde.

Der Film ist das Ergebnis einer langjährigen wissenschaftlichen Recherche - unter Mitarbeit von Barbara Johr - über die Vergewaltigungen 1945 in Berlin mit Hinweisen auf andere deutsche Gebiete. Im ersten Teil sprechen Frauen über ihre Gewalterfahrungen und die Reaktionen ihrer Angehörigen. Der zweite Teil thematisiert die medizinischen, politischen und psychischen Auswirkungen.

**Im Rahmen der Münchner Aktionswochen
gegen Gewalt an Frauen**

Sonntag, 26. November um 18.00 Uhr

Der 35.

Kofra-Geburtstag!

Vor 35 Jahren haben wir KOFRA in der Baaderstraße eröffnet – unglaublich und viele von damals sind noch dabei und mit dem KOFRA älter geworden.

Wir laden alle Freundinnen und Förderinnen am Sonntag, dem 26. November um 18 Uhr ins KOFRA ein, um uns zu erinnern und uns zu freuen, dass es das Projekt immer noch gibt! Es braucht Kontinuitäten und Erinnerungen an die Zeit der Gründung von Frauenprojekten in München und bundesweit.

Und bei der Gelegenheit sagen wir DANKE an alle Frauen, die uns so lange unterstützen und allen die später dazugekommen sind und den nicht mehr so selbstverständlichen Frauenraum mit uns füllen und bewahren.

Nehmt euch die Zeit und feiert mit uns!

Dienstag, 28. November um 19.00 Uhr im Eine-Welt-Haus

Die Wahrheit über Freier Selbstzeugnisse in Freierforen

Die Aussteigerin **Huschke Mau** liest aus Einträgen in Freierforen, wie Freier stolz und ungehemmt beschreiben, was sie den Frauen angetan haben.

Um zu verstehen, was Freier wirklich tun und den Mythen über sie die Wirklichkeit entgegenzusetzen, geben die zahlreichen Freierforen reichlich Auskunft. Hier beschreiben sie genüsslich, wie sie die Frau „hergenommen“ haben, wie sie ihre Schmerzen und ihre Abwehr genießen, wie sie die Macht auskosten und missbrauchen, die sie für ein paar Euro über die Frau haben. Jede Aufklärung über Prostitution bleibt unvollständig und quasi harmlos, wenn sie diese krasse Realität ausspart. Die Frauen selbst sprechen kaum je über das, was sie ständig erleiden und begegnen dem mit Schmerzmitteln, Drogen, Alkohol und Verdrängung. Um so hemmungsloser breiten sich Freier in den Foren über das aus, was sie für ihr Recht halten, solange wir in Deutschland die Legalisierung der Prostitution, den unbegrenzten sexuellen Zugriff auf den Frauenkörper nicht aufgeben. Die Freierbestrafung für ihren menschenverachtenden Umgang mit den Frauen ist dringend geboten!

Eine Veranstaltung des Netzwerks Stop Sexkauf! für die Einführung der Freierbestrafung auch in Deutschland.

Im Rahmen der Münchner Aktionswochen gegen Gewalt an Frauen, in Kooperation mit AUFF, dem Autonomen Feministischen Forum

Donnerstag, 30. November um 19.30 Uhr

Gespräch Dr. Margit Weber, Frauenbeauftragte der Ludwig- Maximilians-Universität München

Im Oktober 2006 wurde Margit Weber zur Frauenbeauftragten der LMU gewählt und trat am 01.10.2014 ihre fünfte Amtszeit und Sprecherin der Landeskonferenz der Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten an. Sie berät alle Wissenschaftlerinnen und Studentinnen der LMU bei Gleichstellungs- und Genderfragen, Diskriminierungen und sexueller Belästigung im Wissenschaftsbetrieb, zu wissenschaftlicher Karriere, Vertragsverlängerungen bei Mutterschutz und Elternzeit, finanziellen Fördermöglichkeiten, Kinderbetreuung und Work-Life-Balance.

Ausgangspunkt unseres Gespräches im Kofra sollen zum einen ihre Erfahrungen nach der Herausgabe eines Flyers zu geschlechtergerechter Sprache – auch ein Arbeitsschwerpunkt von KOFRA - im Unibereich sein, aber uns interessiert natürlich auch sehr der Umgang der LMU mit sexueller Belästigung (meistens Professoren begangen an Studentinnen) und die frauenpolitischen Erfolge und Misserfolge insgesamt sowie Möglichkeiten der Kooperation.

In Kooperation mit AUFF – dem Autonomen Feministischen Forum

Samstag, 2. Dezember von 9.00 bis 17.00 Uhr

Der schwere politische Weg gegen Prostitution.

