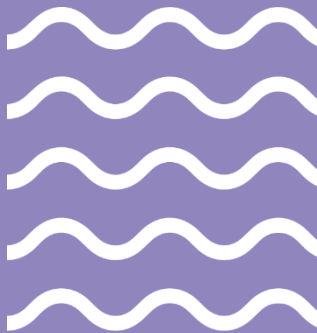


FEMINISTISCHER MÄRZ 2026



Dein Veranstaltungskalender der bezirklichen
FRAUEN*Initiativen in

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG



Bild: FHXB Museum Friedrichshain-Kreuzberg und Women in Exile



Feministischer Highlights – schon vor vor dem März:



Freitag, 20.02.2026 | 17 Uhr - Laufzeit 21.02. – 17.05.2026

Die Ausstellung „Wege des Widerstandes“ von *Women in Exile e.V.* in Kooperation mit dem FHXB Friedrichshain-Kreuzberg Museum beleuchtet die Archivpraktiken und das politische Engagement von *Women in Exile* und ihren Unterstützer*innen in Berlin, Brandenburg und darüber hinaus. Im Mittelpunkt steht die Arbeit und Vernetzung der Organisation im Kontext europäischer Migrations- und Asylpolitiken.

Anhand von Dokumenten und Erinnerungen aktivistischer Praktiken zeigt die Ausstellung, wie *Women in Exile* trotz systematischer Ausgrenzung solidarische Bündnisse aufgebaut hat. Damit hebt die Ausstellung die Rolle feministischer Solidarität und Basisbewegungen im Kampf gegen Rassismus hervor. Als Teil der Dauerausstellung „ortsgespräche - ferngespräche - ortsgeschichten“ knüpft sie an zivilgesellschaftliche Organisationen und Initiativen im Bezirk an, die sich für politische Teilhabe und soziale Gerechtigkeit einsetzen.

Eröffnung am 20.02.2026 um 17 Uhr

Ort: FHXB Museum - Adalbertstr. 95A, 10999 Berlin

Ausstellung auf Deutsch und Englisch.

Eine Ausstellung von Women in Exile e.V. in Kooperation mit dem FHXB Friedrichshain-Kreuzberg Museum.

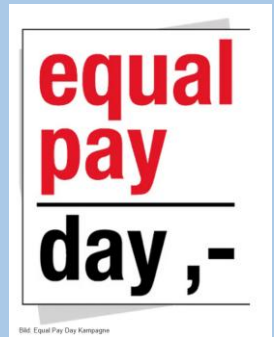
[Mehr Infos hier](#)



Freitag, 27.02.2026 – Equal Pay Day

Flaggenhissung und Infostand

Der Equal Pay Day macht auf den Gender Pay Gap aufmerksam – 2026 beträgt er in Deutschland 16 %. Das bedeutet: Frauen verdienen pro Stunde durchschnittlich 16% weniger als Männer - im Schnitt rund 300€ weniger Nettolohn pro Monat. Die Lohnlücke wirkt sich nicht nur im Arbeitsleben aus, sondern setzt sich bis in die Rente fort.



Unter dem Motto „**equal pay every day**“ zeigt die Kampagne, wie sich Ungleichheiten über alle Lebensphasen hinweg aufbauen und wo Veränderungen ansetzen müssen, damit Lohngerechtigkeit alltägliche Realität wird.

Gemeinsam mit **Bezirksbürgermeisterin Clara Herrmann** und **Stellvertretende Bezirksbürgermeisterin Regine Sommer-Wetter** hissen wir um **10:30 Uhr vor dem Rathaus in Friedrichshain** die die Equal Pay Day Fahne als sichtbares Zeichen für Gleichberechtigung.

Die Beauftragten für Gute Arbeit und Ausbildung, Chancengleichheit am Arbeitsmarkt des Jobcenters, Gleichstellungsbeauftragte des Bezirks Friedrichshain-Kreuzberg informiert die im Rahmen der Flaggenhissung Frauen und weitere Interessierte im öffentlichen Raum über Ungerechtigkeiten in der Entlohnung und deren mögliche Ursachen.

