



Landeshauptstadt
München

Bürgerschaftliches Engagement gewinnt

durch Weiterbildung in München.

Qualifizierungsangebote
März bis August 2020

FÖBE

Förderung
Bürgerschaftlichen
Engagements

Impressum

Herausgeberinnen:

Landeshauptstadt München
Marienplatz 8, 80331 München
www.muenchen.de/engagiert-leben

FöBE – Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement
Ringseisstraße 8 a, 80337 München
www.foebe-muenchen.de

Satz und Grafik:
Landeshauptstadt München
Direktorium, Stadtkanzlei

Druck:
Landeshauptstadt München
Direktorium, Stadtkanzlei

Gedruckt auf:
Papier aus 100 % Recyclingpapier

Stand: März 2020

Inhaltsverzeichnis

| | |
|----------------|---|
| Grußwort | 4 |
| Vorwort | 5 |
| Adressen | 6 |

Angebote März bis August 2020

| | |
|---|----|
| Beratung – Vermittlung – Information | 12 |
| Freiwilligenmanagement | 13 |
| Gesundheit, Selbsthilfe und Demenz | 16 |
| Hospizarbeit | 30 |
| Kinder und Jugendliche | 35 |
| Kultur und Lebensstil | 38 |
| Migration und Flucht | 42 |
| Öffentlichkeitsarbeit und Fundraising | 48 |
| Seniorinnen und Senioren | 52 |
| Soziales | 58 |
| Zivilcourage | 61 |

Grußwort



Liebe Münchnerinnen und Münchner,

Bürgerschaftliches Engagement deckt viele Facetten des Zusammenlebens in unserer Stadt ab. Es findet statt im sozialen Bereich, in den Bereichen Kultur, Sport oder im Umweltschutz und im Gesundheits- und Bildungsbereich.

Dem letzten veröffentlichten bundesweiten Freiwilligensurvey ist zu entnehmen, dass das Engagement der Menschen in Deutschland und auch in den Großstädten in den letzten Jahren deutlich zugenommen hat. 39 Prozent der Bevölkerung ab 14 Jahren engagieren sich laut dieser repräsentativen Umfrage in Großstädten wie München freiwillig und unentgeltlich für das Gemeinwohl.

Gesellschaftliches Engagement entsteht aus der Initiative von Bürgerinnen und Bürgern. Die Stadtverwaltung kann dafür die Rahmenbedingungen schaffen und gestalten, die die Entfaltung des Engagements ermöglichen und fördern. Dazu gehört auch, engagierten und interessierten Bürgerinnen und Bürgern auf die zahlreichen Informations- und Weiterbildungsmaßnahmen rund um das Thema Bürgerschaftliches Engagement aufmerksam zu machen.

In dieser Broschüre finden Sie deshalb für den Zeitraum von März bis August 2020 interessante Seminarangebote, die Sie in Ihrem Engagement unterstützen und die Ihnen wichtige praktische und rechtliche Informationen geben. Außerdem erhalten Sie eine Übersicht, wo Sie weiterführende Informationen zu den vielfältigen Engagementmöglichkeiten erhalten.

Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihr aktives Mitgestalten unserer Stadt!

Ihr

Dieter Reiter
Oberbürgermeister

Vorwort



Liebe Interessierte an freiwilligem Engagement!

Verbesserte Zugangsmöglichkeiten zu Bürgerschaftlichem Engagement und das Vernetzen der Akteure in der Freiwilligenkultur sind zentrale Anliegen von FöBE, der Förderstelle von Bürgerschaftlichem Engagement in München.

Auch die Qualifizierungsbörse dient diesem Zweck. Als engagierte Bürgerinnen und Bürger oder hauptamtlich Beschäftigte können Sie sich hier über die vielseitigen Fortbildungsangebote informieren. Ihre interessanten und anspruchsvollen Tätigkeiten können durch gezielte und lebendige Schulungen noch gewinnbringender für Sie werden. Freiwillige Engagements und Ehrenämter sollen schließlich Spaß machen.

Die Auseinandersetzung mit den theoretischen und praktischen Inhalten der Aufgaben erhöhen die Kompetenz und die Zufriedenheit im Ehrenamt. Angestrebt wird, dass freiwillig Engagierte und hauptamtlich Beschäftigte mit dem erlangten Wissen und den hinzugewonnenen Fähigkeiten ihre persönliche Lebensqualität erhöhen und gleichzeitig unsere Stadtgesellschaft noch lohnender mitgestalten können.

Wenn Sie sich speziell für Flüchtlinge engagieren und sich auf diesen Einsatz vorbereiten möchten, finden Sie zusätzliche Schulungsangebote im Internet unter der Adresse www.willkommen-in-muenchen.de/Schulungen.

Wir möchten die bunte Palette der Qualifizierungsangebote in München auch weiterhin umfassend abbilden. Dabei können Sie uns unterstützen. Wenn Sie Fortbildungsangebote in unserer Börse veröffentlichen möchten, wenden sich bitte an Silja Pohland bei FöBE unter der E-Mail-Adresse: mitarbeiter@foebe-muenchen.de. Als Hinweis bitte vermerken: „Eintrag in die Qualifizierungsbörse“.
Herzlichen Dank!

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Gewinn an den Fortbildungen!

Silja Pohland und Sandra Elena Bauer,
Verantwortliche für die Qualifizierungsbörse

Dr. Gerlinde Wouters,
Leitung FöBE

Adressen

Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Josephsburgstraße 92
81673 München
Dagmar Aimer
info@agm-online.de
www.agm-online.de
(089) 47 51 85

ArrivalAid gUG

Ringseisstraße 11a
80337 München
Anja Schmidt
Anja.schmidt@arrivalaid.org
www.arrivalaid.org
(089) 55 87 16 89

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. – Betreuungsverein

Bodenseestr. 3a
81241 München
Monika Schmid und Anna Maria Krug
betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de
www.die-bayerische.de
(089) 820 62 05 oder (089) 89 69 12 32

Betreuungsverein Katholische Jugendfürsorge

Lessingstraße 8
80336 München
Frau Ruf
c.ruf@kjf-muenchen.de
<https://www.kjf-muenchen.de/2-uncategorised/25-rechtliche-betreuungen.html>
(089) 54 42 31 41

BRK, Kreisverband München, Ausbildung

Perchtinger Str. 5
81379 München
Sabrina Dorner
ausbildung@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/angebote/ausbildung/erste-hilfe-kurse/
(089) 23 73-229

Bürgerinitiative Mehr Platz zum Leben

Hans-Mielich-Straße 12
81543 München
Melly/ Melanie Kieweg
mehrplatzzumleben@gmx.de
www.mehrplatzzumleben.de
(089) 21 08 86 04

Caritas Freiwilligen-Zentrum München Nord

Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3
80937 München
Julia Schwarz-Zeckau
fwz-nord@caritasmuenchen.de
www.fwz-muenchen.de
(089) 31 60 63-10

Caritas Freiwilligen-Zentrum Süd

Königswieser Str. 12
81475 München
Daniela Wiedemann, Anna Schwab und Ines Hummel
fwz-sued@caritasmuenchen.de
www.freiwilligenzentren-muenchen.de
(089) 74 55 95-18

Caritas Freiwilligen-Zentrum West

Haidelweg 48
81241 München
Frau Haas und Frau Mahr
fwz-west@caritasmuenchen.de
www.freiwilligenzentren-muenchen.de
(089) 82 99 20 18

Christophorus Hospiz Verein e.V.

Institut für Bildung und Begegnung
Effnerstr. 93
81925 München
bildung@chv.org
www.chv-ibb.org
(089) 130 787-0

deinNachbar e.V.

Agnes-Bernauer-Str. 88
80687 München
Lucien Kleekamm
helferkreis@deinnachbar.de
www.deinnachbar.de
(089) 96 04 04 00

europe direct Informationszentrum (EDIC) München

Rosenheimer Str. 5
81667 München
Jenny Paul
europe-direct@muenchen.de
www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Arbeit-und-Wirtschaft/Europa/EDI
(089) 480 98-33 79

Adressen

Evangelisches Bildungswerk München

Herzog-Wilhelm-Str. 24
80331 München
Dr. Rosine Lambin und Melanie Sommer
service@ebw-muenchen.de
www.ebw-muenchen.de
(089) 552 58 00

Evangelische TelefonSeelsorge im ebz e.V.

Landwehrstr. 15 Rgb.
80336 München
Brigitte Mayer
ts@ebz-muenchen.de
www.ebz-muenchen.de/telefonseelsorge
(089) 59 04 81 10

Fachstelle für pflegende Angehörige

Seumestr. 3
81379 München
Elisabeth Feustel
fachstelle-muenchen@johanniter.de
www.johanniter.de/muenchen
(089) 37 41 04 600

Freiwilligen-Agentur Tatendrang München

Liebherrstr. 5, Rgb.
80538 München
Anja Holzgreve
lernpatenakademie@tatendrang.de
www.lernpaten-akademie.de
(089) 45 22 41 10

Hospizdienst DaSein e.V.

Karlstr. 55
80333 München
Gerda Jung
info@hospiz-da-sein.de
www.hospiz-da-sein.de
(089) 124 70 51 40

InitiativGruppe-Interkulturelle Begegnung und Bildung e.V.

Karlstr. 50
80333 München
Aycag Yalcin und Hildegard Jacobs
ehrenamt@initiativgruppe.de
www.initiativgruppe.de
(089) 748 08 89-31

IBPro Sozialmanagement e. V.

Lindwurmstr. 129e
80337 München
Asmaa Taufik
info@ibpro.de
www.ibpro.de
(089) 47 50 61

INSOMI e.V.

Anton-Pichler-Straße 10
81241 München
Annette Sommer
annette.sommer@insomi.org
www.insomi.org
01 577-83 55 334

Interkulturelle Akademie der Inneren Mission München

Landshuter Allee 40
80637 München
Nataliya Kotynska
ika@im-muenchen.de
www.interkulturelle-akademie.de
(089) 12 69 91 152

Lesefüchse e.V.

Blutenburgstr. 61
80636 München
Christine Ackermann
info@lesefuechse.org
www.lesefuechse.org
(089) 72 01 61 41

Münchner Bildungswerk

Dachauer Str. 5
80335 München
Katharina Galler, Karin Wimmer-Billeter und Sofie Engl
mbw@muenchner-bildungswerk.de
sekretariat@muenchner-bildungswerk.de
www.muenchner-bildungswerk.de
(089) 54 58 05-0

Münchner Volkshochschule / Senioren Volkshochschule

Einsteinstr. 28
81675 München
Andrea Faragó
seniorenbildung.stadtmitte@mvhs.de
www.mvhs.de
(089) 480 06-65 67

Adressen

Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.

Herzog-Wilhelm-Str. 24
80331 München
Dr. Christa Lippmann
Nachbarschaftlich-leben@t-online.de
frauenwohnen-im-alter.de
(089) 61 25 902

Selbsthilfezentrum München

Westendstraße 68
80339 München
Astrid Maier
astrid.maier@shz-muenchen.de
www.shz-muenchen.de
(089) 53 29 56 18

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Landshuter Allee 38b
80637 München
Silvia Krupp
skrupp@im-muenchen.de
www.seminar-mehrsprachig.de
(089) 12 69 91 434

Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde

Landshuter Allee 38b
80637 München
Christine Tröger und Silvia Krupp
seminar-altenhilfe@im-muenchen.de
www.seminar-ehrenamt-muenchen.de
(089) 12 69 91-433

SiS Seniorpartner in School LV Bayern e.V.