**Fachtagung III mit VertreterInnen
verschiedener politischer Positionen, die
für ein Ende der Prostitution eintreten.**

Die Legalisierung der Prostitution in Deutschland mit dem Gesetz von 2002 wurde von der Prostitutionslobby und Frauen der „Grünen“ seit den 80er Jahren vorbereitet. Im Hydra, dem ersten Projekt für prostituierte Frauen in Berlin, wurde eine einseitige Argumentationslinie der selbstbestimmten Hure entwickelt, für die lediglich gesellschaftliche Anerkennung geschaffen werden müsste. Prostitution sollte als Beruf anerkannt werden. Mit dem Gesetz von 2002 galt die Prostitution dann nicht mehr als „sittenwidrig“, sie wurde entstigmatisiert und entkriminalisiert, Beschränkungen für den Bordellbetrieb wurden aufgehoben, der Frauenhandel krimineller Organisationen blüht, die Preise fallen, die angebotenen, von Freiern verlangten Praktiken werden zunehmend brutaler. Frauen vor allem aus armen osteuropäischen Ländern werden von Geschäftemachern ins Land in die Prostitution gelockt mit verheerenden Folgen für die Frauen in diesen Ländern ebenso wie in der hiesigen Prostitution. Die Situation der Prostitution hat sich seit 2002 komplett verändert und es gab durch die Legalität der Prostitution keine rechtliche Handhabe mehr einzugreifen gegen Ausbeutung und Menschenrechtsverletzungen. Zu Niedrigpreisen kann Mann mit dem Frauen-

körper für Geld alles anstellen, es gab/gibt keine Grenzen mehr.

Inzwischen wächst Widerstand in der Zivilgesellschaft dagegen, die gesetzlich geschützte sexuelle Ausbeutung von Frauen und ihrer Körper weiter zu dulden. Andere Länder schoben dem einen Riegel vor mit der Bestrafung von Männern, die die Prostitution nachfragen: in Schweden, Norwegen, Irland, Frankreich, Kanada. In Deutschland ist die Bewegung, die Prostitution an sich als Gewalt gegen Frauen sieht und als das größte Hindernis zur gesellschaftlichen Gleichstellung von Frau und Mann noch jung, erhält ihre Unterstützung primär durch den international agierenden Abolitionismus.

PolitikerInnen erhalten keine Anerkennung, wenn sie sich gegen Prostitution einsetzen, nur vereinzelt wagen sie es, sich mit abolitionistischen Gruppen zu verbünden. Die Prostitutionslobby der Profiteure macht enormen Druck, so dass nur kleine Schritte möglich sind, das Prostitutionsgeschäft zumindest zu erschweren wie es aktuell mit dem neuen Gesetz der Fall ist. Noch wirkt der Mythos der Freiwilligkeit und Selbstbestimmung der Hure und „einer Arbeit wie jede andere“ infolge der permanenten Einflüsterungen der Handvoll von Dominas, die in der Öffentlichkeit das Bild der Prostituierten - zu Unrecht - prägen.

-Welche Erfahrungen machen PolitikerInnen, wenn sie sich klar gegen Prostitution positionieren?

-Welche Unterstützung brauchen sie, damit ihre Forderungen mehr Gewicht erhalten?

-Wie kann die Zusammenarbeit zwischen abolitionistischen Gruppen und Politik verstärkt werden?

Samstag, 9. Dezember von 14.00-18.00 Uhr

Bogenschießen mit Micky Wenngatz

Traditionelles Bogenschießen bietet einen erlebnisorientierten, meditativen und sehr archaischen Zugang zu Leib und Seele. Es hilft uns, unsere Ziele und Anliegen zu erfahren und Ängste und Verkrampfungen zu verarbeiten. Dabei stellen sich beim intuitiven Bogenschießen Selbstwert, Gelassenheit, Kraft, Konzentration, Rhythmus, Timing und ein klarer Kopf fast von selbst ein und können emotional verknüpft und in unseren Alltag mitgenommen werden.

Der Workshop ist für Anfängerinnen konzipiert und bietet die Möglichkeit, in entspannter Atmosphäre und unter Gleichgesinnten grundlegende Kenntnisse des Bogenschießens zu erlernen. Aber bereits Erfahrene können den Kurs zum Üben nutzen. Um vom Wetter unabhängig zu sein, findet dieser Kurs in den Räumen von Kofra statt. Bogen, Pfeile und notwendige Ausrüstung werden gestellt, es genügt, bequeme (aber körpernahe) Kleidung mitzubringen.

Anmeldeschluss 7. Dezember

Micky Wenngatz (54), Kommunikationsberaterin für Politik, moderne Medien und Gleichstellungsfragen, ist begeisterte Bogenschützin und findet durch ihren Sport in freier Natur zu Ruhe und Gelassenheit.

Donnerstag, 14. Dezember um 19.30 Uhr

Warum Frauen Berge besteigen sollten... Gerda Lerner. Eine Reise durch ihr Leben und Werk

Film von Renata Keller

Als bahnbrechende feministische Historikerin, Autorin und soziale Reformerin ist Gerda Lerner zweifellos eine der inspirierendsten Frauenpersönlichkeiten des 20. Jahrhunderts.

