


# münchner frauenforum

November – Dezember 2018

Rumfordstr. 25 • 80469 München • Telefon: 089-29 39 68 • Fax: 089-29 16 23 91 • [www.muenchner-frauenforum.de](http://www.muenchner-frauenforum.de) • [info@muenchner-frauenforum.de](mailto:info@muenchner-frauenforum.de)  
• <https://www.facebook.com/muenchner.frauenforum> •

Träger: Verein für Fraueninteressen e.V.  [www.fraueninteressen.de](http://www.fraueninteressen.de)

## Information • Beratung • Vernetzung

- Frau ▲ Beruf ▲ Existenz  
Veranstaltungsforum, Job & mehr
- Frauen & Finanzen
- Gesundheit & mehr
- Kunst & Kultur
- Miteinander
- Projekt:  
"FRAUEN – Stark in die Zukunft" \*
- Rechtsinformationen

## „Reisebuchung online leicht gemacht“ \*



**Workshop mit Sabine Jörk, Vorsitzende der EAM  
(Ev. Arbeitsgemeinschaft Medien)**

**Donnerstag, 22.11.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr**

Näheres siehe unten

## Job & mehr

### Coaching

Ressourcen und Potenziale entdecken; Ziele finden und umsetzen; Motivation, Feedback und Mut zum Handeln  
Ihre Anmeldung ist verbindlich! Bei Verhinderung bitten wir um Benachrichtigung bis 24 Stunden vorab.

#### ▪ Coaching am Montagvormittag/-nachmittag

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Mediatorin

**Montag, 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12., 17.12.2018 von 09.00 bis 12.00 Uhr**

**Montag, 05.11.2018 von 12.30 bis 15.30 Uhr**

Kostenbeitrag: € 30,- für 50 Minuten

#### ▪ Coaching am Dienstag-/Mittwochnachmittag

Petra Frommel, Business-Coach, Mediatorin

**Dienstag, 06.11., 13.11., 04.12.2018 von 15.00 bis 17.00 Uhr**  
**Mittwoch, 28.11., 12.12., 19.12.2018 von 15.00 bis 17.00 Uhr**

Kostenbeitrag: € 30,- für 50 Minuten

#### ▪ Coaching am Donnerstagnachmittag

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Mediatorin

**Donnerstag, 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12., 20.12.2018 von 13.30 bis 16.30 Uhr**

Kostenbeitrag: € 30,- für 50 Minuten

#### Infos & Anmeldung für alle Coachings:

☎ 089 - 29 39 68    ✉ info@muenchner-frauenforum.de

**Zusatztermine nach Vereinbarung möglich!**

### Job - Sprechstunde

#### Tipps und Fragen zur Bewerbung

Jeweils 30 Minuten

Brigitte Herder, Job- und Business-Coach

**Mittwoch, 14.11.2018 von 15.30 bis 17.30 Uhr**

Kostenbeitrag: € 15,- für jeweils 30 Minuten

**Infos & Anmeldung:** ✉ bh@BHerder.info

Zusatztermine auf Anfrage

## Beratung

### Sprechstunde: Wo drückt der Schuh?

Monika Pokorny, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

**Montag, 26.11. und 10.12.2018 von 15.30 bis 17.30 Uhr**

Was ist Ihr Anliegen? Welche Beratungsangebote gibt es im Münchner Frauenforum und in München? Was sind die nächsten Schritte? (jeweils 30 Minuten)

kostenlos                      ohne Anmeldung

**Infos** ☎ 089 - 29 39 68    ✉ info@muenchner-frauenforum.de

## Büro-Öffnungszeiten

**Montag bis Freitag von 9.00 bis 13.00 Uhr**  
**Montag und Mittwoch von 15.00 bis 18.00 Uhr**  
**Geschlossen: 02.11.2018 und von 21.12.2018 bis 05.01.2019**

## Miteinander

### „Reisebuchung online leicht gemacht“ \*



Verbraucherbildungsstützpunkt Bayern  
des dt. ev. Frauenbunds

Workshop mit Sabine Jörk, Vorsitzende der EAM

**Donnerstag, 22.11.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr**

Am Internet führt in Zukunft auch bei Reisebuchungen kein Weg mehr vorbei. Sabine Jörk, Kommunikationswissenschaftlerin, zeigt auf, wie sich das auf die Verbraucherin konkret auswirken wird. Um mobil bleiben zu können, müssen sich Reisende in der Onlinebuchung fit machen. Im Workshop kann auf Übungs-Tablets praktisch erlernt werden, wie im Portal der Deutschen Bahn Tickets gebucht werden können.

