



Stadt
Erlangen

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen*

erlangen.de/25november



Veranstaltungsprogramm



Hilfsangebote für gewaltbetroffene Frauen* in Erlangen

Frauenhaus Erlangen

Telefon: 09131 25872
E-Mail: info@frauenhaus-erlangen.de
Jederzeit erreichbar!

Beratungsstelle des Frauenhauses

Gerberei 4, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 25878
E-Mail: info@frauenhaus-erlangen.de
Website: frauenhaus-erlangen.de

Frauennotruf Erlangen

Hauptstraße 33, 91054 Erlangen
Telefon: 09131 209720
E-Mail: info@frauennotruf-erlangen.de
Website: www.frauennotruf-erlangen.de

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

Telefon: +(49)116016
Jederzeit erreichbar!

Polizei:

Beauftragte für Frauen & Kinder
Telefon: 09131 760209
Jederzeit erreichbar!

Weisser Ring Erlangen

Telefon: 09195 7999
E-Mail: erlangen@mail.weisser-ring.de

Vertrauliche Spurensicherung bei sexualisierter Gewalt

Sofort Spuren sichern lassen, ohne eine Anzeige stellen zu müssen!

Frauenklinik Uniklinikum Erlangen
Website: www.frauenklinik.uk-erlangen.de
Kinderklinik Uniklinikum Erlangen
Website: www.kinderklinik.uk-erlangen.de

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen*

Erneut sind die Zahlen geschlechtsspezifischer Gewalt gestiegen. Häusliche Gewalt ist eine Menschenrechtsverletzung, welche überwiegend Frauen*, queere Personen und Kinder betrifft. In ihrem Leben wird jede dritte Frau Opfer von Gewalt durch einen Mann – auch wenn das schwer vorstellbar ist: Wir alle kennen jemanden. Deshalb möchten wir jede*n Einzelne*n ermutigen:



**Schau hin!
Sag was!
Setz dich ein!**

Nur gemeinsam können wir gegen die Strukturen vorgehen, die geschlechtspezifische Gewalt begünstigen und gesellschaftlich dulden: Geschlechterstereotype, Abwertung von allem, was als nicht-männlich gilt und ungleich verteilte Machtverhältnisse. Letztere zeigen sich im realen Leben und in den letzten Jahren vermehrt auch online (vgl. S. 12 virtuelle Gewalt).

Das Engagement kann klein im Alltag beginnen: auf „starke Jungs“ und „hübsche Mädchen“ verzichten; eine Frau* ansprechen, wenn man ein komisches Gefühl hat; darauf hinweisen, wenn jemand sich sexistisch verhält oder äußert – auch wenn es vermeintlich ein „Witz“ war. Die Möglichkeiten, Verantwortung zu übernehmen sind vielfältig – wie auch die Angebote dieser Broschüre zeigen. Sicher ist: Nur zusammen können wir gegen die gewaltbegünstigenden Strukturen vorgehen, die vorherrschen. Es kann mit einer Teilnahme an einer der Veranstaltungen aus dieser Broschüre anfangen.

Wir danken allen Beteiligten und Interessierten für ihren ungebrochenen Einsatz gegen Gewalt an Frauen*.

Ihre Gleichstellungsstelle

Projekt: Menschenrechte stärken – FGM/C begegnen

Die Gesundheitsregion^{plus} ERH & ER und die Gleichstellungsstellen der Stadt Erlangen und des Landkreises Erlangen-Höchstadt arbeiten gemeinsam im Projekt „Menschenrechte stärken – FGM/C begegnen“.

„FGM/C“ steht für „Female Genital Mutilation / Cutting“, also weibliche Genitalverstümmelung und -beschneidung. Diese Menschenrechtsverletzung an Mädchen und Frauen wird weltweit in über 90 Staaten betrieben – obwohl die Praxis nahezu überall verboten ist. In Deutschland wird von mittlerweile über 100.000 betroffenen Frauen und mehr als 17.000 gefährdeten Mädchen ausgegangen.