Sie emigrierte vor den Nazis in die USA, war frühzeitig in der Bürgerrechtsbewegung engagiert, schrieb 1972 die überfällige Studie „Schwarze Frauen im weißen Amerika“, 1986 „Die Entstehung des Patriarchats“ und begründete so die Frauen-Geschichtsschreibung.

Der Film wirft einen detaillierten Blick auf das persönliche, berufliche und politische Leben Gerda Leners und geht der Frage nach: Wie kann uns das Wissen über unsere eigene Geschichte dazu inspirieren, eine bessere Zukunft zu gestalten?

Ausgehend von den revolutionären Errungenschaften der Frauen im 20. Jahrhundert wirft der Film auch einen Blick in die Zukunft und geht der Frage nach: Wo stehen die Frauen heute? Und was ist der nächste Schritt?

Zur Zeit aktive Gruppen / Treffen

Aktionsgruppe frauengerechte Sprache

Gegen Ende 2011 konstituierte sich diese Aktionsgruppe im Anschluss an zwei Fachvorträge zum Thema von Friederike Braun aus Kiel und Daniela Cochlár von der Stadt Wien. Die Gruppe hat sich vorgenommen, frauengerechte Sprache einzufordern, nachdem es seit Ende der 80er Jahre im Anschluss an zahlreiche Veröffentlichungen von Senta Trömel-Plötz, Luise F. Pusch u.a. verschiedene Regelungen der Bundesländer gibt, die die Beachtung geschlechtergerechter Sprache zumindest im kommunalen Bereich verlangen. Diese Regelungen werden aber immer weniger eingehalten. Daher haben die Frauen der Gruppe damit begonnen, Institutionen anzuschreiben, die ihnen besonders durch ausschließliche oder mehrheitliche Verwendung der maskulinen Sprachform bzw. dem Ausschluss von weiblichen Bezeichnungen auffallen. Diese Aktionsform wird weiter entwickelt. Mitstreiterinnen verstärken unsere Wirkung!

Die Termine werden individuell vereinbart, bitte im Kofra erfragen, Kontakt Claudia Mayr

Arbeitskreis Abbau der Prostitution/ Stop Sexkauf!

Dieser AK setzt sich gezielt mit dem Abbau der Prostitution in Deutschland und Europa auseinander. Er klinkt sich ein in das europäische Netzwerk für ein „Europa frei von Prostitution“, dem sog. „Brussel's Call“, initiiert von der European Women's Lobby in Brüssel.

Da Deutschland weltweit als das Bordell-Land gilt, als das Paradies für den Kauf sexueller Benutzung von Frauen bis hin zu Flatrate-Angeboten ohne jede Begrenzung und mit menschenverachtenden und gewalttätigen Praktiken gilt es, diese Situation zu beenden. Mehrere europäische Länder haben bereits das „schwedische Modell“ mit

der Bestrafung der Freier eingeführt und europasowie weltweit fordern stark anwachsende Initiativen auch in ihren Ländern den Abbau der Prostitution, die als Gewalt gegen Frauen definiert wird, über eine Bestrafung der Freier.

Wir haben ein bundesweites Netzwerk von Frauen in Initiativen zur Einführung des Sexkauf-Verbots geknüpft („Stop Sexkauf!“) und arbeiten an der Aufklärung der Öffentlichkeit über die entwürdigende und zerstörende Realität in der Prostitution für die Frauen, über die „Sex“-Industrie mit riesigen Gewinnen und bestens an den kapitalistischen Markt angepasst, sowie über die Vorgehensweisen und Argumente der „Prostitutionslobby“, mit denen sie verharmlosen, Gewalt leugnen, Prostitution als einen „Job wie jeder andere“ darstellen und eine Stigmatisierung der Frauen in der Prostitution beklagen.

Den bisherigen Höhepunkt der Initiative Stop Sexkauf! bildete 2014 der „Internationale Kongress zum Abbau der Prostitution: Stop Sexkauf!“ mit 40 eingeladenen ReferentInnen aus dem In- und Ausland sowie ca. 300 TeilnehmerInnen sowie einer Wander-Ausstellung mit 12 Modulen. Im Fokus dieses Kongresses stand die Information über Möglichkeiten, das Sexkaufverbot umzusetzen. Vorbilder sind neben Schweden: Finnland, Norwegen, Irland, Kanada und zuletzt Frankreich. Das Sexkaufverbot hat zum Ziel, die Prostitution durch Herunterfahren der Nachfrage mit der Bestrafung der Freier zu bekämpfen.