Kostenbeitrag: € 8,-

#### Infos & Anmeldung:

☎ 089 - 29 39 68    ✉ info@muenchner-frauenforum.de

## Gesundheit & mehr

### Wohlfühlen und Entspannen – Sinnlichkeit und Besinnung in der Weihnachtszeit \*

Gerlinde Berger, Coaching und Sinnesreisen

**Donnerstag, 13.12.2018 um 18.30 Uhr**

Advent und Weihnachten – die staade Zeit?!

Vor allem Familienfrauen stehen in dieser Zeit besonders unter Druck, alles soll schön und harmonisch sein: Geschenke werden mit viel Liebe ausgesucht, zuhause wird dekoriert, gebacken usw. Ein Weihnachts-Event jagt den nächsten! So fühlen sich viele gestresst und sind erschöpft. Von Ruhe und Besinnung kann keine Rede sein. Dabei will uns das Weihnachtsfest zeigen, um was es wirklich geht im Leben. Gerade wenn alles zu viel wird, stellt sich die Sinnfrage. Lassen Sie uns diesen Adventabend zum Anlass nehmen, inne zu halten und das Wesentliche in den Vordergrund zu rücken. Zum Vortrag gibt es sanfte Körperübungen, meditative Impulse und eine Phantasiereise zur mentalen und körperlichen Entspannung und Entschleunigung. Ausklang mit Punsch und Gebäck.

Kostenbeitrag: € 8,-

#### Infos & Anmeldung:

## Erfolgswerkstatt

### ▲ Info- und Wunschabend



„Ich könnte alles tun, wenn ich nur wüsste, was ich will!“ (Barbara Sher)

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Erfolgsteam-Leiterin

**Montag, 26.11.2018 von 19.00 bis 21.00 Uhr**

Finden Sie spielerisch durch einfache Übungen (wieder) zu Ihren eigenen Wünschen und Visionen. Wir informieren Sie über das Wishcraft- und Erfolgsteam-Konzept der Karriereberaterin und Bestsellerautorin B. Sher sowie unsere weiteren Workshop-Angebote.

Kostenbeitrag: € 10,-

#### Infos & Anmeldung:

☎ 089 - 29 39 68    ✉ info@muenchner-frauenforum.de

### Vorankündigung: ▲ Info- und Wunschabend

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Erfolgsteam-Leiterin

**Mittwoch, 06.02.2019 von 19.00 bis 21.00 Uhr**

### Vorankündigung: ▲ Erfolgsteam-Workshop



Lebensträume und Berufsziele entdecken und verwirklichen!

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Erfolgsteam-Leiterin

**Ab März 2019: 15.03. bis 24.05.2019 vormittags**

Jeweils freitags von 9.30 bis 12.00 Uhr

Termine: 15.03., 22.03., 29.03., 05.04., 12.04., 03.05., 17.05.\*, 24.05.2019 (\*mit einer Ideenparty abends)

Darum geht's: Träume, Wünsche und Talente (wieder-) entdecken, daraus Ziele ableiten und einen Plan zum Ziel erstellen, dranbleiben, sich gegenseitig unterstützen mit Ideen, Impulsen, Inspiration & konkreten Tipps.

**Workshop-Gebühr:** € 330,-

#### Infos & Anmeldung:

☎ 089 - 29 39 68    ✉ info@muenchner-frauenforum.de

**Wir wünschen Ihnen besinnliche  
Feiertage und ein gesundes Neues Jahr  
2019**



## Veranstungsforum

Für die Inhalte der Veranstaltungen sind die Referentinnen verantwortlich.  
Informationen und Anmeldung direkt bei ihnen!