Tegernseer Landstraße 76
81539 München
Matthias Krämer
m.kraemer@sis-bayern.de
www.sis-bayern.de
01 72-45 04 754

Solidarni e.V.

Otl-Aicher-Straße 10
80807 München
info@solidarni.de
www.solidarni.de
(089) 53 29 56 13

Stiftung Gute-Tat München & Region

Ridlerstr. 31 d
80339 München
Nicole Kertész
muenchen@gute-tat.de
<https://gute-tat-muenchen.blog>
(089) 45 47 50 04

wohIBEDACHT e.V.

Höcherstr. 7
80999 München
Annette Arand
info@wohlbedacht.de
www.wohlbedacht.de
(089) 81 80 209 30

Zivilcourage für ALLE e.V.

Lena-Christ-Weg 5
85649 Brunnthal
Susanne Singer
info@zivilcourage-fuer-alle.de
www.zivilcourage-fuer-alle.de
(089) 12 09 64 71

Zu Hause Gesund Werden, Verein für Fraueninteressen e.V.

Thierschstr. 17
80538 München
Inga Fischer, Leitung
fischer@zhgw.de
www.zhgw.de
(089) 29 16 84 75

| | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|
| 03.03.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|

Was? Wie? Wann? Wo? Infoabend zum bürgerschaftlichen Engagement im Münchner Norden
Caritas Freiwilligen-Zentrum München Nord

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Caritas München Nord Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3, 80937 München, Mehrzweckraum im Erdgeschoss |
| Beschreibung | Wir laden Sie herzlich ein, sich in gemütlicher Atmosphäre einen Überblick über Engagementfelder im Münchner Norden zu verschaffen. Wir möchten Impulse geben, welche Fragen Sie sich stellen können, bevor Sie engagiert werden. Einrichtungen und Angebote können von Ihnen als Beispiele bei einem „Plakatspaziergang“ entdeckt werden. Geplant ist auch der Austausch mit Engagierten. Während der Veranstaltung besteht die Möglichkeit, sich direkt für eine individuelle Engagementberatung anzumelden. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 02.03.2020 per E-Mail an fwz-nord@caritasmuenchen.de |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|
| 20.03.2020 | 15.00 - 18.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|

Engagement in einer Tour
Caritas Freiwilligen-Zentrum West

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | 15.00 Uhr vor der Münchner Volkshochschule SBZ West Bäckerstraße 14, 81241 München |
| Beschreibung | Lernen Sie München von einer ganz anderen Seite kennen: Eine Tour im Kleinbus zu sozialen Einrichtungen und Projekten im Westen soll Lust auf ehrenamtliche Arbeit machen. Wir zeigen, was an ehrenamtlicher Arbeit geleistet wird und wo und wie Sie aktiv werden können. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an fwz-west@caritasmuenchen.de oder telefonisch unter (089) 82 99 20 18 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 05.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Von der Initiative zum Arbeitgeber - Stolpersteine erkennen, Chancen ergreifen
IBPro Sozialmanagement

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche, Vereinsvorstände |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Ihre gemeinnützige Initiative wächst und Veränderungen kommen auf Sie zu. Als Vereinsvorstand müssen Sie für diese Veränderungen Strategien erarbeiten und Lösungen finden, so dass sich Ihre Organisation gesund weiterentwickeln kann. Mitglieder, Ehrenamtliche und Hauptamtliche sollen sich identifizieren können. Wie das Wachstum gelingt, zeigt das Seminar in drei Schwerpunkten: Strukturen analysieren und Werte festlegen, Mitarbeiter führen und Ziele erreichen, Aufgaben des Vorstands und Nachfolgeregelung. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage unter www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 160,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 16.03.2020 | 17.30 - 20.30 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Professionelle Flipchart-Gestaltung
Ein Wort sagt mehr als tausend Worte
Stiftung Gute-Tat München & Region

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31 d, 80339 München |
| Beschreibung | Mit Hilfe der Life-Visualisierung lassen sich spannende, abwechslungsreiche Momente einbauen. Sie haben eine große plakative Wirkung und lassen sich gut mit anderen Medien kombinieren. Sie wollen etwas visualisieren und Ihnen fehlen die Ideen? Mit Tipps und Anregungen kommen Sie in diesem Workshop auf Lösungen. In diesem Seminar werden Ihnen die Bausteine erfolgreicher Charts vermittelt und Sie haben die Möglichkeit, die Anregungen und das Gelernte gleich in die Praxis um zu setzen. |
| Referentin | Kerstin Kuner |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an muenchen@gute-tat.de |
| Kosten | 20,- Euro |

| | | |
|---------------------|----------------------|-----------|
| 02.04. - 23.07.2020 | je 09.30 - 16.30 Uhr | Grundkurs |
|---------------------|----------------------|-----------|

Vereinsführerschein *IBPro Sozialmanagement*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche, Vereinsgründerinnen und -gründer |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Damit die Organisation eines Vereins funktioniert, braucht es verbindliche Strukturen und Zuständigkeiten. Sie müssen Führungs- und Leitungsaufgaben erfüllen und viele rechtliche Vorgaben, die sich noch dazu häufig ändern, beachten. Learning by doing ist hier nicht unbedingt das sinnvollste Vorgehen. Wie Sie die vielen Aufgaben trotz geringen Zeitbudgets erfüllen, erklärt Andreas Schultze in dem vierteiligen Kurs. Dabei geht er auf die Rechtsform Verein, der Verein als Arbeitgeber, Gemeinnützigkeit und Steuern und Finanzen ein. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage unter www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 480,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 27.04.2020 | 18.00 - 19.30 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Dale Carnegie Workshop: **Die Wichtigkeit ehrlicher Anerkennung** *Stiftung Gute-Tat München & Region*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31 d, 80339 München |
| Beschreibung | Im Rahmen dieses Workshops lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu Anfang eine Methode kennen, die es ermöglicht, schnell die „Werte“ des Gegenübers zu erfassen. So wird durch das verbesserte Verständnis der Gesprächspartnerin oder des Gesprächspartners eine harmonischere Kommunikation möglich. Im nächsten Schritt befassen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit dem Miteinander im Alltag, um dann den Wert echter Anerkennung zu erfahren. |
| Referent | Dale Carnegie Business Coach |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an muenchen@gute-tat.de |
| Kosten | 10,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 17.07.2020 | 10.00 - 15.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Von der Projektidee zur Realisierung

Stiftung Gute-Tat München & Region

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31 d, 80339 München |
| Beschreibung | Dieser Workshop richtet sich an Haupt- und Ehrenamtliche, die vor der Planung und Realisierung einer Projektidee stehen. An einem Projektbeispiel werden die wesentlichen Aufgaben gemeinsam besprochen und erarbeitet. Als Ergebnis steht am Ende des Workshops ein kompletter Projektplan mit allen Aktivitäten, Ressourcen, Zeiten und Terminen. |
| Referent | Michael Rücker |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an muenchen@gute-tat.de |
| Kosten | 30,- Euro |

| | | |
|--------------------|--|------------------|
| wöchentlich | | Grundkurs |
|--------------------|--|------------------|

Erste Hilfe Kurse und Erste Hilfe am Kind
BRK, Kreisverband München

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | diverse Orte |
| Beschreibung | Die Kurse richten sich an Alle, die sich für die Erste Hilfe interessieren und umfassen neun Unterrichtseinheiten. Sie sind für Medizinstudentinnen und -studenten genauso geeignet wie für Übungsleiter/innen oder zum Erwerb aller Führerscheine. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | auf der Homepage unter https://www.brk-muenchen.de/angebote/ausbildung/erste-hilfe-kurse/ |
| Kosten | 40,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 05.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Ist der Mensch, was er isst?
Essbiografie bei älteren Menschen
Evangelisches Bildungswerk München

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk München Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock |
| Beschreibung | Essbiografie ist Teil der Biografiearbeit. Es kann richtig Spaß machen, eine Essbiografie zu erstellen und anhand dieser mit einem älteren Menschen einkaufen zu gehen und zu kochen. In diesem Seminar erfahren Sie, wann und mit wem es Sinn ergibt, essbiografisch zu arbeiten, wie es gemacht wird, wie hilfreich die Essbiografie im täglichen Umgang mit Menschen mit Demenz ist und wie sich das Essverhalten bei Demenz ändert. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an service@ebw-muenchen.de |
| Kosten | 40,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 06.03.2020 | 09.30 - 16.30 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Deeskalation – Resilienztraining – Burnout-Prophylaxe:
Gesunder und kreativer Umgang mit Konflikten – körperlich erfahrbar
Selbsthilfezentrum München

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Raum G6 (UG) |
| Beschreibung | Was tun bei Konflikten, in Stresssituationen und schwierigen Lebensphasen? Instinktiv reagieren wir auf Bedrohungen oft mit Strategien von Kampf, Flucht oder Erstarrung. Im Seminar lernen wir spielerisch neue Wege jenseits der üblichen Muster kennen. Durch direkte körperliche Erfahrung werden diese nicht nur geistig, sondern auch physisch und emotional abgespeichert. |
| Voraussetzungen | Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe |
| Anmeldung | bis zum 28.02.2020 per E-Mail an ina.plambeck@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56 22 |
| Kosten | keine |

| | | |
|---------------------|----------------------|-----------|
| 11.03. - 27.03.2020 | je 13.00 - 17.30 Uhr | Grundkurs |
|---------------------|----------------------|-----------|

Kurs für mehrsprachige Helferinnen und Helfer
Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | An sechs Nachmittagen werden die Grundlagen einer Seniorinnen- und Seniorenbegleitung bei älteren Migrantinnen und Migranten vermittelt. Die Themen sind neben der Pflegeversicherung, Migration und Gesundheit sowie die Grundlagen der Pflege zu Hause. Auch werden die seelische Gesundheit, Notfälle und soziale Notlagen und Hilfen besprochen. Der Kurs ist auch der Grundkurs für eine Qualifikation als mehrsprachige Demenzhelferin und Demenzhelfer nach §45, SGB XI. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 04.03.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91 434 |
| Kosten | 15,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 12.03.2020 | 15.00 - 20.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

TZI – Themenzentrierte Interaktion: die Kunst, sich selbst und eine Gruppe zu leiten
Selbsthilfezentrum München