Aktuell läuft noch eine Petition des Bündnisses Stop Sexkauf an die Bundesregierung, ein Sexkaufverbot umzusetzen. Alle InteressentInnen werden gebeten, diese zu unterschreiben und an ihre Verteiler weiterzuleiten. Die Zustimmung für die Petition wächst ständig, die hinterlassenen Kommentare bestätigen unsere Arbeit. 2015 beleuchteten wir mit einer Fachtagung die Schäden durch die Prostitution für die Frauen, psychologische Forschungsergebnisse zu Gewalt in der Pros-

titution (Melissa Farley), Beobachtungen eines Frauenarztes, die Forderungen von Aussteigerinnen und die Aufklärung von Mädchen über die Prostitution. 2016 haben wir auf einer weiteren Fachtagung die Sexkäufer ins Visier genommen und die Brutalität der meisten dem Mythos eines harmlosen, netten Freiers entgegengesetzt, der ja keinen Schaden anrichtet. Prostitution ist immer Gewalt gegen Frauen.

Infos zum Thema auf den Internetseiten:

www.kofra.de, <http://stopsexkauf.org>

www.banishea.wordpress.com

Ansprechpartnerinnen im Kofra: Anita Heiliger und Claudia Mayr

Sexismus im Alltag -

Gesprächskreis

Hat sich mit politischen Gleichberechtigungsbestrebungen wie gleicher Bezahlung, mehr Frauen in leitenden Positionen, immer besserer Ausbildung von Frauen, emanzipierter Vorbilder usw. der alltägliche Sexismus abgeschwächt? Wir machen die Erfahrung: Nein! Er wird nur selten zum Thema gemacht, weil diejenige, die den Sexismus anprangert, unweigerlich diskriminiert wird. Das zeigte sich ganz offen an der Internetaktion #aufschrei. Es gab zwar viel Medienaufmerksamkeit und Talkshows, doch die Kommentare im Netz waren z.T. fürchterlich und einige der Talkshows arteten in offenen Sexismus aus.

Sexismus - die Abwertung und Diskriminierung von Frauen qua Geschlecht - ist eine Frage der geschlechtsspezifischen Machtverhältnisse, an denen sich etwas ändern muss.

Wir möchten mit euch diskutieren:

- ▶ Was wird heute eigentlich als frauenfeindliches Verhalten definiert bzw. anerkannt?
- ▶ Wie erleben wir den Sexismus im Alltag?
- ▶ Wie wehrt sich die einzelne Frau gegen Sexismus?
- ▶ Wie entsteht Solidarität unter Frauen gegen sexistisches Verhalten?

▶ Was können wir gemeinsam gegen Sexismus ausrichten?

▶ Welche gesellschaftspolitischen Forderungen müssen wir erheben?

Wir laden zu gemeinsamen Gesprächen und die Diskussion von Handlungsansätzen ein.

Termine nach Vereinbarung.

Ansprechspartnerin im Kofra: Claudia Mayr

Computerberatung mit Gabriela Spielberger

Gabriela steht uns für alle Fragen rund um den Computer zur Verfügung. Ob der PC abgestürzt ist oder du neue Programme auf ihn laden möchtest, ob du ein anderes Betriebssystem installieren möchtest oder ein Antivirusprogramm, ob deine Dateien auf einmal verschwunden sind oder du ganz einfach lernen willst, wie du eine Powerpoint-Präsentation erstellst

oder... Gabriela kann deine Probleme lösen! Sie ist gelernte Computerfachfrau und hilft uns Laiinnen, den PC zu verstehen und durch mehr Wissen mehr mit ihm anzufangen.

Termine: jeden letzten Donnerstag im Monat ab 17.00 Uhr.

Netzwerk Künstlerinnen

Künstlerin sein: Wechselbad zwischen Abgeschlossenheit bei der Arbeit und Hyper-Kommunikation bei Ausstellungen, Messen, Auftritten? Im Idealfall ist beides ausgeglichen, gibt es eine funktionierende Gemeinschaft und ein Netzwerk ebenfalls Kunst schaffender Freundinnen. Oft jedoch arbeitet jede vor sich hin, fragt sich selbst Existenzielles zu ihrem Webseiten-Auftritt und vor allem zu ihrer Butter-, Brot- und Miete-Beschaffung.

Wir wollen uns:

- vernetzen,
- gegenseitig unsere Arbeit vorstellen
- Tipps für Ausstellungsmöglichkeiten / Auftritte etc. geben
- über den Kunst- und den Fördermarkt informieren

- mit unserer durch die Hartz IV-Gesetze noch einmal und gerade im Kunstbereich schwieriger gewordenen Arbeits- und Lebenssituation auseinandersetzen
- bei der Öffentlichkeitsarbeit unterstützen, um angemessener wahrgenommen zu werden.

Eingeladen sind sowohl am Übergang zur Professionalität stehende als auch bereits im Haupt- oder Nebenerwerb künstlerisch arbeitende Frauen aller Bereiche und kultureller Hintergründe: Bildende Kunst, Tanz, Schauspiel, Performance, Musik ...

Ansprechpartnerin im Kofra: Claudia Mayr

Offene Schreibgruppe

In der Schreibgruppe werden unter Anleitung kleinere Texte entworfen, bereits Geschriebenes wird mitgebracht und gemeinsam gelesen sowie diskutiert.