### Schöpfe Kraft aus deinem Selbst!

Barbara Hadolt, Psychoonkologin, system. Familientherapeutin  
**Montag, 05.11.2018 von 18.30 bis 20.30 Uhr**

Dieser stärkende Abend richtet sich an Frauen mit einer Krebserkrankung, die aus ihrem Inneren Kraft schöpfen wollen. Die Fähigkeit, sich zu zentrieren u. achtsam zu sein, hilft nachweislich, damit sich das Körper-Seele-Geist-System wieder sortieren kann. Im Rahmen des Workshops haben Sie die Möglichkeit, Ihrem Körper achtsam zu begegnen und so neues Vertrauen in ihn zu entwickeln. Sie werden durch eine geführte Meditation die Kraft Ihrer inneren Bilder kennenlernen u. Ihrem Körper dadurch Regeneration ermöglichen. Daneben gibt es ausreichend Raum für Reflexion und Austausch.

Kostenbeitrag: € 12,-

**Infos & Anmeldung:** mit Anmeldung, gerne auch spontan  
☎ 0151 – 53 35 18 24 ✉ info@barbarahadolt.de  
www.barbarahadolt.de

### Ist eine Hormontherapie heute noch sinnvoll? Aber NATÜRLICH!

Andrea Moser, Heilpraktikerin

**Dienstag, 06.11.2018 von 18.30 bis 20.30 Uhr**

Die Behandlung mit künstlichen Hormonen steht zunehmend in der Kritik. Es gibt eine Alternative: die Therapie mit natürlichen/bioidentischen Hormonen. Was versteht man darunter? Wann ist sie sinnvoll? → z.B. Zyklusstörungen, Wechseljahrsbeschwerden, Kinderwunsch. Was können Sie selbst im Alltag tun? Das erfahren Sie bei mir. Ich freue mich.

Kostenbeitrag: kostenlos

**Infos & Anmeldung:** mit Anmeldung, gerne auch spontan  
☎ 0157 – 72 72 74 50 ✉ cosmiclima@web.de  
www.andreamosernaturheilpraxis.de

### money and me – mein Geld und ich - Impulsvortrag

Marion Schöndorf, Systemischer Coach, Bankkauffrau

**Mittwoch, 07.11.2018 von 19.00 bis 21.00 Uhr**

Unser Umgang mit Geld hängt nicht nur vom Finanzwissen, sondern auch von unseren Emotionen, Gewohnheiten und Überzeugungen ab – um diese psychologische Seite geht es an diesem Abend! Egal, ob beim Ausgeben, Sparen oder Investieren - machen Sie Geld zu Ihrem Freund und erreichen Sie Ihre finanziellen Ziele systematisch!

Kostenbeitrag: € 5,-

**Infos & Anmeldung:** mit Anmeldung, gerne auch spontan  
☎ 089 – 12 01 55 94 ✉ marion@moneyandme.de  
www.moneyandme.de

## Veranstungsforum

Für die Inhalte der Veranstaltungen sind die Referentinnen verantwortlich.  
Informationen und Anmeldung direkt bei ihnen!

### Mood Food – Wie Essen die Stimmung beeinflusst!

Dr. Eva Mathilde Fuchs, Dipl.-Chemikerin, Ernährungsberaterin  
**Donnerstag, 15.11.2018 von 18.30 bis 20.30 Uhr**

Sich glücklich essen und den Winterblues gar nicht erst aufkommen lassen, wäre das nicht wunderbar? Zusammenhänge zwischen Ernährung, mentalem und psychischem Wohlbefinden sind wissenschaftlich anerkannt. Ich zeige Ihnen, wie Sie durch den täglichen Genuss von natürlichen Lebensmitteln und einer ausgeglichenen Lebensweise Stimmungsschwankungen und Depressionen einfach und alltagstauglich vorbeugen können

Kostenbeitrag: kostenlos

**Infos & Anmeldung:** ohne Anmeldung  
☎ 0151 – 42 84 13 39 ✉ info@beratungsfuchs-muenchen.de

### Gesundes Stehen, Gehen, Sitzen im Alltag

Susanne Spahn, Lehrerin der F. M. Alexander-Technik

**Dienstag, 20.11.2018 von 19.00 bis 21.00 Uhr**

Von Kopf bis Fuß wird unser Skelett von Muskeln bewegt. Auch unsere Gedanken beeinflussen unsere Bewegungen. Unsere alltäglichen Aktivitäten wie Stehen, Gehen oder Sitzen prägen uns über viele Jahre. Die Alexander-Technik schult die Koordination unseres gesamten Bewegungsapparates. Wir können lernen, bewusst zu einer freien Aufrichtung zu finden.