Danach zieht der Info stand weiter. [Mehr Infos hier](#)

Ort: Rathaus Friedrichshain – Frankfurter Allee 35/37, 10247 Berlin

Uhrzeit: 10:30 Uhr



Dienstag, 03.03.2026

11.00 - 12.00 Uhr

Unternehmensstammtisch für Beruf und Pflege für KMU

Ab Februar 2026 gibt's jeden ersten Dienstag im Monat unseren neuen Stammtisch für KMU: ein unkomplizierter Raum für Austausch, Impulse und Vernetzung. Zum Auftakt lernen Sie die wichtigsten Unterstützungs- und Beratungsangebote kennen.

Gleichzeitig stehen Ihre Fragen, Herausforderungen und Erfahrungen im Mittelpunkt. Ein besonderes Plus: KMU profitieren in diesem Format auch vom Know-how großer Unternehmen - von bewährten Standards über Best Practices bis hin zu praxiserprobten Lösungen für eine gelingende Vereinbarkeit.

[Mehr Infos hier](#)

Ort: online

Dozentin: Petra Kather-Skibbe

kostenfrei



Freitag, 06.03.2026

10-30 - 12-00 Uhr

Infoveranstaltung für Frauen mit Migrationserfahrung: Arbeit, Beruf und Ausbildung

Wir laden Sie herzlich zu einer Informationsveranstaltung mit Eléonore Bekamenga von AYEKOO e.V. ein. In einer gemütlichen Atmosphäre besprechen wir gemeinsam, wie Sie Ihren beruflichen Einstieg in Deutschland erfolgreich gestalten können und informieren über verschiedene Möglichkeiten und Wege in Arbeit und Ausbildung.

**Ort: Mittelpunktbibliothek Wilhelm
Liebknecht / Namik Kemal
Adalbertstraße 2, 10999 Berlin**

Zielgruppe: Frauen* mit
Migrationserfahrung

Sprache: Deutsch, Erklärungen sind bei Bedarf auch auf Englisch oder Französisch möglich.

[Bitte um Anmeldung.](#)

Kostenlos, barrierefrei

[Mehr Infos hier](#)

Samstag, 07. 03.2026 | 14:30 - 17:30 Uhr

Feministischer Stickkreis

Sticken als Form des Ausdrucks, der Erinnerung und des Protests gegen geschlechtsspezifische Partnergewalt. Der Stickkreis ist ein Raum von Frauen für Frauen: zum Ankommen, Austauschen, Vernetzen und um feministische Themen sichtbar zu machen – Stich für Stich, Faden für Faden.

**Ort: Stadtteilkoordination,
Naunynstraße 73, 10997 Berlin**

offen für alle FLINTA

Kostenloses Angebot, Materialien sind vor Ort, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Räumlichkeiten sind leider nicht barrierefrei.

[Mehr Infos hier](#)

Freitag, 20. 03.2026 | 15 Uhr

Gedenkaktion gegen Feminizide

Wir gedenken aller Opfer von Feminiziden in diesem Jahr. Wir fordern Gerechtigkeit, Sichtbarkeit und Schutz für alle Frauen – nicht eine weniger! Kommt zahlreich zu unserem kollektiven Trauern.

Ort: Admiralbrücke - Kreuzberg

Zielgruppe: alle

Bringt gerne Kerzen zum Gedenken mit. Die Admiralbrücke ist barrierefrei zu erreichen.

[Mehr Infos hier](#)



Freitag, 06.03.2026

14.00 - 17.00 Uhr

Workshop: Schamanische Reise und Begegnung mit einem Arcana Maggiore

spirituelle Erfahrung und Tarot

**Ort: Frauenprojekt Mariposa
Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin**

Zielgruppe: Frauen

Sprache: Deutsch und Italienisch

kostenfrei, barrierefrei

Anmeldungen unter
b.apicella@awo-spree-wuhle.de

[Mehr Infos hier](#)



Freitag, 06.03.2026 | 19 Uhr

Comiclesung von Rinah Lang:

"Peri Meno"