Die Teilnehmerinnen unterstützen sich gegenseitig bei der Entwicklung ihrer Texte und Schreibprojekte, üben konstruktive Kritik und geben sich gegenseitig Anregungen.

Alle Frauen, die gerne schreiben, sind herzlich willkommen.

jeden 2. Freitag im Monat von 15.30 bis 18.00 Uhr

Kontakt: Helena Auer

Frauenpolitischer Stammtisch

Einmal im Monat findet dieses offene Diskussionsforum statt, auf dem aktuelle und grundsätzliche frauenpolitische Entwicklungen und Ereignisse besprochen sowie Informationen und Meinungen ausgetauscht werden. Aus manchen dieser Diskussionen ergeben sich Ideen für Aktionen oder Veranstaltungen, wenn Frauen zu den entsprechenden Themen aktiv werden möchten z.B., um etwas zu verändern.

Kontakt: Kristin Klein

Ämterbegleiterinnen

In dieser Gruppe treffen sich Frauen, die bereit sind, andere Frauen zu Behörden, Institutionen und anderen Stellen zu begleiten, bei denen es diesen Frauen schwerfällt, sich zu verständigen und durchzusetzen. Diese Unterstützung ist unglaublich wertvoll und hilft betroffenen Frauen über scheinbar unüberwindliche Hürden hinweg. Sie lässt sie wieder handlungsfähig werden, ihre eigenen Angelegenheiten zu regeln.

In der Gruppe tauschen sich die Begleiterinnen über Erfolge ebenso wie Schwierigkeiten aus, geben sich gegenseitig Tipps und freuen sich gemeinsam an ihrem effektiven Engagement.

Die Gruppe freut sich über jede weitere Frau, die sich hier solidarisch für andere Frauen engagieren möchte!

Ansprechpartnerin im Kofra: Helena Auer

Strukturen schaffen, den Alltag bewältigen

Begleitete Gruppe

Die Bewältigung des Alltags braucht Strukturen. Wir erleben im Kofra, dass es Frauen immer wieder schwerfällt, alltägliche Dinge zu erledigen. Sie schieben unangenehme Dinge wie Behördengänge, Arztbesuche oder die nächste Putzaktion auf, haben keine Kraft für Dinge, die bei ihnen selbst anstehen, aber viel Kraft für andere Menschen und deren Probleme. Wenn eine Struktur von außen fehlt, weil Frau beispielsweise keine festen Arbeitszeiten hat, braucht es mehr Disziplin, um den eigenen Alltag selber zu strukturieren!

Damit sich Frauen unterstützen und ihre Fähigkeiten zur Bewältigung des Alltags für sich selbst einsetzen können, bieten wir eine Gruppe zur gegenseitigen Stärkung an. Sie kann dazu beitragen, den Alltag „auf die Reihe zu bringen“; in ruhiger Atmosphäre mit gegenseitigem Respekt für unterschiedlichste Lebenssituationen der unterschiedlichsten Frauen.

Ansprechpartnerin im Kofra: Helena Auer

Arbeitskreis Frauen in Naturwissenschaften

Frauen stehen heute anscheinend alle Berufsbereiche offen und es gibt keine Diskriminierung mehr – so vermittelt es der Mainstream. Doch mehr als die Hälfte aller Mädchen wählt aus nur zehn verschiedenen Ausbildungsberufen – naturwissenschaftlich-technische Berufe sind nicht darunter. Deswegen werden jungen Frauen im Rahmen zahlreicher Initiativen durch z.B. Girls Days technische Berufe nahegebracht. Doch Frauen beginnen nach wie vor seltener als Männer ein naturwissenschaftliches oder technisches Studium und von den Absolventinnen macht nur ein geringer Prozentsatz Karriere. Wir diskutieren über die Hindernisse für Frauen, in entsprechende Berufe zu gehen - über herrschende Vorurteile und Rollenbilder – wir berichten über Frauen, die sich den naturwissenschaftlichen Bereich erobert haben und laden Frauen ein, ihre Arbeit im naturwissenschaftlich-technischen Bereich vorzustellen.

Ansprechpartnerin im Kofra: Claudia Mayr

Arbeitskreis Frauen in männerdominierten Berufsbereichen

Wir diskutieren die Realität in männerdominierten Berufsbereichen.

- Ist hier die Akzeptanz von Frauen deutlich vorangekommen?
- Welche Strategien haben sich Frauen in männerdominierten Berufen zugelegt, um sich durchzusetzen und akzeptiert zu werden?
- Welche positiven und negativen Erfahrungen machen sie und welche Wünsche und Forderungen haben sie für Veränderungen in diesen Bereichen, um sie noch stärker für Frauen zu öffnen?
- Welche historischen und aktuellen Vorbilder gibt es in Naturwissenschaft und Technik?
- Welche aktuellen Themen werden in den Medien behandelt?