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG) |
| Beschreibung | Welche Faktoren sind dafür verantwortlich, dass die Zusammenkunft mit anderen Menschen als lebendig erlebt wird, und welche Einflussmöglichkeiten haben Sie selbst, damit sich ein lebendiges Miteinander entwickeln kann? Was bietet uns die TZI, um den Antworten auf diese Fragen näher zu kommen? Im Seminar begeben wir uns anhand der eigenen Gruppenerfahrungen auf eine Forschungsreise und erweitern unseren Blick durch ein „Hineinschnuppern“ in das Konzept der Themenzentrierten Interaktion (TZI). |
| Voraussetzungen | Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe |
| Anmeldung | eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an klaus.grothe-bortlik@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56 15 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 12.03.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Homöopathie – seit 200 Jahren unverzichtbar!
Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e. V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Alten- und Servicezentrum Stadtmitte, Sebastiansplatz 12, 80331 München |
| Beschreibung | Einige politische Parteien wollen die Homöopathie aus dem Gesundheitssystem herausnehmen. Die Lobby der Schulmedizin sieht darin ihre Chance, Homöopathika bestenfalls als Nahrungsergänzungsmittel deklarieren zu lassen und nicht als Medizin. Das würde für die Kassenleistung den Ausschluss bedeuten. |
| Referent | Michael Helfferich, Heilpraktiker und approbierter Apotheker |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 6,- Euro, Mitfrauen: 3,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 13.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Montessori-Pädagogik für Senior/innen und Menschen mit Demenz *Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Sicher haben Sie schon mal von Montessori gehört? Aber wer und was steckt genau hinter diesem Konzept? Und vor allem, kann Montessori in der Arbeit mit hochbetagten und dementiell erkrankten Menschen hilfreich sein? In diesem Seminar erhalten Sie eine Einführung in das Montessori-Material aus dem Bereich der Sinneserziehung. Sie erfahren Grundlagen zur Montessori-Pädagogik und erleben die Wirkung durch eigenes Ausprobieren. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 14.03.2020 | 10.00 - 17.30 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Achtsamkeit: Gelassen leben in einer hektischen Welt *Hospizdienst DaSein e.V.*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56-58, 80333 München, Seminarraum 1. OG |
| Beschreibung | Möchten Sie aus dem Hamsterrad aussteigen? Entschleunigung erleben und wieder mehr Kontakt zu sich selbst bekommen? Sie können dabei verschiedene Übungen aus dem von Prof. Jon Kabat-Zinn entwickelten Trainingsprogramm „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ sowie dem Qi Gong oder einfache Atemübungen direkt ausprobieren. Der Tag bietet Gelegenheit zum Auftanken und vermittelt viele Anregungen für Ihren persönlichen Alltag. |
| Referentin | Heike Mayer, MBSR-Lehrerin (IAS), Heilpraktikerin für Psychotherapie |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40 |
| Kosten | 75,- Euro |

| | | |
|--|-------------------|------------------------|
| 14.03. - 04.04.2020 oder 27.06. - 18.07.2020 15.06.2020 | 17.00 - 18.00 Uhr | Schulung Info-Abend |
|--|-------------------|------------------------|

Helferschulung
wohlBEDACHT e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Angehörige |
| Veranstaltungsort | wohlBEDACHT e.V., Franz-Nißl-Str. 42, 80999 München, Begegnungsraum |
| Beschreibung | Die Betreuung und Begleitung dementiell Erkrankter ist eine sinnvolle und sinnstiftende Tätigkeit. Als Helferin und Helfer unterstützen Sie die betroffenen Familien bei der Betreuung dementiell Erkrankter. Unsere neunteilige Schulung bereitet Sie an sechs Kursabenden und drei Samstagen, auch als Angehörige, auf diese Aufgabe vor. |
| Referentinnen | Sonja Brandtner, Sozialpädagogin und Leiterin einer Tagesbetreuung Annette Arand, Sozialpädagogin und Altenpflegerin, und weitere Fachreferentinnen |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@wohlbedacht.de |
| Kosten | 65,- Euro, bzw. 78,- Euro (mit möglichem Zusatztag Vertiefung Demenz) |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 19.03.2020 | 14.00 - 17.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Mein Erinnerungsbuch – kreative Biografiearbeit
Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | Mit Bildern und Gegenständen können Erinnerungen geweckt werden. Biografisches Arbeiten ist im Umgang mit dementen Menschen wichtig. Erinnerungsbücher mit Fotos, Postkarten, etc. oder Schachteln mit liebevoll gewählten Dingen aus der Kindheit helfen sich zu erinnern. An diesem Nachmittag erhalten Sie Anregungen, wie Sie Ihr Erinnerungsbuch oder Ihre Erinnerungsschachtel mit einfachen kreativen Mitteln herstellen können. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 11.03.2020 per E-Mail an seminar-altenhilfe@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433 |
| Kosten | 10,- Euro Materialkosten |

| | | |
|-----------------------|----------------------|---------|
| 21.03. und 22.03.2020 | je 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-----------------------|----------------------|---------|

Mobilisation, Transfer und Lagerung (MTL)
Ergotherapie für alte Menschen mit und ohne Demenz
Evangelisches Bildungswerk München

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Berufsfachschule für Ergotherapie, Lindwurmstraße 129-131, 80337 München, 3. Stock |
| Beschreibung | Ältere und an Demenz erkrankte Menschen müssen oft mobilisiert oder im Rollstuhl geschoben werden. Das MTL-Konzept zeigt physiologische Bewegungsabläufe sowie Techniken zum rückschonenden Arbeiten für pflegende Angehörige, ehrenamtliche Begleiterinnen und Begleiter und Betreuerinnen und Betreuer. Im Seminar werden auch praktische Tipps vermittelt, wie Bewegungseinschränkungen vorgebeugt und Muskelverspannungen reduziert werden können. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an service@ebw-muenchen.de |
| Kosten | 80,- Euro, Ehrenamtliche: 50,- Euro |

| | | |
|------------------------------|--------------------------|----------------|
| 23.03. und 30.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------------------------|--------------------------|----------------|

Türen öffnen zu Menschen mit Demenz – Vertrauen schaffen durch kreative Kommunikation *Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München |
| Beschreibung | In unseren Heimen leben immer mehr Altersverwirrte und immer öfter stellt sich die Frage: „Wie finde ich Kontakt zu diesen Menschen?“ Hier ist Kreativität, Flexibilität und natürlich auch Hintergrundwissen zum Thema Demenz gefordert. Es gibt viele Ansätze, wie man Menschen mit einer demenziellen Erkrankung begegnen kann und soll. In diesem Seminar erhalten Sie Informationen über das Krankheitsbild Demenz und lernen tür-öffnende Verhaltensweisen kennen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 35,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 25.03.2020 | 14.00 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Anregung für alle Sinne – Alltagsaktivierung *Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | Ohne Anregungen kann der Alltag von Menschen mit Demenz traurig und leer sein. Um in der Begleitung das Interesse zu wecken, können wir alle fünf Sinne ansprechen und gezielte Angebote unterbreiten. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den Sinnen und gehen auf kreative Wege, um Kontakt und Begegnung zu gestalten. Mit Übungen und Austauschmöglichkeiten können wir Zugangswege erproben und erleben – und Zugang zu unserer eigenen Kreativität finden. |
| Referentin | Christine-Carolin Schulze, Ergotherapeutin |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 18.03.2020 per E-Mail an seminar-altenhilfe@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433 |
| Kosten | 5,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 26.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Wege zum Wohlfühl – Depressionen im Alter vorbeugen *Evangelisches Bildungswerk München*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk München, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock |
| Beschreibung | Negative Einflüsse von außen machen es für ältere Menschen nicht immer einfach, das seelische Gleichgewicht zu halten, obwohl es für die Prävention von Demenzen und anderen Krankheiten extrem wichtig ist. Aber es gibt Wege, die helfen können. Mit einfachen Körper- und Gedanken-Übungen können depressive Stimmungen gebremst werden. Spezielle Atem-Übungen entspannen oder regen an. Die älteren Menschen sowie ihre Begleitungen können von diesen Übungen sehr profitieren. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an service@ebw-muenchen.de |
| Kosten | 40,- Euro, Ehrenamtliche: 30,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 02.04.2020 | 14.00 - 16.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Täglich 5 Minuten Entspannung

Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | Nicht nur wir brauchen täglich ein wenig Bewegung und Entspannung, sondern auch die Menschen, die wir begleiten und betreuen. Die Übungen sind so gehalten, dass sie auch leicht weitergegeben werden können, zum Beispiel in der Beschäftigung mit Menschen mit Demenz. |
| Referentin | Annkathrin Crone, Physiotherapeutin, Osteopathin, Heilpraktikerin. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 26.03.2020 per E-Mail an seminar-altenhilfe@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433 |
| Kosten | 5,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 03.04.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Feste des Jahreskreises mit Sprichwörtern, Liedern und Musik gestalten

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Jahr für Jahr erleben wir in unseren Breitengraden Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Auch jahreszeitliche Feste, auf die der Mensch von klein an hingelebt hat, prägen das Jahr. Sie strukturieren in der Erinnerung die Jahre der eigenen Kindheit, der Lebensmitte und geben auch im Alter noch Halt und Orientierung. Doch wie gelingt es Hochbetagte und an Demenz erkrankte Menschen an Festen zu beteiligen und zu aktivieren? In diesem Seminar erleben Sie vielfältigste Gestaltungsmöglichkeiten von Festen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | |
|---------------------|----------|
| 20.04. - 09.05.2020 | Schulung |
|---------------------|----------|

Demenzhelferschulung (Schulung zur Erbringung von Leistungen gemäß §45a SGB XI)

Alzheimer Gesellschaft München e.V. und Münchner Bildungswerk

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk (MBW), Dachauer Str. 5, 80335 München und Alzheimer Gesellschaft München e.V., Josephsburgstraße 92, 81673 München |
| Beschreibung | Dieser Kurs bereitet auf die ehrenamtliche Begleitung von Menschen mit Demenz vor. Sie erfahren mehr über das Krankheitsbild und Methoden für den Umgang mit Betroffenen und können die Situation der pflegenden Angehörigen besser verstehen. Die Schulung umfasst insgesamt 40 Unterrichtseinheiten an drei Abenden und vier ganztägigen Terminen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | auf der Homepage https://www.muenchner-bildungswerk.de oder per E-Mail an mbw@muencher-bildungswerk.de |
| Kosten | 144,- Euro, Ehrenamtliche: 72,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 24.04.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Zupfen – Ziehen – Reiben – Spüren

Filzen bei Demenz

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München |
| Beschreibung | Filzen ist ein geeignetes Mittel, um sich beim kreativen sinnlichen Tun zu erinnern und demenziell erkrankten Menschen eine bedeutungsvolle Betätigung zu ermöglichen. Das gemeinsame Erleben beim Filzen in der Gruppe bietet die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen und fördert das Gefühl der Zugehörigkeit und des Angenommenseins. Mit wenig Aufwand und kostengünstigem Material entstehen in kurzer Zeit kleine Kunstwerke, die alle verblüffen und erfreuen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 28.04.2020 | 17.00 - 19.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

BEWUSST IM HIER UND JETZT – Einführung in die Meditation

Stiftung Gute-Tat

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | HEILPRAXIS, Humboldtstr. 12 Rgb, 81543 München |
| Beschreibung | Wollen Sie Meditation kennenlernen und im eigenen Alltag nutzen? In diesem Einführungsworkshop mit praktischen Übungen erhalten Sie Anregungen und Tipps für die eigene Praxis. Es gibt zahlreiche Meditationsformen, wir beschäftigen uns mit der Achtsamkeitsmeditation im Stillen Sitzen und Gehen. |
| Referentin | Monica Fauss, Meditationsanleiterin |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an Fauss@lernen-ist-leben.de |
| Kosten | keine, Spenden erbeten |

| | | |
|-----------------------|----------------------|---------|
| 04.05. und 05.05.2020 | je 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-----------------------|----------------------|---------|