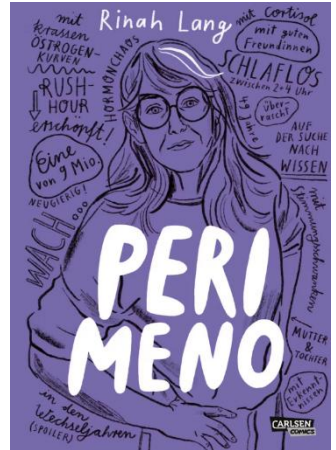


Bild: Carlsen

Die Berliner Illustratorin und Comickünstlerin Rinah Lang stellt ihr Comicdebüt "Peri Meno" vor: Ein spannender Blick auf die Wechseljahre, der authentisch und nahbar eine persönliche Geschichte erzählt und damit das komplexe Thema greifbar macht. Klug, kurzweilig und informativ erzählt Lang von dieser Lebensphase mit all ihren Herausforderungen.

Ort: Bezirkszentralbibliothek Pablo Neruda

Frankfurter Allee 14A, 10247 Berlin

Sprache: Deutsch

[Bitte um Anmeldung](#)

Kostenlos und barrierefrei.

[Mehr Infos hier](#)



Samstag, 07.03.2026 | 11:30 Uhr
Führung und Gespräch mit der
Historikerin Dora Busch vom
Friedhof der Märzgefallenen:
Frauen in der Märzrevolution 1848

Politische Emanzipation und
Barrikadenkampf: Die Revolution von
1848 politisierte auch Frauen.
Forderungen nach politischer
Mündigkeit und Gleichberechtigung
wurden laut. Erfahren Sie mehr über
Wortführerinnen wie Bettina von Arnim
oder Louise Aston und über die Frauen,
die auf den Berliner Barrikaden
kämpften.

Ort: Friedhof der Märzgefallenen im
Volkspark Friedrichshain
Ernst-Zinna-Weg 1

Zielgruppe: alle Interessierten

Sprache: deutsch

barrierefrei, kostenlos

Anmeldung gern unter
elke.fischer@vvn-bda.de - aber nicht
unbedingt erforderlich.

VVN/BdA Basisorganisation
Friedrichshain-Kreuzberg:
[Mehr Infos hier](#)



Bild: Wikipedia | Louise Aston



Samstag, 07.03.2026 und
Sonntag, 08.03.2026

ab 12.00 Uhr

Kunstaktion „All Female Jam 2026
- Graffiti und Siebdruck“

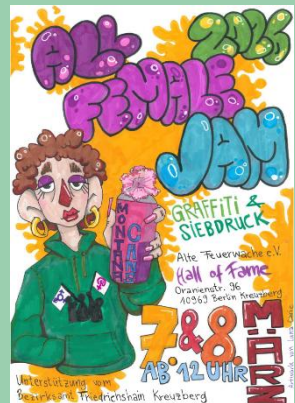


Bild: Montana-cans-Blog

Seit 2008 kommen Frauen aus ganz
Berlin und darüber hinaus rund um den
Internationalen Frauentag zusammen,
um die Wände der Hall of Fame an
der Alten Feuerwache Kreuzberg zu
gestalten. Auch das diesjährige Jam
verwandelte den Ort wieder in eine
lebendige Leinwand voller Stimmen,
Visionen und Solidarität.

Unter dem stärkenden Motto „Each
One Teach One“ schlossen sich
Künstlerinnen aller Erfahrungsstufen -
von ersten Sprühversuchen bis hin zu
erfahrenen Writerinnen - zusammen,
um kraftvolle, ausdrucksstarke Werke
zu schaffen, die Stärke, Vielfalt und
Schwesternschaft feiern.

[Mehr Infos hier](#)

Ort: Alte Feuerwache e.V., Hall of
Fame, Oranienstraße 96, 10969 Berlin

Samstag, 07.03.2026 | 19.00 Uhr

Konzert der Mariposa Voices

Konzert zum Internationalen
Frauentag

**Ort: Café Wostock in Weitlingstr. 97
10317 Berlin**

Zielgruppe: Frauen

Sprache: verschiedene

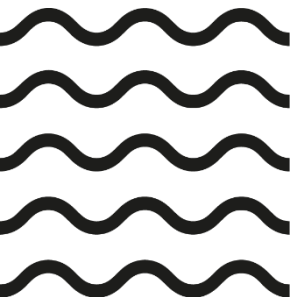
einfach kommen 😊

kostenfrei, nicht barrierefrei

[Mehr Infos hier](#)



Träger des
Frauenprojektes
Mariposa ist die AWO
Kreisverband Berlin
Spree-Wuhle e.V.



