

Orange Days – Nein zu Gewalt gegen Frauen!

Jedes Jahr vom 25.11. bis 10.12. finden die „Orange Days“ statt.
Diese Aktionstage setzen ein Zeichen gegen Gewalt an Frauen.
Die Farbe Orange symbolisiert dabei eine Zukunft ohne Gewalt gegen Frauen.

**“STOP” VIOLENCE
AGAINST WOMEN**



Gewalt gegen Frauen ist auch in Deutschland keine Seltenheit:

- Alle 4 Minuten erlebt eine Frau Gewalt in ihrer Partnerschaft.
- Jede dritte Frau erfährt mindestens einmal in ihrem Leben physische und/oder sexualisierte Gewalt.
- 70 % der Mädchen haben bereits digitale Gewalt erlebt.

Hier finden Sie Hilfe in München

[Frauenhaus München](#)

Frauen helfen Frauen e.V.

☎ 089 645169



[Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen IMMA e.V.](#)

☎ 089 2607531



[Beratungsstelle Frauennotruf München](#)

Beratung bei sexualisierter Gewalt

☎ 089 763737



[Medizinische Hilfe für Erwachsene](#)

Untersuchungsstelle für Opfer häuslicher Gewalt
Institut für Rechtsmedizin der LMU

Nussbaumstraße 26, 80336 München

☎ 089 218073001

Untersuchung und Spurensicherung kostenlos



[Medizinische Hilfe für Kinder](#)

Bayerische Kinderschutzambulanz

Institut für Rechtsmedizin der LMU

Nussbaumstraße 26, 80336 München

☎ 089 218073001

Beratung für Betroffene und Fachkräfte,
Untersuchung und Spurensicherung kostenlos



Hilfetelefon

116 016

Gewalt gegen Frauen

www.hilfetelefon.de



Ferienbetreuung für Kinder



Es ist eine Tatsache – Kinder haben mehr Ferien als Eltern Urlaub!

Deshalb gibt es in München viele Ferienangebote für Kinder. U.a. von Kirchen, Vereinen oder direkt von der Stadt München.

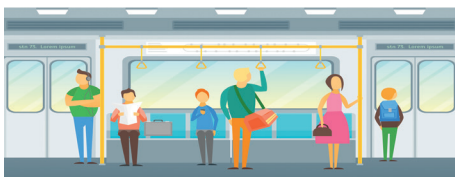
Ferienangebote, auch mit großen Vergünstigungen für Geringverdiener oder Menschen, die Bürgergeld erhalten, finden Sie [hier](#).

Rechtzeitig reinschauen und buchen nicht vergessen!

Kennen Sie schon die [Ferienangebote und den Familienpass](#) der Stadt München? Auch hier finden Sie viele Angebote und günstige Aktivitäten für die ganze Familie.



München-Pass – vergünstigte Fahrkarten nutzen



Wenn Sie einen München-Pass haben, können Sie eine ermäßigte Monatskarte für den MVV, die [IsarCard S](#), erwerben. Das Ticket ist an allen Verkaufsstellen und Automaten der MVG erhältlich.

Mit der IsarCard S können beliebig viele eigene Kinder und Enkelkinder bis zum 15. Lebensjahr mitfahren.

Den [München-Pass](#) können Sie in dem für Ihre Wohnadresse zuständigen Sozialbürgerhaus oder im Amt für Wohnen und Migration beantragen.



Ausbildung unter 25 – das Jobcenter hilft!



Seit dem 01. Juli 2023 erhalten Auszubildende und Studierende (bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres) auf ihr Einkommen höhere Freibeträge. Der Grundfreibetrag steigt auf 520 Euro.

So bleibt mehr übrig neben dem Bürgergeld. Davon profitiert die ganze Familie. Ausbildung ist und bleibt ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung und wird entsprechend unterstützt.

Beispiel: Vom Lehrlingsgeld in Höhe von 1000 Euro brutto (796 Euro netto) würden z.B. nur 132 Euro auf die Leistungen angerechnet, damit wären 330 Euro mehr in der eigenen Tasche als bei einem Teilzeit- oder Hilfsjob.

Unter bestimmten Umständen kommen noch Ausbildungsgeld und weitere Unterstützungsmöglichkeiten des Jobcenters hinzu.

Fragen Sie Ihren [Arbeitsvermittler](#) und sichern Sie sich einen Ausbildungsplatz.