Mit dem Projekt soll die Versorgung in der Region verbessert werden. Neben der Veranstaltung für die Stadtgesellschaft finden Schulungsveranstaltungen für psychosozial Beratende und medizinische Fachkräfte statt. Außerdem wird es 2026 voraussichtlich eine kostenfreie Fortbildung für Sprach- und Kulturmittelnde zu FGM/C geben.

Weitere Informationen zum Projekt und den Schulungsangeboten finden Sie hier:

www.erlangen.de/aktuelles/fgmc

Programm

„Die richtigen Worte finden“ – über weibliche Genitalverstümmelung und -beschneidung sprechen!

Vortrag und Gespräch

Referentin: Rahma Abdi, Kulturdolmetscherin bei Wüstenrose (IMMA e.V. München) und freiberufliche Dolmetscherin

Donnerstag | 30. Oktober 2025 | 19:00 Uhr

Stadtbibliothek Erlangen, Marktplatz 1, 91054 Erlangen, Bürgersaal

Kostenfrei und ohne Voranmeldung

Hinweis: Die Plätze sind begrenzt. Früh kommen lohnt sich.

Das Thema weibliche Genitalverstümmelung, kurz FGM/C, ist ein sehr intimes für Betroffene. Allgemeine Tabuisierung und kulturelle Unterschiede können Unsicherheiten und Ängste auslösen:

Was passiert, wenn das Thema FGM/C im eigenen Alltag auftaucht? Wie kann ich es ansprechen? Wie sehen die Unterschiede beim Sprechen über FGM/C mit erwachsenen Frauen, Jugendlichen und mit Eltern potenziell gefährdeter Mädchen aus? Was können wir tun, um den Kinderschutz zu stärken?

Gefährdete und Betroffene müssen gesehen werden. Wir nähern uns an diesem Abend den Herausforderungen anhand von Praxisbeispielen und blicken darauf, wie Frauen und Mädchen empowert werden können.

Eine Kooperation im Projekt „Menschenrechte stärken – FGM/C begegnen“ mit der Stadtbibliothek Erlangen

❸ rollstuhlgerecht

Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention



LANDRATSAMT
ERLANGEN-HÖCHSTADT
STAATLICHES GESELLSCHAFTSAMT



Empathie und Widerstand

Lesung und Gespräch

Referentin: Kristina Lunz

Dienstag | 11. November 2025 | 19:00 Uhr

Stadtbibliothek Erlangen, Eintritt: 10 Euro (Überweisung oder Abendkasse)

Anmeldung erbeten an bildung.evangelisch-er@elkb.de

Gerade in krisenhaften Zeiten ist es wichtig, einen klaren moralischen Kompass zu haben, die eigenen Werte zu kennen und auch zu ihnen zu stehen. Kristina Lunz ist überzeugt: Empathie und Widerstand sind hilfreiche Hebel, um die eigene Haltung zu finden, Menschlichkeit zu zeigen und Wandel zu gestalten. In ihrer Lesung schildert sie, basierend auf persönlichen Eindrücken, wie wir auf eine gerechtere Welt hinwirken können.

BildungEvangelisch Erlangen in Kooperation mit der Stadtbibliothek Erlangen

.....

Die Rolle von Männern im Kontext der Bekämpfung von Gewalt an Frauen*

Podiumsgespräch

Teilnehmende: Annika Olschok vom Frauenhaus Erlangen, Oberbürgermeister Dr. Florian Janik, #HeForShe-Botschafter Fikri Anil Altintas und Ramona Nürnberger von dem Projekt Heroes

Donnerstag | 13. November 2025 | 19:00 Uhr

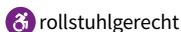
Kreuz + Quer, Haus der Kirche, Bohlenplatz 1, 91054 Erlangen

Kostenfrei, Voranmeldung erbeten bei: bildung.evangelisch-er@elkb.de

Der Autor und #HeForShe-Botschafter Fikri Anil Altintas kommt an diesem Abend mit Oberbürgermeister Dr. Florian Janik, Annika Olschok vom Frauenhaus Erlangen und Ramona Nürnberger von Heroes Nürnberg ins Gespräch über die Rolle von Männern im Kontext der Bekämpfung von Gewalt an Frauen* und Mädchen*.