Validation – Wertschätzender Umgang mit verwirrten Menschen

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München |
| Beschreibung | Wer verwirrten Menschen begegnet, hat oft Schwierigkeiten, mit ihnen und ihrem Verhalten zurechtzukommen. Naomi Feil zeigt mit der von ihr entwickelten Methode der Validation einen Weg, demenziell erkrankte Menschen zu verstehen und mit ihnen zu kommunizieren. Voraussetzung dafür ist eine wertschätzende Grundhaltung. Validieren bedeutet, sich auf den demenziell erkrankten Menschen einzulassen und „in seinen Schuhen zu gehen.“ |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 80,- Euro, Ehrenamtliche: 40,- Euro |

| | | |
|---------------------|----------------------|------------|
| 04.05. - 20.05.2020 | je 13.00 - 17.30 Uhr | Aufbaukurs |
|---------------------|----------------------|------------|

Aufbaukurs für mehrsprachige Demenzhelferinnen und -helfer
Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | Dieser Aufbaukurs vermittelt zentrale Inhalte zur Begleitung demenziell erkrankter Migrantinnen und Migranten zu Hause. Neben Grundlagen zu Demenz und dem Ehrenamt werden die Situation der Angehörigen, die Kommunikation mit der oder dem Demenzkranken, die Biografiearbeit und die Aktivierende Beteiligung behandelt. Zur Qualifikation als Demenzhelferin oder Demenzhelfer nach §45, SGB XI muss auch der Kurs für mehrsprachige Helferinnen und Helfer absolviert werden. |
| Voraussetzungen | Abschluss „Kurs für mehrsprachige Helferinnen und Helfer“ |
| Anmeldung | bis zum 27.04.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91 434 |
| Kosten | 15,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 07.05.2020 | 19.00 - 20.30 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Wie kann Vergebung gelingen? – Wege in eine Vergebungskultur
Hospizdienst DaSein e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 55, 80333 München, Seminarraum 1. OG |
| Beschreibung | Braucht es in bestimmten Situationen tatsächlich Vergebung? Und wenn ja, was bringt es mir? In diesem Vortrag hören Sie konkrete Beispiele, wie sich Menschen mit ihren Verletzungen auseinandersetzen. Anhand des Vergebungsweges nach Dr. Stauss wird gezeigt, welchen hilfreichen Weg Sie für sich dabei gehen können und wie sich diese Vergebungsarbeit auf Ihr weiteres Leben auswirkt. |
| Referentin | Rosmarie Maier, Fachreferentin für Vergebungs- und Selbstvergebungsarbeit |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 5,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 08.05.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Musik, die beste Medizin gegen das große Vergessen
Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Musik aktiviert, begleitet und stimuliert nachweislich den Menschen in seinem ganzen Wesen. Sie weckt Erinnerungen und Emotionen, ermuntert zur Bewegung, spendet Trost oder beruhigt. Der gezielte Einsatz (aktiv oder rezessiv) von Musik, kann im Rahmen von Beschäftigungsstunden, zu Hause oder in Einrichtungen, zur Wiederherstellung, Erhaltung und Förderung seelischer, körperlicher und geistiger Gesundheit beitragen. Methoden und Übungen helfen, dass Erprobte in die Alltagsarbeit umzusetzen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 08.05.2020 | 10.30 - 15.00 Uhr | Offene Veranstaltung |
|-------------------|--------------------------|-----------------------------|

Demenz-Parcours
Eintauchen in die Welt von Menschen mit Demenz
Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer, Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | Heute haben Sie die Gelegenheit in die Welt von Menschen mit Demenz einzutauchen. An 13 Stationen werden Ihnen alltägliche Herausforderungen präsentiert, die Sie ausprobieren können. Das Anziehen am Morgen oder den Tisch für das Abendessen herrichten - was soll daran schwierig sein? Erleben Sie, welche Herausforderungen mit Demenz im Alltag stecken. Die Stationen sind die ganze Zeit für Sie aufgebaut, unsere Referentinnen stehen für Fragen und Anregungen zur Verfügung. |
| Referentinnen | Silvia Krupp und Christine Tröger, Seminare der Offenen Altenarbeit |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 02.05.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91 434 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------------|
| 09.05.2020 | 10.00 - 16.30 Uhr | Einführungstag |
|-------------------|--------------------------|-----------------------|

Meditativer Tanz
Evang. Bildungswerk München e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Evang. Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG |
| Beschreibung | Dieser Kurs richtet sich an alle, die in ihrem Beruf oder in ihrer Freizeit Tanzen integrieren möchten. Wir tanzen im Wechsel schnelle und ruhige Tänze auf Musik von Enya, Loreena McKennitt, aus Anatevka und viele andere Musikstücke. Die Kombination von schnellen und ruhigen Tänzen und fließenden Bewegungen können uns in eine entspannte Balance bringen. Bei einzelnen Tänzen mit Gebärden üben wir die Koordination von Schritten und Armen. Ein Aufbaukurs im Herbst ist vorgesehen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 24.04.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | 26,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 11.05.2020 | 18.00 - 21.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Selbstverantwortung – vom Mut, für sich selbst einzustehen
Stiftung Gute-Tat München & Region

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31 d, 80339 München |
| Beschreibung | Haben Sie das Gefühl, nur zu funktionieren und laufend irgendwelchen Verpflichtungen und Erwartungen nachkommen zu müssen? Fehlt Ihnen öfters der Mut, „Nein“ zu sagen? Tun Sie sich schwer, Ihre eigenen Bedürfnisse zum Ausdruck zu bringen? Dieser Workshop stärkt Sie darin, in sich selbst hineinzuhorchen und in Übereinstimmung mit den eigenen Bedürfnissen und Werten zu handeln. |
| Referentin | Birgit Sturm, freiberufliche Organisationsberaterin und Trainerin |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an muenchen@gute-tat.de |
| Kosten | 20,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 15.05.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Abschied in Raten – Menschen mit Demenz bis an ihr Lebensende begleiten
Münchener Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Münchener Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Menschen mit Demenz in ihrer letzten Lebenszeit zu begleiten, heißt mit vielen Verlusten umzugehen. Durch die Erkrankung gehen Fähigkeiten verloren, die Persönlichkeit verändert sich – und Angehörige fragen sich nicht selten: Ist das der Mensch, den ich kannte? Das Abschiednehmen, die Trauer beginnt weit vor dem eigentlichen Sterben. Aber bedeutet Veränderung immer nur Verlust, oder ermöglicht sie auch neue Erfahrungen von Begegnung und Nähe? |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|------------------------------|--|----------------|
| 23.05. und 17.06.2020 | 10.00 - 17.00 Uhr und 18.00 - 21.00 Uhr | Seminar |
|------------------------------|--|----------------|

Eine ansprechende Webseite erstellen in zwei Stunden? Ohne Vorkenntnisse? Ohne Kosten?
(zweiteiliges Seminar)
Selbsthilfezentrum München

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum München Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG) |
| Beschreibung | Wir zeigen Ihnen, wie das geht. Themen sind Jimdo und andere Systeme im Vergleich, richtig Texte verfassen, geeignete Bilder verwenden, Rechtliches, DS-GVO, mittels Suchmaschinen gefunden werden, sowie Erweiterungen wie z.B. Bildergalerien, Gästebücher, Termine, Blogs, Newsletter, Formulare. Beim Folgetermin soll auf Ihre individuellen Fragen, die sich eventuell bei der praktischen Umsetzung ergeben, eingegangen werden. |
| Voraussetzungen | Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe |
| Anmeldung | eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an ulrike.zinsler@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56 21 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 27.05.2020 | 09.00 - 13.30 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Ein-Blicke – Exkursion ins AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen *Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

| | |
|--------------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | AWO Demenz Zentrum Wolfratshausen Paradiesweg 18, 82515 Wolfratshausen, gemeinsame Anfahrt ab Hbf |
| Beschreibung | Das AWO Demenz Zentrum hat sich bereits vor 15 Jahren auf die Pflege und Betreuung von Menschen mit unterschiedlichen demenziellen Erkrankungen spezialisiert. Das hauseigene 4 Säulen Konzept beschreibt die Schwerpunkte Bewegung, Licht und Farbe, Normalität im Alltag und ethische Entscheidungsfindung. Angefangen von den Zwergeseln im Garten bis hin zum überregional besetzten Ethikkomitee setzt sich das Mitarbeiterteam intensiv mit Fragen rund um die Lebensqualität von Menschen mit Demenz auseinander. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 35,- Euro, Ehrenamtliche: 15,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 10.06.2020 | 13.00 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Kooperation zwischen professionellen Fachkräften und Selbsthilfe *Selbsthilfezentrum München*

| | |
|--------------------------|---|
| Zielgruppe | Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen sowie professionelle Fachkräfte aus Gesundheits- und Sozialdiensten |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG) |
| Beschreibung | In der Fortbildung werden grundlegende Informationen zu Selbsthilfe und Selbstorganisation vermittelt und die verschiedenen Mehrwerte einer Zusammenarbeit zwischen professionellen Diensten und Selbsthilfe vorgestellt. Eigene Kooperationserfahrungen, sowie Ideen für den Transfer in die eigene Arbeit können gemeinsam reflektiert werden. Außerdem werden Beispiele für gelungene Kooperationen gezeigt und welche Unterstützung Fachleute und Selbsthilfeengagierte vom Selbsthilfezentrum erhalten können. |
| Voraussetzungen | Engagement in einer Selbsthilfegruppe oder Tätigkeit in Gesundheits- und Sozialdiensten und Interesse an einer Kooperation |
| Anmeldung | eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an angelika.pfeiffer@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56 29 |
| Kosten | Fachkräfte: 20,- Euro, Selbsthilfeengagierte: keine |

| | | | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|--|--|
| 19.06.2020 | 14.00 - 18.00 Uhr | Seminar | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|--|--|

Haltung und Menschenbild nach Tom Kitwood
Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | In diesem Seminar setzen wir uns mit der Haltung und dem Menschenbild von Tom Kitwood auseinander, in deren Kern es um das Personsein geht. Angebote und Entscheidungen werden aus der Perspektive der Menschen mit Demenz gesehen, deren Bedürfnisse stehen dabei im Mittelpunkt. Neurologische Veränderungen reichen für eine gelingende Begleitung nicht aus, genauso wichtig ist die soziale und emotionale Geschichte des Menschen mit Demenz und die Art und Weise begleitender Interaktionen. |
| Referentinnen | Silvia Krupp, Gerontologin, Christine Tröger, Dipl. Sozialpädagogin |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 12.06.2020 per E-Mail an seminar-altenhilfe@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 22.06.2020 | 17.30 - 20.30 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