Sonntag, 08.03.2026 | 11.00 Uhr

Veranstaltung zum Internationalen Frauentag 2026

Input zur „**Gleichstellung der Frauen -
gestern, heute und morgen**“ mit
anschließendem Gespräch - Begegnung
von Frauen und Frauengruppen und
Brunch in einer angenehmen
Atmosphäre

**Ort: Türkischer Frauenverein
Jahnstraße. 3, 10967 Berlin**

Wer möchte, kann gerne Essen und
Getränke mitbringen.

Wir bitten um Anmeldung:

Tel.: (030) 692 39 56

E-Mail: [info@tuerkischerfrauenverein -
berlin.de](mailto:info@tuerkischerfrauenverein-berlin.de)

kostenfrei, bedingt barrierefrei

[Mehr Infos hier](#)



Logo: Türkischer Frauenverein Berlin

ENOUGH!

Montag, 09.03.2026

Aktionstag ENOUGH! GENUG! BASTA! Globaler Frauen*general Streik

ENOUGH! ist eine offene, globale Bewegung, die kollektive Stärke sichtbar macht und sich für Gleichberechtigung, Würde, Klimagerechtigkeit und ein solidarisches Zusammenleben einsetzt.

Der Begriff „Streik“ wird dabei als gesellschaftliches Symbol genutzt, nicht im arbeitsrechtlichen Sinn.

ENOUGH! Ruft in Erinnerung, dass kollektive Stärke Veränderung möglich macht. Daran knüpfen historische Vorbilder an – von Lysistrata bis zum isländischen Frauenstreik 1975, als Isländerinnen das Land für einen Tag stillstehen ließen und damit wichtige gesellschaftliche und gesetzliche Veränderungen anstießen.



Bild: Bildmaterial Enough

Am 9. März finden weltweit – auch in Berlin – zahlreiche Aktionen im Rahmen von ENOUGH! statt, die als symbolische Ausdrucksformen gesellschaftlichen Protests gestaltet sind. Von Sitzen, Liegen und Singen bis hin zu Tanzen, Picknicken oder einer Minute Schreien – die Vielfalt der Ideen macht die kollektive Stärke sichtbar. Weitere Informationen und eine Übersicht über weltweite Veranstaltungen findest du auf der Webseite von ENOUGH!.

[Mehr Infos hier](#)

Der Begriff ‚Streik‘ wird in diesem Kontext rein symbolisch verwendet und stellt keinen Aufruf zum Arbeitskampf dar. Eine Haftung oder arbeitsrechtliche Verantwortung wird nicht übernommen.



Mittwoch, 11.03.2026 | 16 - 17 Uhr

Workshop: Online-Werkzeuge zur Gestaltung Ihres Berufswegs

Hier zeigen wir Ihnen, wie Sie unsere Online-Werkzeuge auf

www.wissen-was-ich-kann.de für

sich nutzen können und

empfehlen, welche Werkzeuge

wofür am besten geeignet sind.

Ort: online

Zielgruppe: Frauen in der beruflichen Orientierung

Dozentin: Karin Erb

kostenfrei



Freitag, 13.03.2026 | 14- 17 Uhr

Workshop: ZyklusNest / Ciclo nido

Den Menstruationszyklus in eine Quelle der Kreativität verwandeln

**Ort: Frauenprojekt Mariposa
Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin**

Zielgruppe: Frauen

Sprache: Deutsch und Italienisch

Weitere Infos: Kostenfrei, barrierefrei

Anmeldungen unter
b.apicella@awo-spree-wuhle.de

Mehr Infos hier





Erfahrungsorientierter Workshop

ZyklusNest

Entdecke den Menstruationszyklus in seinem zyklischen Verlauf und verwandle dieses Wissen in eine Quelle der Kreativität. Spüre, wie du im Einklang mit dem Rhythmus deines Körpers leben kannst. Vereine Kreativität und Wohlbefinden, persönliches Wachstum und kollektiven Austausch.