Gemeinsam sprechen wir über sich verändernde Rollenbilder und das Geschlechterverhältnis und wie diese Nährboden für Gewalt sind und was dagegen helfen kann.

Eine Kooperation der Gleichstellungsstelle der Stadt Erlangen, BildungEvangelisch, dem Frauennotruf und dem Frauenhaus Erlangen



Internationaler Männertag

19. November 2025

In den meisten Fällen sind es Männer, die Gewalt ausüben – in Partnerschaften, Familien oder im öffentlichen Raum. Diese Realität macht deutlich: Wenn wir Gewalt gegen Frauen* beenden und Geschlechtergleichstellung erreichen wollen, müssen wir auch über Männlichkeiten in unserer Gesellschaft sprechen.

Am 19. November wird der Internationale Männertag begangen. Er bietet einen Ausgangspunkt, sich mit den vielfältigen Facetten von Männlichkeit auseinanderzusetzen: Welche Erwartungen an „Mann-Sein“ fördern Gewalt? Welche gesellschaftlichen Strukturen begünstigen Machtmissbrauch? Und wie können Männer selbst Verantwortung übernehmen, um Gewalt zu verhindern?

Dazu braucht es Angebote zur Selbstreflexion über das eigene Mann-Sein, Programme der Täterarbeit und „gute“ Vorbilder.

Gewaltfreiheit ist kein Zustand, der von selbst entsteht und sie kann auch nicht nur durch die Arbeit der Frauen* entstehen. Solidarische Männer, die Verantwortung übernehmen und sich gegen Gewalt positionieren sind entscheidend, um Veränderung möglich zu machen.

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen

Mitmachaktion: „Wir brechen das Schweigen“

ab 14. November 2025

Auch in diesem Jahr solidarisiert sich die Stadt Erlangen mit gewaltbetroffenen Frauen im Rahmen der Teilnahme an der Mitmachaktion „Wir brechen das Schweigen“, zu der das Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen bundesweit aufruft. Unter der Nummer 116 016 des Hilfetelefons erhalten Betroffene telefonisch oder via Online-Beratung kostenlose und anonyme Hilfestellungen an 365 Tagen im Jahr, rund um die Uhr und (durch Zuschaltung von Dolmetschenden) in 18 Fremdsprachen.

Machen auch Sie mit: Setzen Sie beispielsweise ein Zeichen, indem Sie ab dem 14. November ein Foto mit dem Aktionsschild oder Aktionsfilter unter dem Hashtag #Schweigenbrechen in den sozialen Medien veröffentlichen.

Aktions-Material und weitere Informationen finden Sie hier:
www.hilfetelefon.de/kampagnen-aktionen/aktionen/schweigen-brechen.html



Am 25. November ist Orange Day!

Gemeinsam gegen Gewalt an Frauen

#SchweigenBrechen



WenDo – Schnupperkurs für Frauen* von 16-99 Jahren

Trainerin: Angie Thomas

Freitag | 14. November 2025 | 17:30 bis 20:00 Uhr

Villa an der Schwabach, Hindenburgstr. 46, 91054 Erlangen

Anmeldung bis 09.11.25, die Reservierungen laufen über

BildungEvangelisch: Bildung.Evangelisch-ER@elkb.de

Es wird eine Anmeldegebühr von 7€ pro Frau pro Kurs erhoben.

Mehr Infos über WenDo unter angie-thomas.de

Jede Frau* kann sich vor Angriffen schützen und wehren!

Im WenDo trainieren wir:

- die Wahrnehmung, um „heikle“ Situationen zu erkennen
- selbstbewusstes Auftreten, um verbal Grenzen zu setzen
- leicht zu erlernende Selbstverteidigungstechniken für den Notfall

Alle sind herzlich willkommen, unabhängig von Alter, Fitness und Sprache.