Wir veranstalten Podiumsdiskussionen, Radiosendungen und Vorträge zum Thema, um vor allem

junge Frauen für Naturwissenschaften und Technik zu begeistern.

Ansprechpartnerin im Kofra: Kristin Klein

Mütterinitiative „Mamas wehren sich“

Diese Gruppe wurde initiiert von Müttern, die betroffen sind von massiven Problemen mit dem Sorge- und Umgangsrecht. Es ist vor allem ein Forum des Protestes gegen dramatische Entwicklungen in der Praxis des aktuellen Kindschaftsrechts, das die Ziele der Vaterrechtsbewegung in Deutschland unhinterfragt erfüllt hat.

Betroffene Mütter sind eingeladen, aktiv zu werden, sich auszutauschen, zu stärken und gemeinsam Ideen, Strategien und Pläne zu entwickeln, dieser gesellschaftlichen Entwicklung entgegenzuwirken.

Die Initiative „Mamas wehren sich“ betreibt auch zwei Websites: www.muetterinitiative.com und <https://muetterimfamiliengericht.wordpress.com>

Treffen alle 2 Monate an jedem 1. Freitag um 15.00 Uhr.

Ansprechpartnerin im Kofra: Helena Auer

Neue Lesegruppe

Die Lesegruppe ist offen, neue leidenschaftliche Leserinnen sind immer herzlich willkommen.

Bei jedem oder jeden zweiten Treffen werden von den Lesefrauen selbst Bücher vorgestellt und gemeinsam entschieden, welches die Gruppe bis zum nächsten Mal lesen wird. Das ausgewählte Buch wird beim folgenden Treffen besprochen. Dabei beschränken wir uns nicht auf eine bestimmte Literaturrechtung, sondern versuchen Literaturklassiker und aktuell diskutierte Romane abzuwechseln. Die Gruppe ist kein intellektuelles Treffen, frau muss nicht Germanistik und Literaturwissenschaft studiert haben, um mitreden zu können. Wir sind alle nur eines: leidenschaftliche Leserinnen! Wir treffen uns, weil es Spaß macht, sich über Gelesenes auszutauschen, weil manchmal durch die Diskussion Bücher auf unerwartete Weise inte-

ressant werden, und weil frau dabei in netter Gesellschaft ist und sich austauschen kann...

**Termin: jeden ersten Montag im Monat um 19 Uhr.
Ansprechpartnerin im Kofra: Helena Auer**

Erfolgsteams

Nach den Workshops zum (moderierten) Erfolgsteam (s. im Programm) werden die Teilnehmerinnen darin unterstützt, selbstständig im Kofra weiterzuarbeiten und die Methode des Erfolgsteams für sich und ihre Ziele weiterzuentwickeln.

AUFF - Autonomes Feministisches Forum

Das Autonome Feministische Forum lädt alle an politischer Diskussion interessierten Frauen ein, sich einzubringen und zu beteiligen an

- der Weiterentwicklung feministischer Theorie und Praxis,
- der feministischen Einflussnahme auf Stadt- und Gesellschaftspolitik,
- der Förderung des Austauschs zwischen feministischen Projekten,
- der Stärkung politisch autonomer Frauen-/Lesbenkultur und Frauen-/Lesbenpolitik,
- der Schaffung neuer Öffentlichkeit für feministische Gedanken und Forderungen,
- der Beibehaltung eines positiven Images von Feminismus,
- der Unterstützung und Förderung von Aktionen, Veranstaltungen und Programmen, die diese Ziele voranbringen.

Treffen jeweils nach Vereinbarung

Initiativgruppe des Münchner Bündnisses und des Runden Tisches Aktiv gegen Männergewalt an Frauen, Mädchen und Jungen

Auf den Treffen dieser Initiativgruppen werden jeweils die Runden Tische (3-4 mal im Jahr) und einzelne Veranstaltungen des Münchner Bündnisses Aktiv gegen Männergewalt vorbereitet und von den Kofra-Mitarbeiterinnen koordiniert. Der „RUNDE TISCH Aktiv gegen Männergewalt“ setzt

die „Kampagne Aktiv gegen Männergewalt an Frauen und Mädchen/Jungen“ (1996-1998) fort bzw. löst sie ab durch eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit Gewalt gegen Frauen in allen Facetten. Dieser Runde Tisch richtet sich an städtische und unabhängige Einrichtungen und ist auch ein Forum des Austausches über die eigenen Fortschritte zum Abbau der Männergewalt an Frauen und gegen die Strukturen, die diese Gewalt tragen. Er ist auch zu einem Ort der Fortbildung geworden über aktuelle Entwicklungen gegen Gewalt an Frauen im juristischen, wissenschaftlichen, pädagogischen und politischen Bereich.