**FREITAG
13.03.26
14.00 – 17.00**

**MARIPOSA
Frauenprojekt
Frankfurter Allee 110
10247 - Phän**

Francesca Tidoni ist die Initiatorin des Projekts NestBerlin, in dessen Rahmen sie Weiterbildungen im Bereich musikalischer und menstrueller Bildung anbietet.

www.nestberlin.org



ANMELDUNG: b.apicella@awo-spree-wuhle.de
Der Workshop findet auf Italienisch und Deutsch



Workshop esperienziale

Nido Ciclico

Scopri il ciclo mestruale nel suo andamento ciclico e trasforma questo sapere in fonte di creatività. Senti come puoi vivere in armonia il ritmo del tuo corpo. Unisci creatività e benessere, crescita personale e confronto collettivo.



**VENERDI
13.03.26
14:00 – 17.00**

**MARIPOSA
Frauenprojekt
Frankfurter Allee 110
10247 - Phän**

Francesca Tidoni è ideatrice del progetto NestBerlin in cui offre percorsi di formazione nel campo dell'educazione musicale e mestruale.

www.nestberlin.org



REGISTRAZIONE: b.apicella@awo-spree-wuhle.de
Laboratorio in Italiano e Tedesco

Montag, 16.03.2026 | 18.00 – 20.30 Uhr

Theaterworkshop: Nein auf der Bühne

Wir laden FLINTA* mit einer Migrationsgeschichte ein, sich mit dem Wort „NEIN“ auseinanderzusetzen:

Wozu sage ich Nein? Wann taucht das Nein auf? Fällt es mir schwer, Nein zu sagen?

Mithilfe von körperlichem Ausdruck und biografischem Theater teilen wir unsere Erfahrungen und bringen sie – unter Einbezug von fiktionalen Elementen – auf die Bühne.

Der Workshop hat zum Ziel, einen sicheren und empowernden Raum zu schaffen, in dem die Teilnehmenden ihre Fähigkeit stärken können, sich klar zu positionieren und eigene Grenzen wahrzunehmen, zu benennen und zu verteidigen.

**Ort: Theater Expedition Metropolis
Ohlauerstr. 44, 10999 Berlin**

Zielgruppe: FLINTA* mit einer Migrationsgeschichte

Sprache: Spanisch. Andere Sprachen sind sehr willkommen.

[Link zur Anmeldung](#)

[Mehr Infos hier](#)



Bild: Bildmaterial AQUITheater



Bild: Bildmaterial AQUITheater



Dienstag, 17.03.2026 | 09.30 - 16.30 Uhr

**50 Jahre Türkischer Frauenverein
Berlin e.V.: Intersektional, engagiert,
unverzichtbar!**

Einblicke ins Damals mit Gründungsfrauen; Input aus der Wissenschaft; Workshopphase: Bildung, Sprachförderung, Beruf, Schutz vor Gewalt, Aufenthalt/Zuwanderungsrecht u. Vernetzung

**Ort: Berliner Landeszentrale für politische Bildung
Revaler Str. 29, 10245 Berlin**

Kostenlos und barrierefrei

[Link zur Anmeldung für Veranstaltungen der Berliner Landeszentrale für politische Bildung - Berlin.de](#)

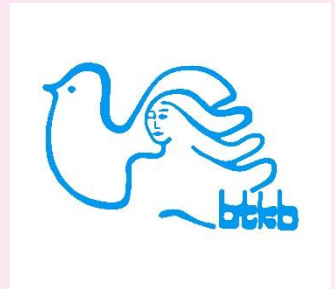


Bild: Türkischer Frauenverein Berlin



Donnerstag, 19.03.2026 | 10.00 - 12.00 Uhr

Online-Veranstaltung „Wege in die grüne Arbeitswelt“

Sie suchen einen Job mit Sinn und möchten sich in der grünen Arbeitswelt verwirklichen? In unserer Veranstaltung erfahren Sie, was genau dahintersteckt und welche beruflichen Möglichkeiten sich Ihnen eröffnen. „Grüne Berufe“ beinhalten nicht nur Landwirtschaft und Umwelttechnik, sondern auch Jobs in der Industrie, im Dienstleistungsbereich, in der Verwaltung oder in der Forschung. Es gibt viele Jobs, die für den Klimaschutz und den Umbau zu einer klimaneutralen Wirtschaft gebraucht werden und damit die Arbeitswelt von morgen prägen. Das LIFE Informationszentrum für Frauen zur beruflichen Orientierung im Klima- und Umweltschutz möchte Frauen auf ihrem Weg in die zukunftsorientierten Bereiche des Klima- und Umweltschutzes unterstützen mit Beratungen, Workshops und Online- Informationen.