5 Schritte auf dem Weg zur Achtsamkeit
Stiftung Gute-Tat München & Region

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31 d, 80339 München |
| Beschreibung | Ihre Empathie und der Zugriff auf Ihre persönlichen Ressourcen sind von Bedeutung für den Erfolg Ihrer Arbeit. Sich einzusetzen und andere zu unterstützen heißt auch sich selbst achtsam zu führen. Im Alltag bleibt häufig wenig Zeit für die Selbstreflexion, die innere Neuorientierung und die Regeneration. Dieser Workshop leitet Sie dazu an, eigene Denk- und Handlungsmuster zu reflektieren. Ihr Selbstmanagement weiter zu entwickeln und den Zugang zu Ihren persönlichen Energien neu zu entdecken. |
| Referentin | Kerstin Kuner |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an muenchen@gute-tat.de |
| Kosten | 20,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 26.06.2020 | 15.00 - 20.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Methodenworkshop für Selbsthilfefaktive in Gesprächsselbsthilfegruppen: „... und wenn Neue kommen?“ *Selbsthilfezentrum München*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG) |
| Beschreibung | „Der erste Schritt in die Selbsthilfe ist der schwierigste!“, das berichten viele Aktive in der Selbsthilfe. Es werden verschiedene Methoden für Anfangs- und Eingangssituationen vorgestellt und zusammen ausprobiert. Außerdem reflektieren wir gemeinsam, wie der Einbezug von Neuen in den Gruppen gelebt wird. Ziel ist es, mit einem erweiterten Blickwinkel das Thema „Neue“ in die Gruppe einzubinden und mit Freude und Motivation die eine oder andere Methode in der Gruppe selbst zu erproben. |
| Voraussetzungen | Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe |
| Anmeldung | eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an klaus.grothe-bortlik@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56 15 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 27.06.2020 | 09.30 - 13.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Selbstfürsorglich kreativ schreiben *Hospizdienst DaSein e.V.*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 55, 80333 München, Seminarraum 1. OG |
| Beschreibung | Kreatives Schreiben ist – regelmäßig allein oder in Gemeinschaft angewandt – ein höchst wirksames Mittel zur Selbstfürsorge und steckt voller Überraschungen. Eine Vielfalt an vorgestellten Methoden aus dem kreativen Handwerkskoffer ermöglicht Ihnen gewohnte Denkstrukturen aufzubrechen. Das freiwillige Vorlesen und aufmerksam freundliche Anhören und Wirkenlassen der so entstandenen Texte in der Runde ist Bestandteil einer Schreibgruppe. |
| Referentin | Heike Forster, Dipl.-Soz.Päd. für biografisches und kreatives Schreiben |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40 |
| Kosten | 40,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 07.07.2020 | 18.00 - 19.30 Uhr | Vortrag |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Ernährung im Alter und bei Demenz *Fachstelle für pflegende Angehörige, Betreuungsverein*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Fachstelle für pflegende Angehörige, Seumestr. 3, 81379 München |
| Beschreibung | Mit zunehmendem Alter ändert sich der Körper und damit auch der Nährstoffbedarf, was mit einer schmackhaften und ausgewogenen Kost gut ausgeglichen werden kann. Aber welche Bestandteile sollte eine Mahlzeit im Alter enthalten? Und muss ich bei einer Person mit Demenz noch mehr beachten? Antworten und Kostproben des Johanniter Menüservice erhalten Sie an diesem Abend. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis 30.06.2020 per E-Mail an fachstelle-muenchen@johanniter.de oder telefonisch unter (089) 37 41 04 600 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 08.07.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

**Musik verbindet - Rhythmus bewegt
Musik mit älteren und an Demenz erkrankten Menschen**

Evangelisches Bildungswerk München

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk München Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock |
| Beschreibung | Rhythmen und Musik gehören zu den ursprünglichsten Ausdrucksformen. Musik aktiviert, erinnert, vermittelt ein Gefühl von Kompetenz und Zugehörigkeit, steigert Wohlbefinden und Selbstwert, kann ein Stück Lebensbewältigung sein. Musizieren macht Spaß. Menschen mit Demenz sind mit Musik, selbst im fortgeschrittenen Stadium ihrer Erkrankung am längsten erreichbar. Dieses Seminar bietet eine Fülle an Möglichkeiten, alte Menschen und Menschen mit Demenz musikalisch und rhythmisch anzuregen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an service@ebw-muenchen.de |
| Kosten | 40,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 15.07.2020 | 14.00 - 16.00 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Einführung Demenz

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | Alzheimer ist nicht gleich Demenz. In diesem Vortrag wird Ihnen ein breites Basiswissen über die verschiedenen Formen und Ausprägungen der Demenzerkrankung gegeben. |
| Referentin | Victoria Maximova, DONNA MOBILE |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 08.07.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91 434 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 05.03.2020 | 19.00 - 21.30 Uhr | Vortrag |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Homöopathie in der Palliativmedizin
Hospizdienst DaSein e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 55, 80333 München, 1. OG, Seminarraum |
| Beschreibung | Homöopathie als ärztliche Heilmethode ist seit Langem bekannt und hat sich bei vielen krankheitsbedingten Störungen bewährt. Weniger gebräuchlich ist der Einsatz homöopathischer Arzneien am Lebensende. Es können Leiden erleichtert werden, meist zusätzlich zur schulmedizinischen Behandlung. Der Vortrag zeigt anhand kurzer Fallbeispiele die Besonderheiten der Methode auf und erklärt die Einsatzmöglichkeiten und Grenzen. |
| Referent | Herbert Michalczyk, Palliativmediziner |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 5,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|
| 09.03.2020 | 15.00 - 16.30 Uhr | Infoveranstaltung |
| 26.05.2020 | 10.00 - 11.30 Uhr | |
| 06.07.2020 | 15.00 - 16.30 Uhr | |

Offene Führung im Christophorus-Haus
Christophorus Hospiz Verein Institut für Bildung und Begegnung

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Christophorus-Haus, Effnerstr. 93, 81925 München |
| Beschreibung | Die Führungen vermitteln Interessierten einen Einblick in unser Haus und alle Arbeitsbereiche: ambulant und stationär. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|--|--|----------------|
| 27.03. - 28.03.2020 oder 12.06 - 13.06.2020 | 10.00 - 18.00 Uhr und 10.00 - 17.00 Uhr | Seminar |
|--|--|----------------|

Einführungsseminar: Die Hospizidee und der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer
Christophorus Hospiz Verein Institut für Bildung und Begegnung

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Christophorus-Haus, Effnerstr. 93, 81925 München |
| Beschreibung | Das Seminar setzt sich mit Themen auseinander wie die Hospizidee und ihre Umsetzung, die Kommunikation mit Sterbenden und ihren Angehörigen sowie die eigene Einstellung zu Sterben und Tod: Was ist Trauer? Was kann trösten? Wir hören Berichte aus der Praxis der Hospiz- und Palliativbetreuung und Möglichkeiten der ehrenamtlichen Mitarbeit. |
| Voraussetzungen | Das Seminar ist nicht geeignet für Menschen in akuter Trauer |
| Anmeldung | per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der der Homepage unter www.chv-ibb.org |
| Kosten | 75,- Euro, CHV-Mitglieder: 40,- Euro |

| | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| 22.04.2020 oder 16.07.2020 | je 17.00 - 18.30 Uhr | Infoveranstaltung |
|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------|

Interesse an ehrenamtlicher Mitarbeit?*Christophorus Hospiz Verein Institut für Bildung und Begegnung*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Christophorus-Haus, Effnerstr. 93, 81925 München |
| Beschreibung | Wir stellen die vielfältigen Möglichkeiten im Christophorus-Haus tätig zu werden vor. Ebenso besteht die Möglichkeit das Haus sowie haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kennen zu lernen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 24.04.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Ich bin doch nur noch eine Last**Ältere, sterbende oder trauernde Menschen in Krisen begleiten***Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München |
| Beschreibung | „Ich bin doch nur noch eine Last ...“ ist eine häufige Klage hochbetagter, sterbender oder trauernder Menschen. Im Kommunikationstraining stellen wir uns verschiedenen „Klagen“ von Menschen. Sie lernen Möglichkeiten kennen, wie Sie mit „schwierigen Fragen“ im einfühlsamen Gespräch umgehen und sich dabei vor Überforderung schützen. Wie können wir behutsam auch über „letzte Dinge“ ins Gespräch kommen? Dazu können Sie im Seminar verschiedene Methoden ausprobieren. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 29.04.2020 | 15.00 - 17.30 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Einander beistehen am Ende des Lebens - Palliativversorgung kultursensibel gestalten *Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | Einem lieben Menschen am Lebensende beizustehen und die Pflege Schwerkranker zu Hause sind eine Herausforderung für Familienangehörige, Nachbarschaft und Freunde. Früher selbstverständliches Wissen ist teilweise verloren gegangen, neben dem eigenen Erwerbsleben bleibt oft wenig Zeit. Passende, kultursensible Angebote zu finden ist schwer. In diesem Workshop erhalten Sie Rat und erfahren Möglichkeiten, wie solche Situationen gestaltet werden können. |
| Referentinnen | Gunda Stegen und Katarina Theißing, Christophorus-Hospiz-Verein |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 22.04.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91 434 |
| Kosten | 5,- Euro |

| | | |
|----------------------------|-----------------------------|----------------|
| 04.05. - 25.05.2020 | je 14.00 - 17.30 Uhr | Seminar |
|----------------------------|-----------------------------|----------------|

Einführungsseminar: Die Hospizidee und der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer *Christophorus Hospiz Verein Institut für Bildung und Begegnung*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Christophorus-Haus, Effnerstr. 93, 81925 München |
| Beschreibung | Das vierteilige Seminar setzt sich mit Themen auseinander wie die Hospizidee und ihre Umsetzung, die Kommunikation mit Sterbenden und ihren Angehörigen, sowie die eigene Einstellung zu Sterben und Tod: Was ist Trauer? Was kann trösten? Wir hören Berichte aus der Praxis der Hospiz- und Palliativbetreuung und Möglichkeiten der ehrenamtlichen Mitarbeit. |
| Voraussetzungen | Das Seminar ist nicht geeignet für Menschen in akuter Trauer |
| Anmeldung | per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der der Homepage unter www.chv-ibb.org |
| Kosten | 75,- Euro, CHV-Mitglieder: 40,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 09.05.2020 | 09.30 - 13.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Musiktherapeutische Element in der Begleitung sterbender Menschen *Hospizdienst DaSein e.V.*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56-58, 80333 München, 1. OG, Seminarraum |
| Beschreibung | Der Einsatz von Musik in der Begleitung am Lebensende kann sich heilsam auf den Zustand von Betroffenen auswirken. Welche Wirkung hat die Musik auf uns Menschen, und was sind musiktherapeutische Elemente? Wie können wir das Medium Musik ohne therapeutische Ausbildung in der Arbeit mit bedürftigen Menschen anwenden? Das Seminar liefert anhand von Beispielen praktische Antworten auf diese Fragen. |
| Referentin | Susanna Filesch, Dozentin für Musik in der sozialen Arbeit und für Pädagogik |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40 |
| Kosten | 40,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|-------------------|
| 13.05.2020 | 19.00 - 20.30 Uhr | Infoveranstaltung |
|------------|-------------------|-------------------|

