

NEWSLETTER

DEZEMBER 2025



Liebe Genossinnen und Genossen,
Liebe Freund*innen der Sozialdemokratie,

die stade Zeit steht vor der Tür. Während draußen die ersten Lichter leuchten und das Jahr langsam zur Ruhe kommt, haben wir als politisch aktive Frauen allen Grund, kurz innezuhalten. Nutzt diese Wochen, um Kraft zu tanken – denn ab Januar brauchen wir sie. Der Kommunalwahlkampf wartet, und er wird intensiv.

Warum er so wichtig ist? Die Zahlen sprechen eine unmissverständliche Sprache: In Bayern sind gerade einmal 22 Prozent der Gemeinderatsmitglieder Frauen. Bei den Bürgermeisterämtern sieht es noch düsterer aus – von über 2.000 Rathäusern im Freistaat werden nur rund 200 von einer Frau geleitet. Das ist nicht hinnehmbar – nicht für uns und auch nicht für die Demokratie.

Am 8. März 2026 haben wir die historische Chance, das zu ändern. Zum ersten Mal fallen Kommunalwahltag und Internationaler Frauentag zusammen. Dieses Datum ist kein Zufall – es ist ein Auftrag. Lasst uns dafür sorgen, dass am Abend des 8. März nicht nur Sonntagsreden gehalten werden, sondern Frauen gewählt worden sind. In Gemeinderäte, Stadträte, Kreistage – und ja, auch auf die Bürgermeisterstühle.

In diesem Newsletter berichten wir von der Bundeskonferenz mit der Wahl unserer neuen Doppelspitze Carmen Wegge und Ulrike Häfner, Carmen meldet sich in einem Gastbeitrag zu Wort und die SPD-Frauen Mittelfranken geben das Startsignal für den Kommunalwahlkampf.

Seit über 13 Jahren darf ich als Vorsitzende der bayerischen SPD-Frauen für euch arbeiten. In dieser Zeit habe ich erlebt, wie viel wir gemeinsam bewegen können – wenn wir zusammenhalten. Genau das brauchen wir jetzt wieder.

Tankt Kraft in der staden Zeit. Und dann: Auf in den Wahlkampf. Vorwärts!
Mit solidarischen Grüßen

Micky Wenngatz
Landesvorsitzende der SPD Frauen

BERICHT ZUR BUNDESKONFERENZ DER SPD-FRAUEN NEUES SPITZENPERSONAL UND WICHTIGE WEICHENSTELLUNGEN

FOTO: KATJA REITMAIER



Die Bundeskonferenz der SPD Frauen am 15. und 16. November 2025 war ein voller Erfolg. 157 Delegierte aus dem gesamten Bundesgebiet haben in Berlin einen neuen Bundesvorstand gewählt und wichtige inhaltliche Akzente gesetzt.

Neue Doppelspitze mit bayerischer Beteiligung

Wir freuen uns sehr, dass unsere Carmen Wegge, MdB gemeinsam mit Ulrike Häfner zur neuen Bundesvorsitzenden gewählt wurde. Die einstimmige Wahl von Carmen ist ein starkes Zeichen des Vertrauens – ihre klare Haltung macht deutlich: Feministische Politik wird zur Querschnittsaufgabe in der SPD.

Als Stellvertreterinnen wurden Christiane Buhl, Christine Faltynnek und Anke Schneider bestätigt. Chantal Messing verstärkt das Trio. Der Vorstand wird von elf Beisitzerinnen komplettiert; der Deutsche Frauenrat, UN Women sowie die Europäische Ebene werden durch Agnes Allrogen-Bedel, Elke Ferner und Maria Noichl vertreten.

Gleichzeitig bedauern wir, dass Bettina Marquis aus dem Vorstand ausgeschieden ist, und danken ihr herzlich für ihr wertvolles Engagement und ihren Beitrag für die Anliegen der Frauen in unserer Partei.

Dank an Maria Noichl

Besonders würdigen wir Maria Noichl, die nach acht Jahren an der Spitze der SPD FRAUEN nicht mehr für das Amt der Vorsitzenden kandidiert hat. Wir sind dankbar, dass sie die Europäische Ebene im Bundesvorstand weiterhin vertritt. In einem eigenen Beitrag würdigen wir Marias großartige Leistungen ausführlich.