Ort: online

kostenlos

Zielgruppe: Frauen, die sich für grüne Berufe interessieren.

[Link zur Anmeldung](#)



Donnerstag, 19.03.2026 | 15.00 – 17.00 Uhr

Online Informationsveranstaltung „Pflegen und berufstätig bleiben“

Sie stehen jetzt oder in naher Zukunft vor der Aufgabe, eine Ihnen nahestehende Person – Mutter, Vater, Partner*in, Kind, Nachbar*in – zu pflegen. Sie wollen berufstätig bleiben, Ihre Arbeit flexibel gestalten und hierfür eine Lösung finden. Oder Sie haben in Ihrer Funktion Kontakt zu erwerbsfähigen und erwerbstätigen Personen mit Pflegeverantwortung und erkennen, dass ein Lösungsweg für eine bessere Vereinbarung von Beruf und Pflege gebraucht wird? Die gesetzlichen Bestimmungen zur Pflege- und Familienpflegezeit bieten eine Chance, die Arbeitszeit und das Einkommen auf verschiedene Pflegesituationen zuzuschneiden. Darüber hinaus gibt es vielfache Wege im Beruf zu bleiben, finanziell abgesichert zu sein und einen beruflichen Ausgleich zur Pflegeverantwortung zu finden. An diesem Nachmittag informieren wir Sie über Möglichkeiten berufliche Tätigkeit und pflegerische Verantwortung zu verbinden. Wir laden Sie ein Ihre Fragen zu stellen.

Ort: online

[Link zur Webseite](#)

Uhrzeit: 15.00 – 17.00 Uhr

Dozentin: Laura Otten

kostenfrei



Freitag, 20.03.2026 | 14.00 – 17.00 Uhr

Workshop: stimm Dich frei – pimp up your voice!

Reise durch den Körper, Experimente mit der Stimme

**Ort: Frauenprojekt Mariposa
Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin**

Zielgruppe: Frauen

Auf Deutsch

Kostenfrei, barrierefrei

[Mehr Infos hier](#)

Anmeldungen unter b.apicella@awo-spree-wuhle.de



Workshop *Stimm dich frei – pimp up your voice!*

Mit deiner Stimme zeigst du dich in deiner momentanen Stimmung. In diesem Workshop reisen wir durch unseren Körper und experimentieren mit unserer Stimme: summend, tönend, laut und leise. Ziel unserer Reise ist ein wohliges Klangmeer!

Inhalt

- Warm-up
- Übungen aus dem Yoga, Tae Kwon Do
- Stillezeit

Bring gerne mit

- bequeme Kleidung
- Wasserflasche, kleiner Snack f. d. Pause

Anmeldung: b.apicella@awo-spree-wuhle.de
*Auf Deutsch in einfacher Sprache

Freitag, 20.03.26, 14 – 16
MARIPOSA-Frauenprojekt
Frankfurter Allee 110 - 10247

 **Jutta Scherner-Robohm**
Diplom-Ökotherapeutin
Heilpraktikerin f. Psychotherapie
www.bodybasedsounds.com



Bild: Bildmaterial AWO Spree-Wuhle

Freitag, 20.03.2026 | 15 - 18 Uhr

Single-Parent-Day

Die **Anlauf-und Koordinierungsstelle Alleinerziehende Friedrichshain-Kreuzberg** und das **Familienzentrum Adalbertstraße** laden herzlich zum „Single Parents Day“ ein. Für alleinerziehende Eltern gibt es einen Selbstverteidigungsworkshop mit Alltagsgegenständen. Da die Plätze hierfür begrenzt sind, ist eine vorherige **Anmeldung unter familienzentrum@jugendwohnen-berlin.de** wichtig. Zusätzlich wird die Beauftragte für Gute Arbeit rund um Fragen zum Berufsalltag vor Ort beraten. Natürlich ist auch für eine liebevolle Kinderbetreuung sowie Kreativangebote gesorgt.