Treffen jeweils nach Vereinbarung

Darüber hinaus treffen sich bei Kofra zurzeit:

- Die Bücherfrauen e.V.
- Die Wirtschaftsweiber
- Die HikeDykes
- Die Journalistinnen
- Die Computerfrauen
- Die Amazonen – Sportfrauen
- Die Autorinnen
- Das Autonome Feministische Forum AUFF

Münchner Bündnis „Aktiv gegen Männergewalt“

Koordination

Nach der Münchner Kampagne gegen Männergewalt an Frauen und Mädchen/Jungen (1997-1998), die von Kofra initiiert und koordiniert wurde, setzt Kofra auch für das „Münchner Bündnis: Aktiv gegen Männergewalt“ die Koordination fort.

Hier ist die Dokumentation über die Kampagne erstellt worden (erhältlich im Kofra), wurde eine Fachtagung zur Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse der Kampagne organisiert, werden Anfragen beantwortet, Materialien/Plakate der Kampagne verschickt, die weiteren Veranstaltungen des Bündnisses organisiert und der Runde Tisch gegen Männergewalt vorbereitet, der die Kampagne seit 1998 erfolgreich fortführt.

Kofra setzt die gute und breite Kooperation mit einer Vielzahl von Einrichtungen in München fort.

Im Kofra treffen sich die zwei Initiativgruppen, die die vierteljährlichen Plena des Bündnisses und die ebenfalls ca. vierteljährlichen Treffen des „Runden Tisches gegen Männergewalt“ betreuen sowie die Weiterentwicklung der Arbeit gegen Gewalt an Frauen in München verfolgen, begleiten und fördern.

Ansprechpartnerin für Kofra: Anita Heiliger

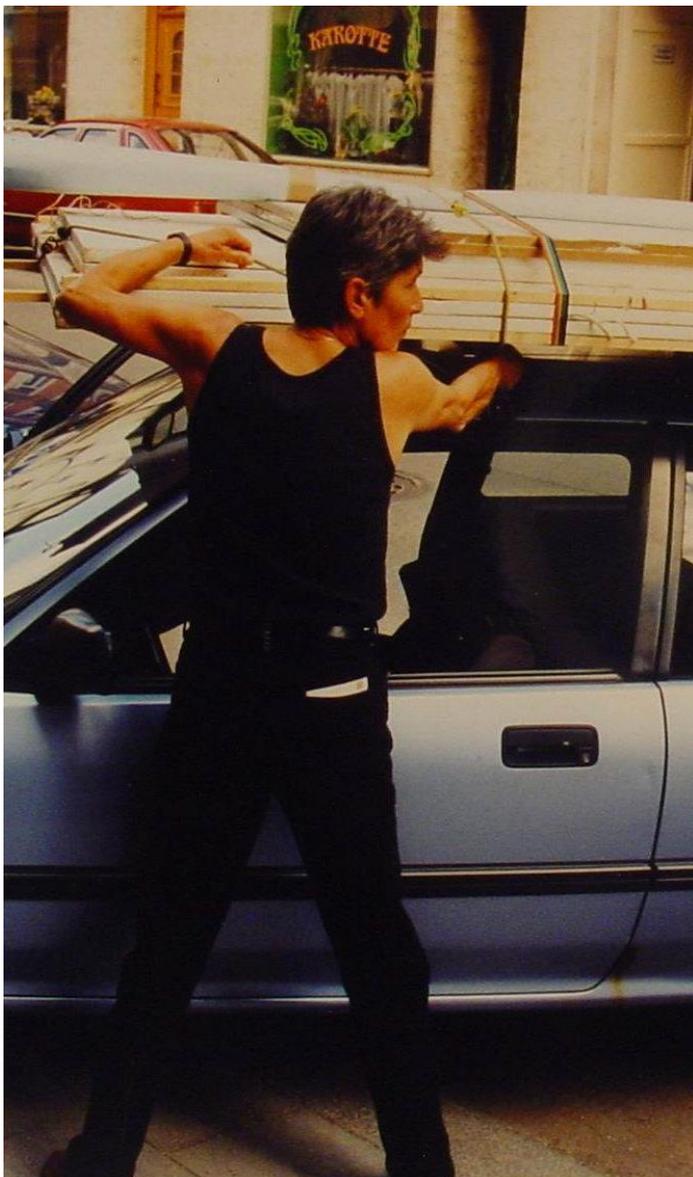
Was ist Kofra?

Der Verein Kofra e.V. wurde 1982 als autonomes Selbsthilfeprojekt für und von Frauen gegründet.

- Wir bieten **Beratungen** zur Arbeits- und/ Lebenssituation an.
- An bestehenden **Gruppen**, die regelmäßig zu verschiedenen Themen arbeiten, kann frau teilnehmen.
- Sie kann ferner zu Themen, die sie interessieren, selbst **Gruppen initiieren**, die selbstständig oder angeleitet arbeiten.
- Wir bieten **Vorträge, Diskussionen, Workshops und Seminare** an, in denen schwerpunktorientierte und arbeitsspezifische Themen vertieft werden können.
- Wir verfügen außerdem über
 - eine frauen-spezifische **Bibliothek mit ca. 1600 (ausleihbaren) Büchern**, die auf unserer Homepage eingesehen werden können.
 - Eine **Internetstation** im Cafébereich,
 - einen kleinen **Cafébetrieb**,
 - **Zeitschriften** zum Schmökernund vieles mehr.