#FeminisMUSS – Klares Bekenntnis zu Feminismus und Demokratie

Der Leitantrag „#FeminisMUSS – Demokratie und Feminismus gehören zusammen“ setzt ein starkes Zeichen: Wir brauchen mehr Feminismus in allen Bereichen. Der steigende Antifeminismus durch die extreme Rechte bedroht unsere Sicherheit und Demokratie – im politischen Raum, im Klassenzimmer, am Arbeitsplatz und im Internet.

Der Leitantrag ist sowohl ein starkes Bekenntnis als auch ein konkretes Arbeitsprogramm: Feministische Politik wird zur Querschnittsaufgabe – vom Gewaltschutz über faire Bezahlung bis zu echter Parität. Wir haben den Mut und den Willen, laut zu sein und nicht aufzugeben.

Meilenstein in der Prostitutionsdebatte

Nach einem zweijährigen Diskussionsprozess hat die Bundeskonferenz einen wichtigen Meilenstein gesetzt. Die erarbeiteten Grundlagenpapiere führen zu mehr Anerkennung der Problematik und Gefahren von Prostitution. Auch wenn derzeit keine einheitliche Positionierung möglich ist, sollen beide Blickwinkel künftig gleichwertig nebeneinanderstehen.

Damit geht die SPD den Weg, den Schwesterparteien in Schweden, Spanien oder Frankreich bereits gegangen sind: sich klar an die Seite der Schwächsten zu stellen. Die bloße Liberalisierung hat sich nicht bewährt und dient oft als Deckmantel für Menschenhandel und Ausbeutung. Der Beschluss stellt Frauen und Gleichstellung ins Zentrum.

Weitere wichtige Themen und Beschlüsse

In den Debatten stachen die vielen Anträge zur Frauengesundheit und reproduktiven Selbstbestimmung heraus. Angesichts zunehmender sexualisierter Gewalt und der entsetzlichen Zahl der Femizide fordert die Konferenz, Männergewalt nach dem Motto „Die Scham muss die Seite wechseln!“ gesellschaftlich zu ächten.

Zur Wehrpflicht positionieren sich die SPD-Frauen klar: Eine Wehrpflicht für Frauen darf es nicht geben, aber Frauen darf der Dienst an der Waffe nicht verwehrt werden. Sämtliche Beschlüsse werden auf frauen.spd.de veröffentlicht.

Ausblick

Mit der neuen Führung, einem engagierten Team und klaren inhaltlichen Leitplanken sind wir bestens aufgestellt für die kommenden Herausforderungen.

KREATIV-KRISE? KEINE PANIK!

SO BLEIBST DU IN SOCIAL MEDIA SICHTBAR

Kennst du das? Du willst endlich diesen Instagram-Post fertig machen, öffnest Canva und... nichts. Kopf leer. Bildschirm weiß. Deadline in drei Stunden.

Spoiler: Das passiert uns allen. Selbst Leuten, die täglich Content produzieren, geht manchmal die Luft aus. Aber hey, es gibt ein paar Tricks, wie du aus dieser Kreativ-Flaute wieder rauskommst.

****Ideen sammeln wie Briefmarken – nur digitaler****

Mal ehrlich: Inspiration kommt nicht auf Knopfdruck. Aber sie kommt auch nicht aus dem Nichts. Wenn du durch Instagram oder TikTok scrollst (ja, das darf auch mal Arbeitszeit sein!), dann achte bewusst darauf: Welche Posts bleiben hängen? Wie erzählen andere ihre Stories? Was funktioniert einfach gut? Und dann – ganz wichtig – leg dir irgendwo eine Sammlung an. Egal ob Notizbuch, Notion oder ein chaotischer Handy-Ordner. Hauptsache, du speicherst die guten Ideen mit ein paar Stichworten: Thema, Vibe, Format. Wenn dann das nächste Mal der Stress kommt, hast du schon Material zum Starten.

