

Zivilcourage für Frauen

Mut zeigen. Grenzen setzen. Solidarisch handeln.

Mittwoch, den 12. Aug. 2026

17:00 – 20:00 Uhr

Frauen erleben im Alltag immer wieder Situationen, in denen sie sich unwohl, bedrängt oder unsicher fühlen – sei es im öffentlichen Raum, am Arbeitsplatz oder im privaten Umfeld. Zivilcourage bedeutet, hinzusehen, angemessen zu handeln und sich gegenseitig zu unterstützen.

Gemeinsam besprechen wir, wie Frauen in herausfordernden Situationen selbstbewusst auftreten, Grenzen klar kommunizieren und anderen sicher zur Seite stehen können. Oft reicht schon ein lautes Wort oder die Aktivierung von Umstehenden, um einen Täter einzuschüchtern. Ihr erhaltet Informationen, wie ihr in Gefahrensituationen ruhig, überlegt und ohne Risiko handeln könnt. Ihr lernt Gefahren früh zu erkennen, zu deeskalieren und mutig Verantwortung zu übernehmen - für dich selbst und andere. Ihr erhaltet praktische Anregungen, alltagstaugliche Handlungsmöglichkeiten und habt Gelegenheit euch mit anderen Teilnehmerinnen auszutauschen.

Die Veranstaltung richtet sich an Frauen jeden Alters, die ihre Handlungssicherheit stärken und mehr über Zivilcourage im Alltag erfahren möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Gemeinsam setzen wir ein Zeichen für Respekt, Sicherheit und gegenseitige Unterstützung. Wir freuen uns auf Euch.

Anleitung: Larissa Schneider (Polizeiinspektorin) Carsten Mahl (Polizeiamtmann), Kommissariat 105 für Prävention und Opferschutz

Ort der Veranstaltung: EineWeltHaus, Schwanthalerstr. 80, München

Nur mit Anmeldung: T 2010450, kofra-veranstaltung@mnet-online.de

Die Veranstaltung ist kostenfrei. Spenden willkommen!

KOFRA, Baaderstr. 30, 80469 München, Tel: 2010450,
kofra-muenchen@mnet-online.de, www.kofra.de



KOFRA wird gefördert durch die Landeshauptstadt München, Sozialreferat Stadtjugendamt