Kostenbeitrag: € 5,-

**Infos & Anmeldung:** mit Anmeldung, gerne auch spontan  
☎ 0176 – 61 47 86 87 ✉ post@alexandertechnik-spahn.de  
www.alexandertechnik-spahn.de

### Offener GFK-Treff in München

Netzwerk „Gewaltfreie Kommunikation München e.V.“

**Sonntag, 25.11.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr**

Das Netzwerk bietet eine neue Möglichkeit, sich über die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) zu informieren und auszutauschen. Bei unseren offenen GFK-Treffen haben Sie/hast Du die Gelegenheit zum Kennenlernen, „Reinschnuppern“ und zur Unterstützung und Vertiefung. www.gewaltfrei-muenchen.de

Kostenbeitrag: kostenlos

**Infos & Anmeldung:** ohne Anmeldung

### Besuchen Sie uns auch auf Facebook

<https://www.facebook.com/muenchner.frauenforum>

## Regelmäßige Veranstaltungen

Für die Inhalte der Veranstaltungen sind die Referentinnen verantwortlich.  
Informationen und Anmeldung direkt bei ihnen!

### Besser eine Mediation im münchner frauenforum als ein Prozess vor Gericht!

Anja Merkel, Rechtsanwältin & Mediatorin

**Individuelle Termine & Kosten auf Anfrage**

**Infos:** ☎ 089 – 230 77 556 oder 0173 – 373 42 24

### Fragen zum Arbeitsrecht – Informationsabend

Carmen Wieser, Rechtsanwältin, Schwerpunkt Arbeitsrecht

**Montag, 12.11. und Dienstag, 11.12.2018 um 19.00 Uhr**

kostenlos ohne Anmeldung

**Infos:** ☎ 089 – 45 24 48 0 [www.ht2w.de](http://www.ht2w.de)

### Gut informiert bei Trennung und Scheidung

Kanzlei Maltry, Rechtsanwältinnen, Schwerpunkt Familienrecht

**Freitag, 02.11. und 14.12.2018 um 19.00 Uhr**

kostenlos ohne Anmeldung

**Infos:** ☎ 089 – 30 77 91 44

### Beratung bei Trennung und Scheidung

Birgit Rothley, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht

**Freitag, 16.11. um 9.00 Uhr**

kostenlos ohne Anmeldung

**Infos:** ☎ 089 – 12 76 34 67 [www.lex-familia.de](http://www.lex-familia.de)

### Scheidungsrecht und Mediation

Birgit Führer, Rechtsanwältin, Fachanwältin für Familienrecht, Mediatorin

**Dienstag, 13.11.2018 um 19.00 Uhr**

kostenlos [www.birgitfuehrer.de](http://www.birgitfuehrer.de)

**Infos & Anmeldung:** ☎ 089 – 23 23 08 20

### Beratung zu Finanzen und Versicherungen

Angelika Brunner, Fachwirtin für Finanzberatung Einzelberatung (kein Vortrag)

**Montag, 19.11.2018 zwischen 17.00 und 19.00 Uhr**

kostenlos

**Infos & Anmeldung:**

☎ 089 – 23 03 53 33 [www.finanzberatungvonfrauzufrau.de](http://www.finanzberatungvonfrauzufrau.de)

### Geld tut Frauen gut

Einzelberatung & individuelle Tipps zu Fragen rund ums Geld  
Susanne Fischer, Dipl.-Kauffrau

**Mittwoch, 28.11.2018 um 16.30 Uhr**

kostenlos

**Infos & Anmeldung:**

☎ 089 – 64 58 25 ✉ info@bavariafinanzanlagen.de

## Tanz, die verborgene Sprache deiner Seele

Jutta Biedermann, Therapeutin und Teamcoach  
Bettina Bartels, HP für Psychotherapie, Tanztherapeutin

**Donnerstag, 08.11.2018 von 18.30 bis 21.30 Uhr**

Tanzen ist jede natürliche Form der Bewegung. Im Tanz können wir unsere, meist im Inneren verborgenen Emotionen in Bewegung umwandeln, unsere Lebendigkeit spüren, unsere Kreativität entfalten. Blockaden in Körper und Kopf lassen sich auflösen, das führt zu Befreiung und Freude. Bitte an bequeme Kleidung, warme Socken und eigene Musik denken.