Drei Mitarbeiterinnen organisieren den Alltag des Projektes und sind Ansprechpartnerinnen für Beratung, Gespräche und Informationen. **Ehrenamtliche Frauen und der Vorstand** unterstützen das Kofra z.B. bei den Gruppen, der Zeitung, der Programmplanung und bei Veranstaltungen. Ca. alle 2-3 Monate erscheint unsere **Zeitschrift** „Kofra, Zeitschrift für Feminismus und Arbeit“ mit einem Schwerpunktartikel. Jeden Monat geben wir das **WasWannWo** für Frauen heraus mit Veranstaltungen von Frauenprojekten in München.

Kofra finanziert sich über einen **Zuschuss vom Sozialreferat der Stadt München**, über Beiträge von Mitfrauen sowie **Eigenleistungen und Spenden**. **Unterstützerinnen und neue Mitfrauen sind immer willkommen und stärken unsere Autonomie.**



Zeitschrift für Feminismus und Arbeit

Schwerpunkte der letzten Jahre:

- Nr. 131** Vorsicht „**Lebensschützer**“! Abtreibung in Gefahr?
- Nr. 132** **Hartz 4**. Die Würde des Menschen ist antastbar
- Nr. 133** **Repatriarchalisierung** durch Sorge- und Umgangsrecht
- Nr. 134** **Pornografisierung**. Auswirkungen und Protest
- Nr. 135** Zur **Unterrepräsentanz von Frauen in Spitzengremien der Wirtschaft** – Ursachen und Handlungsansätze
- Nr. 136** **Gesetzesinitiativen gegen Pornographie**
- Nr. 137** **Mehr Frauen in die Sprache**.
Warum geschlechtergerechte Formulierung immer noch wichtig ist.
- Nr. 138** **Feminismus** – Kritik der Herrschaftsverhältnisse
- Nr. 139** **Arabische Frauen** zwischen Partizipation und Exklusion
- Nr. 140** **Männergewalt gegen Frauen** – kein Ende?
- Nr. 141** **Vergewaltigung – das straffreie Delikt?**
- Nr. 142** **Sexuelle Gewalt: Das Schweigen**. #ichhab nichtangezeigt
- Nr. 143** **Frauen in männerdominierten Berufen**
- Nr. 144** **Sexismusdebatte** reloaded
- Nr. 145** **Neue Perspektiven auf die Prostitution**
- Nr. 146** **Lesben in den Medien**: unsichtbar
- Nr. 147** **Sexueller Missbrauch**: Täterschutz vor Opferschutz
- Nr. 148** Zur **Realität in der Prostitution**
- Nr. 149** Der **Fußball und die Konstruktion von Männlichkeit**
- Nr. 150** Die Brutalität der **Pornografie heute**
- Nr. 151/152** **Stop Sexkauf**. Textsammlung zur Forderung nach dem Sexkaufverbot
- Nr. 153** **Social Freezing** bedeutet soziale Kälte
- Nr. 154** **Leihmutterschaft**. Der Frauenkörper als Gefäß und Ware
- Nr. 155** **Flüchtlingsfrauen**: Schutz vor Gewalt!
- Nr. 156** **Sexuelle Gewalt – Die neue Debatte**
- Nr. 157** **Die Freierbestrafung in Frankreich**
- Nr. 158** **Der Freier**. Warum Männer zu Prostituierten gehen und was sie über diese denken.
- Nr. 159** **Trump und die Frauenbewegung in den USA**
Die aktuelle Zeitschrift wird auf unserer Homepage www.kofra.de veröffentlicht, kann aber auch in Papierform im Abo (6 Ausgaben = 23,20 € incl. Porto) oder einzeln (3,20 €) bestellt oder bei Kofra gekauft werden.

Annette als Organisationsgenie immer in Aktion auf allen Ebenen, wir vermissen dich!

**Antrag auf Mitfrauenschart im
„Kommunikationszentrum für Frauen
zur Arbeits- und Lebenssituation e.V.“,
Baaderstr. 30, 80469 München**

Ich heiÙe: _____

wohne in: _____

Tel./Email: _____

bin von Beruf, arbeite als: _____

Die Satzung ist mir bekannt

Ich bitte um Zusendung der Satzung

Der Mitfrauenbeitrag von monatlich _____ €

wird von mir als Dauerauftrag auf das Konto:

KOFRA e.V.

IBAN: DE28700205000007805500

BIC: BFSWDE33MUE

überwiesen.

_____ Datum _____

Unterschrift