Informationsabend

Hospizdienst DaSein e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 55, 80333 München, Seminarraum 1. OG |
| Beschreibung | Für alle an unserer Arbeit Interessierten veranstalten wir offene Informationsabende, an denen wir gerne Ihre Fragen rund um die Hospizarbeit beantworten. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 18.06.2020 | 19.00 - 20.30 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Schmerztherapie in palliativen Situationen

Hospizdienst DaSein e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 55, 80333 München, Seminarraum 1. OG |
| Beschreibung | Der Vortrag beleuchtet die Möglichkeiten einer Schmerztherapie in palliativen Situationen, geht auf Wirkprinzipien sowie Nebenwirkungen ein und versucht, falsche Mythen zu entkräften. |
| Referent | Dr. Mark Braun, Palliativmediziner |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 5,- Euro |

| | | |
|--------------------|---|--------------|
| 20.06 - 26.07.2020 | je 09.30 - 17.00 Uhr oder 18.30 - 21.00 Uhr | Seminarreihe |
|--------------------|---|--------------|

Persönliche Auseinandersetzung mit „Leben, Trauern, Sterben und Tod“

Hospizdienst DaSein e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56 - 58, 80333 München, 1. OG, Seminarraum |
| Beschreibung | Diese achteilige Seminarreihe dient der persönlichen Auseinandersetzung mit den Themen „Leben, Trauern, Sterben und Tod“. Dazu gehört das Bewusstwerden und Annehmen der eigenen Vergänglichkeit und das Reflektieren der damit verbundenen Vorstellung, Gefühle, Hoffnungen und Ängste. Ein Schwerpunkt liegt darauf, die Achtsamkeit gegenüber sich selbst und anderen zu schulen. Die Teilnahme an diesem Seminar gilt auch als Zugangsvoraussetzung für die Hospizbegleiterinnen- und Hospizbegleiter-Vorbereitung bei DaSein. |
| Referentin | E. Katharina Rizzi, Leiterin Hospizdienst DaSein e.V. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40 |
| Kosten | 390,- Euro |

| | | |
|------------|-----------|---------|
| 26.06.2020 | 16.00 Uhr | Vortrag |
|------------|-----------|---------|

Leben und sterben ohne warum? Philosophieren im Hospiz

Christophorus Hospiz Verein Institut für Bildung und Begegnung

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Christophorus-Haus Effnerstr. 93, 81925 München |
| Beschreibung | Gibt es ein letztes Warum für unser Leben? Was ist gemeint, wenn wir vom „Sinn des Lebens“ sprechen? Ist man krank, wenn man die Frage nach dem Sinn des Lebens stellt (wie Freud meinte) oder wird man krank, wenn man sie nicht stellt (wie Frankl meinte)? Bedarf es, um gut zu leben, einer Antwort auf die Frage „Warum“? |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 8,- Euro, CHV-Mitarbeiter: keine |

| | | |
|--------------------------|-----------------------------|-------------------|
| März. - Juli 2020 | je 10.00 - 18.00 Uhr | Ausbildung |
|--------------------------|-----------------------------|-------------------|

84stündige Ausbildung zu ehrenamtlichen Schulmediatoren zum Einsatz in Münchner Grundschulen
Seniorpartner in School Landesverband Bayern (SiS Bayern)

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger ab 55 Jahren |
| Veranstaltungsort | auf Anfrage |
| Beschreibung | SiS-Schulmediatorinnen und -Schulmediatoren helfen Kindern, ihre Alltagsprobleme gewaltfrei zu lösen. In der 84-stündigen Ausbildung zu ehrenamtlichen Schulmediatorinnen und Schulmediatoren werden Sie in vier dreitägigen Modulen für den Einsatz an Münchner Grundschulen ausgebildet. |
| Referent | Thomas Jennrich, zertifizierter SiS-Mediator |
| Voraussetzungen | Lebens- und Berufserfahrung, Bereitschaft, sich ein Mal wöchentlich in den Unterrichtszeiten 4 Stunden zu engagieren, Freude am Umgang mit Kindern |
| Anmeldung | per E-Mail an m.kraemer@sis-bayern.de |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 04.03.2020 | 17.00 - 18.30 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Fit im Ehrenamt: Supervision und Coaching
Freiwilligen-Agentur Tatendrang

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich |
| Veranstaltungsort | Pädagogisches Institut – Zentrum für Kommunales Bildungsmanagement Herrnstr. 19, 80539 München |
| Beschreibung | Unklare Rollenverteilungen oder Aufgaben, belastende Erfahrungen sowie konflikt-hafte Situationen können Freiwillige an ihre fachlichen wie psychischen Grenzen bringen. Mit einer Gruppe aus Gleichgesinnten können Sie mit fachlicher Begleitung Ihre Sichtweisen austauschen, problematische Situationen reflektieren und gemeinsam Lösungsansätze besprechen. Ziel des Coaching-Angebots ist, die eigenen Grenzen und Handlungsmöglichkeiten im Ehrenamt wieder in Balance zu bringen und die Freude am Engagement zu stärken. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 05.02.2020 per E-Mail an lernpatenakademie@tatendrang.de oder telefonisch unter (089) 45 22 41 10 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 09.03.2020 | 09.00 - 16.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Fit im Ehrenamt: Qualifiziert engagiert – Kinder und Jugendliche im Schulalltag gelassen begleiten
Freiwilligen-Agentur Tatendrang

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich |
| Veranstaltungsort | Pädagogisches Institut – Zentrum für Kommunales Bildungsmanagement Herrnstr. 19, 80539 München |
| Beschreibung | Diese Veranstaltung will Ehrenamtlichen den Start in ein Engagement im schulischen Bereich erleichtern. Wir setzen uns mit den Themen Rollenklarheit, Abgrenzung, Umgang mit Erwartungen sowie Kommunikation auseinander. Zudem beschäftigen wir uns mit dem Bereich Grenzen und Konflikte: was tun, wenn Grenzen überschritten werden? Wie kann man Konflikte wertschätzend lösen? |
| Referentin | Claudia Riedle |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 10.02.2020 per E-Mail an lernpatenakademie@tatendrang.de oder telefonisch unter (089) 45 22 41 10 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|-------------------|
| 09.03.2020 | 15.00 - 16.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|------------|-------------------|-------------------|

Kranken Kindern Zeit zum Genesen schenken *Zu Hause Gesund Werden*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen |
| Veranstaltungsort | Zu Hause Gesund Werden, Thierschstr. 17, 80538 München, 1. Stock |
| Beschreibung | Seit 30 Jahren vermitteln wir Ehrenamtliche zu kranken Kindern, damit sie in Ruhe zu Hause genesen können. Unsere Freiwilligen betreuen das erkrankte Kind in der elterlichen Wohnung, schenken ihr oder ihm Zeit zum Gesundwerden und entlasten damit die berufstätigen Eltern. Wichtigste Voraussetzung für dieses verantwortungsvolle Engagement sind Erfahrung und Freude am Umgang mit Kindern. Dafür bieten wir eine anspruchsvolle, abwechslungsreiche, zeitlich flexible Aufgabe mit intensiver fachlicher Begleitung. |
| Voraussetzungen | Erfahrung und Freude am Umgang mit Kindern |
| Anmeldung | erwünscht bis zum 06.03.2020 per E-Mail an info@zhgw.de oder telefonisch unter (089) 290 44 78 |
| Kosten | keine |

| | | |
|--------------------------------|----------------------|-------------------|
| 12.03., 14.05. oder 09.07.2020 | je 17.30 - 19.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|--------------------------------|----------------------|-------------------|

Wir lesen vor – Sie auch? *Lesefüchse e.V.*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | MVHS, Stadtteilzentrum Gardini90, Gardinistr. 90, 81375 München, Erdgeschoß |
| Beschreibung | Ehrenamtliche des Lesefüchse e.V. lesen Kindern im Alter von vier bis zehn Jahren wöchentlich in Schulen und Bibliotheken vor. Am Einführungsabend stellen die Lesefüchse sich und ihre Initiative vor und informieren, wie Ehrenamtliche Lesefüchse werden können. |
| Referentin | Marlis Engelhardt, Vorstandsmitglied |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 16.03.2020 | 14.30 - 17.30 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Fit im Ehrenamt: Silent Books – textfreie Bilderbücher als Sprechanlass für Kinder und Jugendliche *Freiwilligen-Agentur Tatendrang*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich |
| Veranstaltungsort | Pädagogisches Institut – Zentrum für Kommunales Bildungsmanagement Herrnstr. 19, 80539 München |
| Beschreibung | Neuerdings gibt es viele sogenannte „Silent Books“, textlose Bilderbücher, die sich an eine große Leserschaft aus vielen Altersgruppen und Kulturen richten. Bücher ohne Worte können Kinder zum Reden bringen. Sprech-, Schreib- und Erzählanlässe mit „Silent Books“ machen die Arbeit im Ehrenamt auch mit Geflüchteten lebendig und fördern die bildnerischen und sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten. Neben dem Kennenlernen beispielhafter Bücher erwarten Sie praktische Übungen, Spiele und methodische Anregungen. |
| Referentin | Jule Pfeiffer-Spiekermann |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 17.02.2020 per E-Mail an lernpatenakademie@tatendrang.de oder telefonisch unter (089) 45 22 41 10 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 17.03.2020 | 09.00 - 16.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Fit im Ehrenamt: Stärken erkennen und Ressourcen nutzen
Freiwilligen-Agentur Tatendrang

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich |
| Veranstaltungsort | Pädagogisches Institut – Zentrum für Kommunales Bildungsmanagement Herrnstr. 19, 80539 München |
| Beschreibung | Im ehrenamtlichen Engagement geht es in der Regel darum, Kinder und Jugendliche dabei zu unterstützen, bestimmte Defizite auszugleichen oder aufzuholen. Dabei gerät häufig aus dem Blick, dass sie bereits über viele hilfreiche Ressourcen verfügen. Der Blick auf das, was die Kinder an Talenten und Kompetenzen mitbringen stärkt ihr Selbstvertrauen und ermutigt sie, Herausforderungen selbst zu meistern. Diese Weiterbildung zeigt Ihnen, wie Sie sich als „Schatzsucher“ in Ihrem Ehrenamt betätigen können. |
| Referentinnen | Christina Bayer und Susanne Loibl |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 18.02.2020 per E-Mail an lernpatenakademie@tatendrang.de oder telefonisch unter (089) 45 22 41 10 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 31.03.2020 | 14.30 - 17.30 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Fit im Ehrenamt: Kinder in Mathematik unterstützen (Jahrgangsstufen 1-6)
Freiwilligen-Agentur Tatendrang