Snacks, Kuchen und Getränke stehen bereit. Es ist alles kostenfrei.

Uhrzeit: 15.00 - 18.00 Uhr

**Ort: Familienzentrum Adalbertstraße, Adalbertstraße 23 B,
10997 Berlin**

Zielgruppe: alleinerziehende Eltern

[Mehr Infos hier](#)



Gute Arbeit für Alleinerziehende - Telefonaktionstag anlässlich des Single-Parent-Day

Alleinerziehende, die Fragen rund ums Berufsleben und die Arbeitssituation haben, können sich schon vorher von den Bezirklichen Beauftragten für Gute Arbeit und Ausbildung beraten lassen.

Uhrzeit: 10.00 - 14.00 Uhr

Per Telefon oder E-Mail unter den folgenden Kontakten:

Telefon: (030) 90298 4819

E-Mail: gute-arbeit@ba-fk.berlin.de



Single Parents Day

**Freitag: 20.03.2026
15 - 18 Uhr**

KOSTENLOS

Für alleinerziehende Eltern

**Selbstverteidigungsworkshop mit
Alltagsgegenständen
von 16-17 Uhr**

Bitte Anmeldung:
familienzentrum@jugendwohnen-berlin.de

**Beauftragte für Gute Arbeit
berät
zum Berufsleben und Arbeitssituation**



**Familienzentrum Adalbertstraße
Adalbertstraße 23 B
10997 Berlin**

**Kinderbetreuung &
Kreativangebote**

**Kuchen
&
Snacks**

In Kooperation mit  **Familienzentrum
Adalbertstraße**
Landesverband für Jugendberufshilfe

Sonntag, 22.03.2026 | 14.00 - 16.00 Uhr

Führung: Gedenkort Berliner Frauengefängnis in der Barnimstraße

Rosa Luxemburg, Frauen aus dem Widerstand gegen die Nazis, Schwangere und Sexarbeitende waren dort eingesperrt. Biografien von inhaftierten Frauen* werden vorgestellt, über die Haftbedingungen gesprochen und den Fragen nachgegangen: An wen und wie wird erinnert? Warum gibt es überhaupt Gefängnisse für Frauen?

Mit Claudia von Gélieu und Trille Schünke von Frauentouren

Ort: Berlin-Friedrichshain

Pauline-Staegemann-Str. / Barnimstraße

Zielgruppe: Alle Geschlechter sind willkommen.

Sprache: deutsch

kostenfrei, barrierearm

Bitte anmelden: frauentouren@t-online.de

[Mehr Infos hier](#)



FRAUENTOUREN

Donnerstag, 26.03.2026 | 19 Uhr

Lesung: Bianca Nawrath - "Schöne Scham,,

Bianca Nawrath stellt am 26. März 2026 in der Bezirkszentralbibliothek Pablo Neruda ihren neuen Roman "Schöne Scham" vor. Mit einem scharfsinnigen Blick auf toxische Machtstrukturen schreibt sie über Schuldgefühle, Selbstermächtigung und weibliche Solidarität. Den Abend moderiert Judith Poznan.

**Ort: Bezirkszentralbibliothek Pablo Neruda,
Frankfurter Allee 14A, 10247 Berlin**

Sprache: Deutsch

barrierefrei, kostenlos

Bitte um Anmeldung: [Link zur Webseite](#)



Bild: Frankfurter Verlagsanstalt

Freitag, 27.03.2026 | 16.30 - 19.00 Uhr

Workshop „Donne in movimento 2 – Maternità“

Diese Reihe widmet sich den klassischen Übergangsphasen im Leben von Frauen, hier speziell von italienischen Migrantinnen in Berlin. Während dieser Übergangsphasen (Migration, Jobwechsel, Mutter werden, Wechseljahre, Pflege von Angehörigen) können Zweifel und Verletzlichkeit aufkommen, aber gleichzeitig eröffnen sich auch neue Möglichkeiten. Die Reihe in italienischer Sprache möchte einen geschützten Raum in Gemeinschaft bieten, um sich auszutauschen, Ressourcen zu entdecken und die eigene Beziehung zu Arbeit, Familie, Sorgearbeit und Zukunft zu überdenken.