Veranstaltet in Kooperation von der Gleichstellungsstelle der Stadt Erlangen, dem Frauenzentrum und BildungEvangelisch

Frauengeschichte(n) in Erlangen

Öffentliche Stadt Führung des Erlanger Tourismus und Marketing Verein e.V.
Stadtführerin: Mairi Barkei

Samstag | 22. November 2025 | 11:00 Uhr

Treffpunkt: Hugenottenplatz, Eingang Hugenottenkirche

Keine Anmeldung erforderlich, Preise: Erw. 9,50€/ermäßigt 8,50€ (gilt für Schüler, Studenten & Azubis; gegen Nachweis)/ Kinder bis 14 Jahre & in Begleitung eines Erwachsenen sind frei

„Von Hugenottinnen, Wissenschaftlerinnen und Hausfrauen“ – zwar standen häufig die Männer im Vordergrund der Geschichtschroniken, dennoch prägten auch die Frauen maßgeblich die Historie mit. Das Leben der Frauen wurde aber auch entscheidend durch die Zeit und die Gesellschaft, in der sie lebten, geprägt. Die Geschichte der Frau ist vielfältig und facettenreich – auch in Erlangen. Begleiten Sie uns auf einem interessanten Rundgang durch die Zeit.

 barrierefrei

Embrace – Du bist schön

Sonntagsmatinée: Film und Gespräch

Referent*in: Prof. Dr. Stefanie Horndasch, Bielefeld

Sonntag | 23. November 2025 | 11:00 Uhr

vhs Erlangen, club INTERNATIONAL Friedrichstr. 17, 91054 Erlangen

Um Anmeldung über www.vhs-erlangen.de wird gebeten,

Kursnummer 24W201043

Frauen stehen unter großem Druck Schönheitsidealen zu entsprechen und werden auf diese reduziert. Versuch doch mal, Menschen Komplimente unabhängig von ihrem Aussehen zu machen!

91 Prozent aller deutschen Frauen sind mit ihrem Körper unzufrieden. Essstörungen und Schönheitsoperationen sind oft die Folge. Der viel beachtete Dokumentarfilm „Embrace – Du bist schön“ setzt sich kritisch mit westlichen (Zwangs-) Schönheitsidealen auseinander und ermutigt Frauen, ihr Aussehen zu akzeptieren. Die australische Regisseurin Taryn Brumfitt erzählt ihre eigene Geschichte und plädiert vehement für eine veränderte Wahrnehmung des Frauenkörpers.

♿ rollstuhlgerecht

📱 Mobile FM Anlage vorhanden

📞 Gebärdendolmetschen möglich, wenn 2 Wochen vorher beantragt.

„Gewalt kommt mir nicht in die Tüte“

Auch im Jahr 2025 werden in zahlreichen Bäckereien und Apotheken bedruckte Tüten verwendet, mit denen auf geschlechtsspezifische Gewalt aufmerksam gemacht wird.

Die Brottütenaktion „Gewalt kommt mir nicht in die Tüte“ wird jährlich communal von der Stadt Erlangen und dem Landkreis Erlangen-Höchstadt organisiert sowie durch die Bäckerinnung Erlangen-Hersbruck, die ZONTA Clubs Erlangen & Herzogenaurach, das Autonome Frauenhaus Erlangen sowie die Beratungsstelle Frauennotruf Erlangen unterstützt.

Alles was Recht ist

Studie gegen Diskriminierung,

Teilnahme an der Studie

Referent*innen: Ina Fischer,

Heike Herzog

Montag | 24. November

2025 | 16:00 bis 18:00 Uhr

ZSL, Luitpoldstr. 34, 91052 Erlangen

Gewalt wird oft durch Diskriminierung begünstigt. Dies gilt auch für Frauen mit Behinderungen, die häufig und von vielen Formen der Gewalt betroffen sind.

Die Antidiskriminierungsstelle des Bundes führt aktuell eine Studie durch, die die Möglichkeit bietet, über Diskriminierung zu berichten.

Im ZSL informieren wir individuell zwischen 16 und 18 Uhr über die Studie und bieten Frauen mit Behinderungen die Möglichkeit, an dieser vor Ort teilzunehmen.