Kostenbeitrag: € 10,-

**Infos & Anmeldung:** mit Anmeldung, gerne auch spontan

☎ 01525 – 33 99 409 oder 0172 – 85 38 233

✉ info@ich-sowieichbin.de www.ich-sowieichbin.de

## Finanzen gestalten mit Herz und Verstand

Angelika Brunner, Fachwirtin für Finanzberatung

**Mittwoch, 14.11.2018 von 18.30 bis 20.30 Uhr**

Grundkenntnisse gehören zu jeder Geldanlage, ob Sparplan oder Einmalanlage. Sparen können Sie heute nur noch Kosten. Verändern Sie Ihre Einstellung, dann bringt Ihnen Investieren Gewinn. In einem 30minütigen Vortrag erfahren Sie mehr darüber und auf was Sie achten sollten.

Danach dürfen Sie 1,5 Stunden alle Fragen rund ums Geld stellen, die ich Ihnen gerne beantworte.

Kostenbeitrag: € 10,-

**Infos & Anmeldung:** mit Anmeldung

☎ 089 – 23 03 53 33 mobil: 0177 – 37 71 187

✉ a.brunner@brunner-finanzberatung.de

www.finanzberatungvonfrauzufrau.de

## Kunst & Kultur

### Ausstellung: „Geboren aus Sternenstaub“

Acrylbilder von Ingeborg Sander

**Vernissage: Freitag, 09.11.2018 um 19.00 Uhr**

Frauen und Männer sind herzlich dazu eingeladen!

Die Bilder sind vom 04.11. bis zum 20.12.2018 zu sehen.

### Kunst-Café

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 16.00 bis 17.00 Uhr treffen sich Künstlerinnen und kreative Frauen in unserem Café zur Vernetzung und zum Austausch von Gedanken und Erfahrungen bei einer Tasse Tee (Ohne Moderation).

**Mittwoch, 21.11.2018 von 16.00 bis 17.00 Uhr**

**Weihnachtsfeier der Künstlerinnen:**

**Sonntag, 16.12.2018 von 16.00 bis 18.00 Uhr**

(Es gibt Glühwein/Tee, bitte Weihnachtsplätzchen mitbringen)

Kostenbeitrag: € 2,- ohne Anmeldung

## „Überprüfen Sie Ihre Finanzen zum Jahreswechsel“

Susanne Fischer, Dipl.-Kauffrau

**Dienstag, 27.11.2018 von 18.00 bis 20.00 Uhr**

...und stellen Sie Ihre Ersparnisse und Versicherungen auf den Prüfstand, um von den Chancen des neuen Jahres zu profitieren! Bei den Umsetzungsvorschlägen stehen Sicherheit, Rendite und Vermögensaufbau im Vordergrund!

Kostenbeitrag: kostenlos

**Infos & Anmeldung:** ohne Anmeldung

☎ 089 – 64 58 25 ✉ info@bavariafinanzenanlagen.de

## „Wenn die staade Zeit vorbei is, werd's a wieda ruhiga“

Sandra Pillmaier, Sozialpädagogin M.A.

**Donnerstag, 29.11.2018 von 18.30 bis 20.00 Uhr**

Karl Valentin beschrieb mit seinem einzigartigen Humor sehr treffend die Hetze der Vorweihnachtszeit. Dieser Tatsache möchte ich in Ihrem Sinne entgegenwirken und Ihnen mit kleinen Alltagstipps und Tricks und natürlich mit viel Humor zu mehr Entspannung, Gelassenheit und einer anderen Sichtweise verhelfen. Damit Sie dieses Jahr die „staade Zeit“ etwas anders gestalten und auch genießen können.