****Copy, Paste, Remix – und zwar ohne schlechtes Gewissen****

Hier kommt eine Wahrheit, die vielen von uns schwerfällt: Du musst nicht ständig das Rad neu erfinden. Deine Follower sehen sowieso nur einen Bruchteil von dem, was du postest. Also darfst du deine guten Posts ruhig mehrfach verwenden – nur eben anders verpackt. Beispiel gefällig? Dein Post über Kitaplätze hat gut funktioniert? Perfect! Mach daraus ein Reel mit deiner persönlichen Story, ein Karussell mit harten Fakten oder eine interaktive Story mit Umfrage. Gleicher Inhalt, verschiedene Formate, mehr Reichweite. Win-win-win.

gerade? Aus diesen echten Fragen machst du dann – mit ein bisschen KI-Support – richtig guten Content. Wirf ChatGPT, Claude oder Perplexity die Fragen hin und lass dir Ideen generieren: "Gib mir fünf Post-Ideen aus den häufigsten Fragen von ehrenamtlich aktiven Frauen." Gibt der KI noch, gerne auch unsortiert, Hinweise zum Kontext dazu. Boom, du hast relevanten Content, der wirklich was bringt. KI ist dabei deine Assistentin, nicht dein Ghostwriter.

****Planung ist sexy (wirklich!)****

Klingt unsexy, ist aber der Game Changer: Plane deine Posts vor. Vier Wochen im Voraus ist optimal. Erste Woche: Brainstorming und Ideen sammeln. Zweite Woche: Texte schreiben. Dritte Woche: Designs erstellen. Vierte Woche: Posten und mit der Community interagieren. So hast du immer Puffer für spontane Themen oder wenn das Leben einfach mal dazwischen kommt. Und das Beste: Kein Stress mehr kurz vor dem Post.

****Deine Sichtbarkeit ist politische Arbeit****

Zwischen Job, Ehrenamt, Familie und Partei auch noch kreativ sein? Klingt nach viel, ist aber mega wichtig. Denn wenn du sichtbar bist, erreichen deine Themen Menschen. Deine Botschaften landen. Dein Engagement wirkt. Mit den richtigen Tools – Ideensammlung, cleveres Recycling, Community-Input und solider Planung – läuft das fast von selbst. Kreativität ist nämlich kein magisches Moment, sondern das Ergebnis von guter Vorbereitung plus echtem Drive.

****Zeit, durchzustarten!****

Lass uns 2025 richtig rocken! Social Media, Veranstaltungen, Bürgergespräche – überall, wo es zählt, sollten wir präsent sein. Unsere Themen gehören nach vorne, und wir sind diejenigen, die das möglich machen. Also schnapp dir deine Tools, probier neue Formate aus und vor allem: Bleib authentisch und dran! Denn ehrlich, genau jetzt braucht es uns – kreativ, präsent und laut. Let's go!

****Frag rum und lass KI für dich arbeiten****

Die besten Content-Ideen liegen manchmal direkt vor deiner Nase. Frag einfach mal andere SPD-Frauen: Was nervt euch im Ehrenamt? Wo braucht ihr mehr Info? Welche Themen brennen



HERZLICHEN DANK LIEBE MARIA

Besonders würdigen wir Maria Noichl MdEP, die nach acht Jahren an der Spitze der SPD FRAUEN nicht mehr für das Amt der Vorsitzenden kandidiert hat. Ihre großartige inhaltliche und unermüdliche Arbeit, insbesondere auf europäischer Ebene, hat Maßstäbe gesetzt und die feministische Arbeit der SPD nachhaltig geprägt.

Als Mitglied im Ausschuss für die Rechte der Frauen und die Gleichstellung der Geschlechter (FEMM) im Europäischen Parlament und als Berichterstatterin für die EU-Gleichstellungsstrategie kämpft Maria auf höchster europäischer Ebene für Frauenrechte. Sie setzt sich unermüdlich für Entgeltgleichheit, gegen Altersarmut und gegen Gewalt an Frauen ein – immer mit dem Ziel, dass Frauen Würde und Wert ebenso erhalten wie Schutz und Chancen. Ihre Forderung nach einer EU-Charta der Frauenrechte und ihr Engagement für verbindliche Mindeststandards zeigen, wie weitsichtig sie europäische Frauenpolitik denkt und vorantreibt.