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich |
| Veranstaltungsort | Pädagogisches Institut – Zentrum für Kommunales Bildungsmanagement Herrnstr. 19, 80539 München |
| Beschreibung | Oft stehen wir als Erwachsene vor eigentlich einfachen Rechenaufgaben und wissen nicht, wie wir sie den Kindern erklären sollen. In diesem Kurs bekommen Sie einen Einblick in die wichtigsten Lehrplaninhalte der Mathematik (Klasse 1-6) und erfahren spielerisch mit viel Material, wie man Kinder nicht nur beim Rechnen unterstützen kann. Anhand zahlreicher praktischer Beispiele werden wir Ihnen zeigen, wie Sie Kindern anschaulich und mit Freude bei mathematischen Aufgabenstellungen und Schwierigkeiten helfen können. |
| Referentinnen | Susanne Kirchhoff und Susanne Theil |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 03.02.2020 per E-Mail an lernpatenakademie@tatendrang.de oder telefonisch unter (089) 45 22 41 10 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|-------------------|
| 21.04.2020 | 18.00 - 19.30 Uhr | Infoveranstaltung |
|------------|-------------------|-------------------|

Wir lesen vor – Sie auch?
Lesefüchse e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | MVHS Stadtbereichszentrum West in Pasing Bäckerstraße 14, 81241 München |
| Beschreibung | Ehrenamtliche des Lesefüchse e.V. lesen Kindern im Alter von vier bis zehn Jahren wöchentlich in Schulen und Bibliotheken vor. Am Einführungsabend stellen die Lesefüchse sich und ihre Initiative vor und informieren, wie Ehrenamtliche Lesefüchse werden können. |
| Referentin | Marlis Engelhardt, Vorstandsmitglied |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|----------------|-----------------------------|--------------------------|
| Mo - Do | je 13.00 - 18.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|----------------|-----------------------------|--------------------------|

europe direct Informationszentrum (EDIC) München
europe direct Informationszentrum (EDIC) München

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Münchner Stadtbibliothek Am Gasteig, Rosenheimer Str. 5, 81667 München, Ebene 1.1 |
| Beschreibung | Das europe direct Informationszentrum (EDIC) bietet allen interessierten Bürgerinnen und Bürgern Beratung und Informationsmaterial rund um das Thema Europa. Wir wollen Europa in die ganze Stadt tragen. Außerdem bieten wir Workshops, Diskussionsveranstaltungen und Fortbildungen an. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 10.03.2020 | 10.00 - 16.30 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Opernworkshop „Falstaff“
Evang. Bildungswerk München e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Der verarmte Ritter Sir John Falstaff ist in argen Geldnöten. Ein Liebesabenteuer mit zwei reich verheirateten Frauen aus Windsor soll seine leeren Taschen wieder auffüllen. Doch er rechnet nicht mit der List der Frauen, die ihn zum Narren halten. Gefoppt, getäuscht und verspottet ist aber letztlich er es, der allen den Spiegel vorhält: Wer zuletzt lacht, lacht am besten. In diese doppelbödig-komische Oper führen wir Sie auf kreative Weise ein. Falstaff steht in einer Neuproduktion ab 08.07.2020 auf dem Spielplan der Bayerischen Staatsoper. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 03.03.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | 20,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------|
| 20.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Fortbildung |
|-------------------|--------------------------|--------------------|

S'Glück is a Vogerl – Biografische Methoden rund ums Glück
Evang. Bildungswerk München e.V. in Kooperation mit dem Münchner Bildungswerk

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5/II, 80335 München |
| Beschreibung | „S' Glück is' a Vogerl – schau, dass das fangst!“ So lautete ein beliebter Spruch in den Poesiealben. Am Welttag des Glücks laden wir Sie zu einer Fortbildung ein, bei der wir uns auf die Spurensuche nach dem großen und dem kleinen Glück in unserem Leben machen. Lassen Sie sich inspirieren von biografischen Methoden für sich selbst und für Ihre Praxis. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 45,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 25.03.2020 | 10.00 - 14.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Ist das Barock oder Rokoko?

Evang. Bildungswerk München e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Gemeindesaal St. Markus, Gabelsbergerstr. 6, 80333 München |
| Beschreibung | Bei diesem Seminar steht wieder die Baustilkunde im Mittelpunkt. Diesmal geht es speziell ums neue Bauen, die Architektur der Moderne. Der Kurs wendet sich besonders an ehrenamtliche Gästeführerinnen, Einsteiger, genauso wie Fortgeschrittene, die für ihre Arbeit mehr Sicherheit im Umgang mit den Baustilen gewinnen wollen. Der Kurs besteht aus einem Theorieteil in der Kirchengemeinde, sowie einem anschließenden kleinen Stadtspaziergang mit Architekturbeispielen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 11.03.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | 12,- Euro, inkl. Imbiss, für Ehrenamtliche von „München mit anderen Augen sehen“ frei |

| | | |
|------------|-------------------|------------|
| 27.03.2020 | 17.00 - 20.00 Uhr | Diskussion |
|------------|-------------------|------------|

Demokratie-Café: Wie verändert sich mein Stadtteil und welchen Einfluss habe ich als Bürger*in darauf?

Selbsthilfezentrum München

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen und alle interessierten Bürgerinnen und Bürger im Stadtteil |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG) |
| Beschreibung | Was ist, wenn Politik nicht mehr auf die Bedürfnisse und Wünsche der Bürgerinnen und Bürger reagiert? Eine Möglichkeit: Dann müssen wir uns selbst helfen. Können wir auf lokaler Ebene etwas bewegen und gemeinsam unseren Stadtteil verändern? Wie kann ich politisch wirksam werden? Diesen Fragen wollen wir an diesen Abenden in einem Demokratie-Café nachgehen. Bringt eure Wünsche und Anliegen mit und wir versuchen gemeinsam einen Weg zu finden, sie zu verwirklichen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an erich.eisenstecken@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56 16 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 31.03.2020 | 13.00 - 17.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

GROÙE FRAUEN – klein geredet
Die Entwicklung des Frauenbildes von der Antike bis zur Moderne – Teil III
Evang. Bildungswerk München e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Schon immer gab es erfolgreiche Frauen, deren Leistungen ignoriert oder von der Nachwelt klein geredet wurden. In unserer Reihe setzen wir uns mit der Entwicklung des Frauenbildes auseinander und warum Frauen, die nicht dem traditionellen Rollenbild entsprachen, vergessen bzw. ihre Biografien umgedeutet wurden. Wir widmen uns großen Frauen aus der Reformation, dem Zeitalter der Aufklärung bis zu den sog. Skandal-/Malweibern, deren außergewöhnliche Lebenswege wir mit kreativen Methoden nachspüren. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 24.03.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | 10,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|---------------------|
| 15.04.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Reisebericht |
|-------------------|--------------------------|---------------------|

„Von Granada nach Mérida - auf dem Mozarabischen Jakobsweg“
Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Alten- und Servicezentrum Stadtmitte, Sebastiansplatz 12, 80331 München |
| Beschreibung | Olga Maria Eggart hat die halbe Welt zu Fuß bereist und kann wunderbar erzählen. Ihre einmalig schönen Fotos beeindrucken sehr und lassen die Natur lebendig werden. Dazu hat die Autorin passende Musik herausgesucht, die ihren Vortrag begleitet. |
| Referentin | Olga Maria Eggart, freie Schriftstellerin |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 6,- Euro, Mitfrauen: 3,- Euro |

| | | |
|-----------------------------------|-----------------------------|------------------------|
| 20.04. und/oder 18.05.2020 | je 18.00 - 21.00 Uhr | Schnupperabende |
|-----------------------------------|-----------------------------|------------------------|

Lebenstheater – Geschichten aus dem Leben spielen
Evang. Bildungswerk München e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Beim „autobiografischen Theater“ sind Sie selbst Autorin und Autor Ihrer eigenen Geschichten. Sie schöpfen kreative Szenen aus der eigenen Lebenserfahrung, verfremden und gestalten sie gemeinsam auf lustvolle Art. Inspiriert werden Sie durch kreatives Schreiben, Stegreiferzählen, Collagen und Biografiekoffer. Dazu kommen abwechslungsreiche Stimm-, Atem- und Körper-Übungen. Sie erkennen den Reichtum der eigenen Biografie und lernen sich spielerisch auszudrücken. Die Abende können unabhängig voneinander besucht werden. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis jeweils 2 Wochen vorher per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | je 15,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 15.06.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

„Frauen sind selbstverständlich mitgemeint“ – Gender und Sprache. Warum Sprache nicht nur Unterschiede bezeichnet, sondern auch festschreibt.

Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Alten- und Servicezentrum Stadtmitte, Sebastiansplatz 12, 80331 München |
| Beschreibung | Die Autorin hat zu diesem wichtigen Frauenthema einschlägig geforscht. Wir wollen das feministische Sprachproblem wieder aktualisieren, weil die Erkenntnisse langsam verloren gehen und in Stellenanzeigen wieder nur männliche Bezeichnungen vorkommen. Weibliche Fachkräfte fühlen sich nicht angesprochen, bestenfalls mitgemeint. Aber wir wollen gemeint sein! |
| Referentin | Dr. Imke Schmincke, Institut für Soziologie der LMU München |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 6,- Euro, Mitfrauen: 3,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 09.07.2020 | 18.00 - 19.30 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Nicht zu alt für Abenteuer – Bericht über freiwilliges Engagement im Ausland (K110156)

Münchner Volkshochschule

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Münchner Volkshochschule, Werinherstr. 33, 81541 München |
| Beschreibung | Elisabeth Redler verbringt seit 2015 jährlich drei Monate als Freiwillige im Ausland. Sie berichtet, wie sie Einsatzorte findet, wie sie sich vorbereitet, woran organisatorisch gedacht werden muss – und welche beglückende Erfahrungen und Begegnungen möglich sind. Ihr Beispiel kann anderen älteren Menschen Mut machen, sich im Ausland zu engagieren. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | telefonisch unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de |
| Kosten | 6,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 09.07.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Ärztliche Behandlung von Müttern und Kindern im Nationalsozialismus – am Beispiel Bethel

Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Alten- und Servicezentrum Stadtmitte, Sebastiansplatz 12, 80331 München |
| Beschreibung | Frau Degen hat als erste die Todeszahlen der Kinder nachgezählt und die Sterberegister analysiert. Dabei fand sie Differenzen, die Bethel heftigst abstreitet. Es ist im Internet ein Kampf gegen Barbara Degen nachzulesen. Bethel will verhindern, dass die Euthanasie an Kindern bekannt wird. Während viele Einrichtungen und Unternehmen die damalige Zeit aufarbeiten, belegt Bethel das Thema mit einem Tabu. |
| Referentin | Dr. Barbara Degen, Juristin und frühe Frauenforscherin |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an nachbarschaftlich-leben@t-online.de |
| Kosten | 8,- Euro, Mitfrauen: 4,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------------|
| 04.03.2020 | 17.30 - 21.00 Uhr | Impulsvortrag |
|------------|-------------------|---------------|

Psychische Erkrankungen bei Geflüchteten – Erkennen und reagieren

Münchener Bildungswerk e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit |
| Veranstaltungsort | Münchener Bildungswerk, Dachauerstr. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Ehrenamtlich Engagierte haben in ihrer Arbeit oft mit Menschen zu tun, die keine Kraft haben ihre Zukunft aktiv zu gestalten. Einige fragen nach Jobs und Deutschkursen und können die Termine schließlich nicht wahrnehmen. In solchen Situationen kommen zahlreiche Fragen auf: Sind die Betroffenen depressiv oder traumatisiert? Wie viel Druck darf man ausüben? Wie geht man damit um, wenn Hilfsangebote (Arzt, Therapie, sozialmedizinischer Dienst) nicht angenommen werden? |
| Referent | Dr. Birsent Kahraman |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an sekretariat@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 13.03.2020 | 15.00 - 18.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Zusammenarbeit mit nigerianischen Migrantinnen und Migranten