Kostenbeitrag: € 5,-

**Infos & Anmeldung:** mit Anmeldung, gerne auch spontan

☎ 0152 – 37 61 22 74 ✉ info@lebenfuersich.de

www.lebenfuersich.de

## Erfolgswerkstatt

### ▲ Jetzt geh' ich's an! - Workshop



„Endlich finde ich heraus, was ich wirklich will und wie ich es in mein Leben holen kann!“

Anja Merkel, Business-/Personal-Coach, Erfolgsteam-Leiterin

**Freitag, 07.12.2018 von 15.30 bis 20.00 Uhr und**

**Samstag, 08.12.2018 von 10.00 bis 17.00 Uhr**

- **Mein Wunschkonzert** - Ich entdecke meine persönlichen/beruflichen Träume, Talente und Potentiale
- **Mein Aktionsplan** - Ich entwerfe meine persönliche/berufliche Zukunft & entwickle Umsetzungsstrategien
- **Mein Motivationskick** - Ich stärke und motiviere mich & lerne, wie ich dranbleibe
- **Meine Ideenliste** - Ich sammle Ideen und Strategien & baue mein eigenes Netzwerk auf

Workshop-Gebühr: € 125,- (max. 14 Teilnehmerinnen)

**Infos & Anmeldung:**

☎ 089 – 29 39 68 ✉ info@muenchner-frauenforum.de

### Vorankündigung: ▲ Jetzt geh' ich's an! - Workshop

**Freitag, 22.02.2019 von 15.30 bis 20.00 Uhr und**

**Samstag, 23.02.2019 von 10.00 bis 17.00 Uhr**

## "Schöner" und gesünder wohnen - aber wie?

Ute Daumiller, Architektin

Einzelberatung (kein Vortrag)

**Mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr**

kostenlos

**Anmeldung:** ☎ 089 -29 39 68

## Pegasus – Verein für kreatives Schreiben e.V.

Barbara Ludwig

**Mittwoch, 28.11. und 12.12.2018 um 19.00 Uhr**

Vorstellg. u. Besprechung eigener Texte f. Frauen u. Männer  
kostenlos ohne Anmeldung

**Infos:** ☎ 089 - 714 00 92 www.pegasus-schreiben.de

## 30 Jahre Pegasus Verein e.V. – Jubiläumslesung

Unter dem Motto: Zurückdenken - Vorwärtsfühlen

Würde Pegasus, das geflügelte Pferd, nicht schon das Bayerische Nationaltheater in München schmücken, so hätten es die Autoren längst mit einer Goldmedaille geehrt. Wir laden Sie herzlich ein, mit uns zu feiern.

**Sonntag, 18.11.2018 um 17.00 Uhr**

**Seidvilla Schwabing, Nikolaiplatz 1, 80802 München**

Eintritt: € 8,-

Musik: Peter Davidon

## Offener Treff für Frauen aus aller Welt

C. Jackson, C. Palleschi-Degen, C. Supper

**Jeden Dienstag von 09.45 bis 11.30 Uhr** (bis 18.12.)

**Auch 14-tägig mittwochs 18.00 Uhr in der Seniorenbörse: 14.11., 28.11. und 12.12.2018**

Offener Treff für Frauen aus aller Welt, die ihre Deutschkenntnisse vertiefen wollen. Jeden Monat eine Exkursion.  
kostenlos ohne Anmeldung

**Infos:** ☎ 089 - 30 41 50 ✉ offenertreff@gmail.com

\* Veranstaltung gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Integration im Rahmen des Projekts "FRAUEN – Stark in die Zukunft".



**Träger von:** • münchner frauenforum • Betreuter Umgang/ Begleitete Übergabe • Freiwilligen-Agentur-Tatendrang • Zu Hause gesund werden • Neuer Start • Seniorenbörse • Spurwechsel ab 55 • fremd-vertraut • FIT-Finanztraining-Haushaltsbudgetberatung • Gesprächsforum: PolitikFrauenGesellschaft • Wirtschaftliche Beratung • Juno • Offener Treff • Lesezeichen  
Der Verein ist Mitglied bei:  
Der Paritätische – LV Bayern, Stadtbund Münchner Frauenverbände



Landkreis München