Wusstest du, dass die Diskriminierungsmerkmale Geschlecht, sexuelle Orientierung, Behinderung, Armut, Herkunft, Religion und Alter sich gegenseitig verstärken können?
Das Büro für Chancengleichheit und Vielfalt setzt sich dafür ein, Benachteiligungen abzubauen.



ZONTA says NO

Beleuchtung in ORANGE

Dienstag | 25. November 2025 | nach Einbruch der Dunkelheit

Kamin der ESTW, The Wings und das Gebäude der SIEMENS AG in der Siemenspromenade 10 sowie in der Frauenauracher Straße 80

Die Farbe Orange wurde vor vielen Jahren von den Vereinten Nationen dazu bestimmt, auf ihre weltweite 16-Tage-Kampagne gegen Gewalt an Frauen und Mädchen aufmerksam zu machen. Die Kampagne fängt jedes Jahr am 25.11., dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen und Mädchen an und endet am 10. Dezember, dem Internationalen Tag der Menschenrechte. Frauen-Organisationen weltweit nutzen jedes Jahr die Farbe Orange in ihren Kampagnen. Auf Initiative von ZONTA werden in vielen Städten Gebäude beleuchtet und seit einigen Jahren - auch in Erlangen - orangene Bänke von ZONTA aufgestellt.

Die Beleuchtung in Orange ist eine gemeinsame Aktion des ZONTA Club Erlangen, der ESTW und der SIEMENS AG

Patriarchale Gewalt stoppen

Kundgebung und Demo

Referent*in: Feministisches Bündnis Erlangen

Dienstag | 25. November 2025 | ab 17:00 Uhr

Beşiktaş-Platz (geplant)

kostenlos, keine Anmeldung, einfach vorbeikommen

Anlässlich des Internationalen Tags gegen Gewalt an Frauen und Queers lädt das Feministische Bündnis Erlangen zu einer Kundgebung mit anschließender Demo ein. Danach (ab 19 Uhr) gibt es im Zentrum Wiesengrund (Wöhrmühle 7) eine gemütliche Kneipe mit Essen und Raum zum Austausch.

Mehr Infos auf Instagram: @fem.buendnis.erlangen

ⓘ rollstuhlgerecht

Digitale geschlechtsspezifische Gewalt - zwischen Bildschirm und Strafanzeige

Input und Podiumsgespräch

**Mittwoch | 26. November 2025 | 19:00 Uhr,
Einlass ab 18:00 Uhr**

E-Werk Kulturzentrum, Kellerbühne, Fuchsenwiese 1, 91054 Erlangen

Die tägliche Nutzung von Handy, PC und Internet ist aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Zunehmend werden über Soziale Medien und Messenger-Dienste insbesondere Frauen und vulnerable Gruppen gezielt angegriffen, beleidigt, bloßgestellt und bedroht. Cybermobbing, Stalking, Bildmontagen, Hasskampagnen oder das Verbreiten sensibler Informationen ohne Zustimmung stellen unsere Gesellschaft, aber auch Polizei und Justiz vor Herausforderungen.

Seien Sie dabei, wenn Expert*innen aus der Justiz sowie der Polizei und Betroffene über die weitreichenden Auswirkungen geschlechtsspezifischer digitaler Gewalt diskutieren und Handlungs(un)möglichkeiten betrachten.

Kooperationsveranstaltung zwischen der Gleichstellungsstelle der Stadt Erlangen, dem Büro für Gender und Diversity der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg und dem E-Werk

ⓘ rollstuhlgerecht

Principess

Konzert

Freitag | 28. November 2025 | 20:00 Uhr, Einlass 19:00 Uhr

E-Werk, Kulturzentrum Kellerbühne, Fuchsenwiese 1, 91054 Erlangen

Eintritt auf Spendenbasis an der Abendkasse, Infos auf e-werk.de

Maria! Teresa! Julia! Gewiss keine Princesses, sie sind einfach Principess. Gekommen sind sie, die alte Welt aufzumischen. Sie singen von den „Waffen einer Frau“, übers Hadern mit sogenannten idealen Werten und über das Fehlen der Solidarität von Frauen untereinander. Sie spielen mit Ästhetik und Stereotypen.