Die Treffen werden abwechselnd von den zwei Psychologinnen Silvia Bonapace und Valentina Campanella sowie der KOBRA-Mitarbeiterin Rosaria Chirico begleitet.

**Ort: KOBRA Kottbusser Damm 79,
10967 Berlin**

[Mehr Infos hier](#)

Sprache: italienisch



Freitag, 27.03.2026 | 19 Uhr

Lesung: Marion Kraft - „Weltenwechsel“

Die Literaturwissenschaftlerin, Autorin und Übersetzerin Marion Kraft stellt ihren Debütroman "Weltenwechsel" vor und kommt darüber mit Georgina Fakunmoju ins Gespräch. Vor dem Hintergrund der beeindruckenden Familiengeschichte von drei Frauen aus unterschiedlichen Generationen und der Suche nach Identität entfaltet sich ein neues Bild der turbulenten westdeutschen Nachkriegszeit.

**Ort: Mittelpunktbibliothek Wilhelm Liebknecht
Namik Kemal, Adalbertstraße 2
10999 Berlin**

Bitte um Anmeldung: [Mehr Infos hier](#)

barrierefrei, kostenlos



Bild: Orlanda Verlag



Hilfe bei Gewalt

In akuten Gewaltsituationen – Polizei

Telefon: 110

BIG Hotline (Berliner Initiative gegen Gewalt gegen Frauen)

030 6110300 – rund um die Uhr

E-Mailberatung: beratung@big-hotline.de

Onlineberatung: <https://www.big-hotline.de/>

Bundesweites Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

116 016 – rund um die Uhr

Onlineberatung und E-Mailberatung: [online Beratung](#)

Beratung in Gebärdensprache: [Link hier](#)

Frauenkrisentelefon e. V.

Tel: 030 61 54 243

Heimwegtelefon

Tel.: 030 12074182 (deutschlandweit)

Sonntag – Donnerstag: 21 – 24 Uhr, Freitag & Samstag 21 – 03 Uhr
erreichbar

Das Heimwegtelefon ist ein Service bei dem Sie nachts anrufen können, wenn Sie sich auf dem Heimweg unwohl fühlen. Sie werden dann von einem* einer Ehrenamtlichen am Telefon bis nach Hause begleitet.

Es gelten die Telefongebühren deines Mobilfunkanbieters für einen Anruf in das deutsche Festnetz.

Berliner Krisendienst:

Tel: 030 390 63 8

Täglich zu erreichen zwischen 16:00 – 24:00 Uhr.



Hilfe bei Gewalt

LARA - gegen sexualisierter Gewalt

Tel. 030 216 88 88 (Mo - Fr, 9-18Uhr)

Tio - Beratung für Migrantinnen*

(<https://www.tio-berlin.de/>)

Tel. 030 - 612 20 50 (Termine nur nach telefonischer Vereinbarung)

L-Support - lesbisch*-queeres Anti-Gewalt-Projekt (<https://l-support.net/>)

Hotline: 030 459 618 65

Anti-Stalking Beratung (<https://www.anti-stalking-projekt.de/stalking-beratung/>)

Tel. 030 / 24 02 02 21

Email: projektleitung@anti-stalking-projekt.de

Opferhilfe (<https://www.opferhilfe-berlin.de/>)

Tel 030 395 28 67

Gewaltschutzambulanz - rechtsmedizinische Untersuchungsstelle (<https://gewaltschutzambulanz.charite.de/>)

Tel. 030 450 570 270

Anlaufstelle "Gewalt gegen Frauen" der Bundespolizei am Berliner Ostbahnhof

Tel. 030 29 777 959

[Mehr Infos hier](#)



Der Veranstaltungskalender wurde durch Akteur*innen im Bezirk und berlinweit gestaltet. Die Verantwortung für Inhalt und Durchführung der einzelnen Veranstaltungen liegt bei den jeweiligen Trägern und Initiativen.

Herausgeberin:

Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin

Gleichstellungsbeauftragte

Jamile da Silva e Silva

E-Mail: gleichstellungsbeauftragte@ba-fk.berlin.de



BERLIN