Mit ihrem couragierten Einsatz hat Maria in den letzten Jahren deutlich den Ton gesetzt und der SPD vor Augen geführt, dass die Sozialdemokratie gut beraten ist, wenn sich in ihr Frauen engagieren, deutlich mehr Politik für Frauen umgesetzt wird und ihnen noch mehr die Rechte und Räume gewährt werden müssen, die Frauen zustehen. Ihre mahnenden Worte – dass unter rechten Regierungen Frauenrechte immer die ersten Rechte sind, die fallen – bleiben hochaktuell und verpflichten uns, wachsam zu bleiben.

Marias andauernde und konkrete Unterstützung von Frauen und ihr unermüdlicher Einsatz für Gleichstellung bleiben für uns von unschätzbarem Wert. Wir sind dankbar und erleichtert, dass sie die europäische Ebene im Bundesvorstand weiterhin vertreten wird und wir auch künftig auf ihre Expertise, ihre Erfahrung und ihr Engagement zählen können. Maria, wir haben dir viel zu verdanken!

frauen.spd.de
maria-noichl.eu
spd-frauen-bayern.de

FOTO: [HTTPS://MARIA-NOICHL.EU/](https://maria-noichl.eu/)



UNSERE NEUE BUNDESVORSITZENDE CARMEN WEGGE

FOTO: SPD



Liebe Frauen,

Ich freue mich sehr, dass ich zusammen mit Ulrike Häfner bei der Bundeskonferenz der SPD Frauen im November als Bundesvorsitzende gewählt worden bin. Danke an die Bayerische Delegation für ihr Vertrauen und die starke Unterstützung.

Für mich ist klar: Wir kämpfen gemeinsam für echte Gleichstellung, für die soziale und wirtschaftliche Unabhängigkeit aller Frauen und für eine feministische Politik, die unser Land gerechter macht. Dass das notwendig ist, hat man auch in den letzten Tagen gemerkt. Denn wir haben ein Schauspiel erlebt, das uns Frauen in der Politik nur allzu bekannt vorkommt. Eine führende Sozialdemokratin bezieht klar Position, zeigt Haltung gegen Respektlosigkeit und benennt politische Konfliktlinien deutlich – und augenblicklich rollt die Empörungswelle, die in der Forderung nach ihrem Rücktritt gipfelt.

Es ist ein durchschaubares Muster: Wenn männliche Minister oder Oppositionsführer „Kante zeigen“ oder verbal austeilen, gelten sie als „führungsstark“ und „durchsetzungsfähig“. Wenn eine Frau wie Bärbel Bas jedoch auf offene Herabwürdigung mit einer klaren Kampfansage für soziale Gerechtigkeit reagiert, wird ihr die Eignung für das Amt abgesprochen. Diese Rücktrittsforderungen sind nichts anderes als der Versuch, eine starke weibliche Stimme mundtot zu machen, die es wagt, den Konsens der „Männer in

Maßanzügen“ zu stören. Das werden wir niemals akzeptieren.

Als Bundesvorstand haben wir uns vorgenommen ebenfalls „klare Kante“ zu zeigen. Wir wollen gemeinsam mit euch noch lauter und noch sichtbarer werden. Damit das gelingt, wollen wir uns in Zukunft auch enger mit den Landesverbänden vernetzen. Wir sind 140.000 Frauen in der SPD. 140.000 Perspektiven. 140.000 Stimmen die in der Lage sind, eine Kampagne auf die Straße zu bringen.

Wir haben uns viel vorgenommen. Nicht nur mit euch, sondern auch mit unseren Bündnispartner*innen. Gemeinsam mit ihnen wollen wir die Politik der nächsten Jahre gestalten und dafür sorgen, dass das neue Grundsatzprogramm der SPD ein feministisches wird. Lasst uns mutig sein, solidarisch und laut – für eine Gesellschaft, in der Gleichstellung nicht nur ein Ziel, sondern gelebte Realität ist.