PRINCIPESS – DIE FEMINISTISCHE RETTUNG DES POP!

Eine Kooperation zwischen dem Kulturzentrum E-Werk, der Beratungsstelle Frauennotruf, dem Frauenzentrum, dem Autonomen Frauenhaus und der Gleichstellungsstelle der Stadt Erlangen

ⓘ rollstuhlgerecht

Ungleiche Machtverhältnisse bestehen auch in Kunst und Kultur. Unterstütz doch mit einem Konzertbesuch explizit weibliche oder queere Künstler*innen.



Gefühlen kreativ begegnen: Angst, Scham und Wut - Eine kreative Workshopreihe für Frauen

Teil I: Wut

Referentin: Marina Weißmüller

Dienstag | 02. Dezember 2025 | 18:00 Uhr

Frauenzentrum, Anmeldung: info@frauenzentrum-erlangen.de bis 3 Tage vor dem jeweiligen Termin, Kosten: 15,- € pro Termin

Wut wird Frauen* nach wie vor oft abgesprochen – sie seien dann hysterisch. Männer hingegen werden abgewertet, wenn sie sich emotional zeigen. Das setzt alle unter Druck. Sich selbstbewusst mit den eigenen Emotionen auseinanderzusetzen, hilft, gegen Geschlechtsstereotype vorzugehen. Vielleicht traust du dich auch als Mann mal, mit deinen besten Freunden über Gefühle zu sprechen?

Dieser Workshop ist Teil I einer Workshopreihe und richtet sich an Frauen, die sich mit den oft tabuisierten Gefühlen Angst, Scham und Wut auseinandersetzen möchten. Im Mittelpunkt stehen kreative Methoden aus der Kunsttherapie, die es ermöglichen, diesen Emotionen auf neue Weise zu begegnen.

Jeder Workshop widmet sich einem der drei Gefühle. Durch gestalterische Prozesse, angeleitete

Reflexion und den Austausch in der Gruppe entsteht ein geschützter Raum für Selbsterfahrung und persönliches Wachstum.

Ziele der Workshopreihe:

- Zugang zu eigenen Gefühlen finden
- Emotionen ausdrücken statt unterdrücken
- Selbstakzeptanz und Selbstwirksamkeit stärken
- Verbindung mit anderen Frauen erleben

Die Teilnahme ist auch an einzelnen Terminen (Termine 2026 zu den Themen: Angst und Scham) möglich. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

 Zugang ist barrierefrei

Veranstalter*innen



Stadt Erlangen
Gleichstellungsstelle



KULTURZENTRUM
E-WERK
Erlangen



Autonomes
Frauenhaus
Erlangen



BILDUNG
EVANGELISCHE



Beratungsstelle
Frauennotruf
Erlangen



vhs
Volkshochschule
Erlangen



Alles was
Recht ist.
visit erlangen



FRAUEN
ZENTRUM
Erlangen



ZSL Erlangen
Zentrum für selbstbestimmtes Leben Behinderter e.V.



ZONTA
INTERNATIONAL
Zonta Clubs of Erlangen & Herzogenaurach



Hinweis auf Website

Das Veranstaltungsprogramm und aktuelle Informationen finden Sie auch unter www.erlangen.de/25november

Hinweis zur Barrierefreiheit

Sie haben eine Behinderung und brauchen daher besondere Unterstützung?

Melden Sie sich bei uns:

gleichstellungsstelle@stadt.erlangen.de

Tel.: 09131 861873



rollstuhlgerecht



mobile FM-Anlage



Gebärdendolmetschen

Herausgeber:

Stadt Erlangen

Büro für Chancengleichheit und Vielfalt

Gleichstellungsstelle der Stadt Erlangen

Rathausplatz 1

91052 Erlangen

Gestaltung: Ina Meillan

Titelbild: © asiandelight | stock.adobe.com

Druck: WIRmachenDRUCK GmbH, Mühlbachstraße 7, 71522 Backnang

Diese Publikation ist auf 100% Recyclingpapier gedruckt.



erlangen.de/socialmedia