FRAUEN STÄRKEN – POLITIK GESTALTEN: SPD-FRAUENFRÜHSTÜCK MITTELFRANKEN GIBT STARTSIGNAL FÜR KOMMUNALWAHL 2026

FOTOS: UNBEKANNT



Nürnberg. Die SPD-Frauen Mittelfranken luden am 9. November zu einem Frauenfrühstück in das Gewerkschaftshaus Nürnberg ein. Rund 30 Teilnehmerinnen folgten der Einladung der Vorsitzenden **Martina Stamm-Fibich**, um sich über politische Beteiligung, kommunale Verantwortung und die anstehende Kommunalwahl 2026 auszutauschen. Die Veranstaltung fand im Saal „Burgblick“ statt – mit eindrucksvollem Blick auf die Nürnberger Burg und viel Rückenwind für weibliches Engagement.

Als Impulsgeberin sprach die neue **Generalsekretärin der BayernSPD, Kathrin Pollack**. In ihrem kurzen, pointierten Beitrag betonte sie die Bedeutung weiblicher Stimmen in der Kommunalpolitik und rief zu Solidarität und gegenseitiger Unterstützung auf. „**Lasst uns Banden bilden, füreinander eintreten – und zeigen, dass weibliche Politik kein Sonderfall ist, sondern die Zukunft**“, so Pollack.

Im Anschluss stellten sich die anwesenden Frauen vor – darunter zahlreiche mögliche Kandidatinnen für Gemeinderäte, Stadträte und Kreistage. Die offene Gesprächsatmosphäre bot viel Raum für Vernetzung, Erfahrungsaustausch und erste gemeinsame Ideen. Zahlreiche Teilnehmerinnen hoben hervor, wie wichtig solche Räume für Motivation und politische Teilhabe sind.

Mit dem Frauenfrühstück ist der Startschuss für die kommenden Wochen gefallen. Die SPD-Frauen blicken entschlossen auf den Wahlkampf: **Frauen treten nicht an, um Listen zu füllen – sie treten an, um Gesichter der Veränderung zu sein.**

GEMEINSAM VORWÄRTS!

WHATSAPP: UNSERE NEUE DIGITALE COMMUNITY



Scannt den QR-Code und seid dabei.
Wir freuen uns auf euch!

Was ist das?

Ein digitales Dach, unter dem wir uns sammeln. Mehrere Gruppen, ein Ziel: schneller austauschen, besser vernetzen, gemeinsam wirken. Ihr wählt selbst, wo ihr dabei sein wollt. Wichtige Infos erreichen euch zentral – kein Suchen in zehn verschiedenen Chats.

Die wichtigsten Gruppen unserer Community:

„**Social Media**“ – Hier teilen wir Links zu unseren Kanälen. Wer likt, teilt, kommentiert, verschafft mehr Reichweite. Gemeinsam sind wir lauter.

„**Aktuelle politische Debatte**“ – Was bewegt euch? Hier diskutieren wir – offen, direkt, auf Augenhöhe.

„**Wer kann helfen?**“ – Ihr braucht Rat? Ihr habt eine Idee? Hier finden wir gemeinsam Antworten.

Warum mitmachen?

Ihr bleibt nah dran. Ihr vernetzt euch. Ihr bewegt etwas – zusammen mit Genossinnen, die genauso denken wie ihr.

Gemeinsam stark – unsere WhatsApp-Community

Ihr engagiert euch, ihr kämpft, ihr gestaltet. Doch manchmal fehlt der direkte Draht zueinander. Das ändern wir jetzt – mit unserer WhatsApp-Community.

Erste Hilfe für Frauen und Mädchen – rund um die Uhr, bundesweit und mehrsprachig:

0800 116 016

Anonyme, vertrauliche und kostenlose Beratung bei häuslicher oder sexualisierter Gewalt, Menschenhandel, Genitalverstümmelung, Zwangsverheiratung oder sexueller Belästigung.

SPD  **FRAUEN**
FÜR DICH IN BAYERN

IMPRESSUM

Herausgeberin:

SPD Frauen Bayern
(Arbeitsgemeinschaft
sozialdemokratischer Frauen)
Oberanger 38, 80331 München
089/23171168

asf@bayernspd.de www.asfbayern.de

 **BayernAsF**

Redaktion:

Katja Reitmaier
Dr. Carolin Wagner
Micky Wenngatz

V.i.S.d.P.: Maximilian Janicher

Layout: Brigitte Voit und
Sara Hoffmann-Cumani