Interkulturelle Akademie

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Innere Mission München, Landshuter Allee 40, 80637 München |
| Beschreibung | Die Veranstaltung richtet sich an ehrenamtliche Helferinnen und Helfer, die mit Menschen aus Nigeria arbeiten. Inhalte sind landesspezifische Fluchtursachen, Erfahrungsspektren während der Flucht in Afrika, auf dem Mittelmeer und in Europa, die Verbindungen zwischen Menschen auf der Flucht und die Bedeutung der Familie im Heimatland Nigeria. Im zweiten Teil werden eigene konkrete Fälle vorgestellt, die gemeinsam analysiert werden, um Lösungsmöglichkeiten zu erarbeiten. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 06.03.2020 per E-Mail an ika@im-muenchen.de |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 14.03.2020 | 09.00 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Humanitäres Völkerrecht für Einsteiger*innen

Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband München

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Geschäftsstelle des Münchner Roten Kreuzes, Perchtinger Straße 5, 81379 München |
| Beschreibung | In diesem Seminar schaffen wir zunächst ein gemeinsames Verständnis vom Humanitären Völkerrecht (also den zwischenstaatlichen Vereinbarungen zum Schutz der Opfer bewaffneter Konflikte): wann gilt es, wen schützt es und welche Grundregeln gelten in bewaffneten Konflikten. Anschließend befassen wir uns in Kleingruppen mit konkreten Fragestellungen anhand von Fallbeispielen. Die Ergebnisse diskutieren wir anschließend miteinander. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 01.03.2020 per E-Mail an gabriel.buecherl@brk-muenchen.de |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 25.03.2020 | 18.30 - 20.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Perspektive nach negativem Asylbescheid

ArrivalAid

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und hauptamtliche Unterstützerinnen und Unterstützer |
| Veranstaltungsort | Bellevue di Monaco, Müllerstraße 2-6, 80469 München |
| Beschreibung | Das Seminar der Basisschulung zum Thema „Perspektiven nach dem negativem Asylbescheid“ ist für Haupt- und Ehrenamtliche, die geflüchtete Menschen unterstützen und wissen möchten, welche Möglichkeiten es für abgelehnte Asylbewerber gibt. Geflüchtete sind auch herzlich willkommen. Das Seminar bietet Gelegenheit für den praxisnahen Austausch zwischen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern und der Referentin Anna Frölich, Rechtsanwältin, Kanzlei Wächtler und Kollegen. |
| Voraussetzungen | Deutschkenntnisse auf C1-Niveau |
| Anmeldung | auf der Homepage unter https://www.arrivalaid.org/akademie |
| Kosten | keine |

| | | |
|---------------------------------|--------------|-----------|
| 26.03., 28.05., oder 30.07.2020 | je 19.30 Uhr | Infoabend |
|---------------------------------|--------------|-----------|

Mentoren-Projekt für Geflüchtete

INSOMI e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | wird bei Anmeldung bekannt gegeben |
| Beschreibung | In unserem Mentoren-Projekt wollen wir eine langfristige, nachhaltige und systematische Integration von Flüchtlingen und Sozialbedürftigen in unsere Gesellschaft sicherstellen. Der Verein bildet ein Netzwerk an Mentorinnen und Mentoren, die bei der Integration Geflüchteter in unsere Gesellschaft behilflich sind und dabei immer die Hilfe zur Selbsthilfe im Auge haben. An unseren Informationsabenden lernen Sie unseren Verein und unser Konzept kennen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis einen Tag vor der Veranstaltung per E-Mail an annette.sommer@insomi.org |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 28.03.2020 | 10.00 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Lernen fördern und kompetent unterstützen

InitiativGruppe - Interkulturelle Begegnung und Bildung e. V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillige in der Arbeit mit Migrantinnen und Migranten |
| Veranstaltungsort | InitiativGruppe, Karlstr. 50, 80333 München |
| Beschreibung | In dieser Fortbildung informiert die Referentin über lernfördernde und lernhemmende Faktoren sowie über den Umgang mit Lernblockaden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmern erfahren, wie sie bei den Schülerinnen und Schülern Prüfungskompetenz aufbauen können. Darüber hinaus vermittelt die Referentin Methoden zur Lernorganisation. |
| Referentin | Silke Leigh, Schulpsychologin und Systemische Paar- und Familientherapeutin |
| Voraussetzungen | Deutschkenntnisse mindestens B 2 |
| Anmeldung | bis zum 18.03.2020 per E-Mail an ehrenamt@initiativgruppe.de oder telefonisch unter (089) 748 08 89-31 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 28.03.2020 | 14.00 - 16.30 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Gastfreundschaft – Von der Freude einen Gast willkommen zu heißen *Münchener Bildungswerk e.V.*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit, Menschen mit und ohne Migrationshintergrund |
| Veranstaltungsort | Münchener Bildungswerk, Dachauerstr. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Gastfreundschaft spielt in vielen Kulturen eine ganz zentrale Rolle. Wir laden zu einem interkulturellen Workshop-Brunch ein. In lockerer Atmosphäre sprechen wir darüber, wie schön Gastfreundschaft ist, welche Rolle interkulturelle Hintergründe spielen und über eigene Erfahrungen. Das gemeinsame Essen rundet den Tag ab. |
| Referentin | Meliha Satir-Kainz |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an sekretariat@muenchener-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 04.04.2020 | 10.00 - 16.30 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Wertschätzende Kommunikation – Vorstellung und Einübung *Münchener Bildungswerk e.V.*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit |
| Veranstaltungsort | Münchener Bildungswerk, Dachauerstr. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich sind zwischenmenschliche Konflikte unvermeidbar. Dr. Marshall Rosenberg hat dazu ein Modell entwickelt, das er „Gewaltfreie Kommunikation“ genannt hat. Dabei geht es um die Fähigkeit und das Einüben, Beobachtungen von Bewertungen zu unterscheiden, Gefühle von Interpretationen, Bedürfnisse von Strategien und Bitten von Forderungen. |
| Referent | Clemens Ronnefeldt |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an sekretariat@muenchener-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 22.04.2020 | 18.30 - 20.00 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Länderseminar: Afghanistan *ArrivalAid*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und hauptamtliche Unterstützerinnen und Unterstützer |
| Veranstaltungsort | Bellevue di Monaco; Müllerstraße 2-6, 80469 München |
| Beschreibung | Das „Länderseminar: Afghanistan“ ist für Haupt- und Ehrenamtliche, die geflüchtete Menschen unterstützen und die einen tieferen Einblick in die Lebenswirklichkeit der hier lebenden Afghaninnen und Afghanen bekommen möchten. Geflüchtete sind auch herzlich willkommen. Das Seminar der Basisschulung bietet Gelegenheit für den praxisnahen Austausch zwischen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern und der Diana Sherzada, Dozentin an der LMU München und Afghanistan-Expertin. |
| Voraussetzungen | Deutschkenntnisse auf C1-Niveau |
| Anmeldung | auf der Homepage unter https://www.arrivalaid.org/akademie |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 25.04.2020 | 10.00 - 16.30 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Wertschätzende Kommunikation – Vertiefung und Übungstag
Münchener Bildungswerk e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit |
| Veranstaltungsort | Münchener Bildungswerk, Dachauerstr. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Viele Menschen sind inzwischen mit der wertschätzenden und gewaltfreien Kommunikation über Bücher von Dr. Marshall Rosenberg oder Seminare in Berührung gekommen. Für alle, die bereits die Grundzüge dieses Kommunikationsmodell kennen gelernt haben (Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis, Bitte), bietet dieser Workshoptag eine Vertiefung, bei dem es um die praktische Einübung anhand eigener konkreter Erfahrungen geht. |
| Referent | Clemens Ronnefeldt |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an sekretariat@muenchener-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 17.05.2020 | 10.00 - 15.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

„EBRU“ - Die Kunst des Wolkenpapiers
InitiativGruppe - Interkulturelle Begegnung und Bildung e. V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillige in der Arbeit mit Migrantinnen und Migranten |
| Veranstaltungsort | InitiativGruppe Karlstr. 50, 80333 München |
| Beschreibung | Wir möchten Ihnen mit dieser Veranstaltung eine alte Kulturtechnik aus Zentralasien und dem Osmanischen Reich vorstellen: die Herstellung von marmoriertem Papier, das z. B. für Koranseiten oder Gedichte, für Bucheinbände und viele andere dekorative Zwecke verwendet wurde. Ebru-Malerei lehrt uns Geduld und Sanftmut. So lassen wir uns in der friedvollen Ruhe des Malens von alltäglichen Stresssituationen befreien. |
| Referentin | Tülay Akcan, freiberufliche Künstlerin und Dozentin für Ebru-Malerei |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 08.05.2020 per E-Mail an ehrenamt@initiativgruppe.de oder telefonisch unter (089) 748 08 89-31 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 14.05.2020 | 15.00 - 20.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Interkulturelle Kommunikation

Solidarni e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum, Westendstraße 68, 80339 München |
| Beschreibung | Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfahren, wie man besser mit Menschen anderer Kulturen kommunizieren kann, sowie „Dos and Don'ts“ der internationalen Kommunikation. Wir widmen uns einer sehr wichtigen Aufgabe, nämlich dem Thema des kulturellen Übersetzens und der Förderung interkulturellen Verständnisses. Dadurch entsteht etwas Interaktives und Lebhaftes. |
| Referentinnen | Justyna Weber, Beirätin für Migration beim Selbsthilfebeirat Dimitrina Lang, Vorsitzende des Migrationsbeirats der Landeshauptstadt München |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 30.04.2019 per E-Mail an info@solidarni.de |
| Kosten | auf Anfrage |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 20.05.2020 | 17.00 - 22.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Interkulturelle Öffentlichkeitsarbeit

Solidarni e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Selbsthilfezentrum, Westendstraße 68, 80339 München |
| Beschreibung | Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfahren wie man mit Migrantinnen und Migranten Communities effektiver kommunizieren und ein gesichertes Vertrauen zu ihnen aufbauen kann. Eine erfolgreiche Kommunikation wird von der Kultur bestimmt. Wie kann man Migrantinnen und Migranten am besten erreichen und die Angebote kultursensibel erstellen? Es geht um die Kunst der Reklame mit Empathie und auf den interkulturellen Kontext zu achten. Welche Ethnomedien gibt es in Deutschland? Wie kann man dazu beitragen durch Kommunikation die Welt zu verbessern? |
| Referentinnen | Justyna Weber, Beirätin für Migration beim Selbsthilfebeirat Kosima Graf, Journalistin und Lehrerin und Dozentin für Deutsch als Fremdsprache. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 30.04.2020 per E-Mail an info@solidarni.de |
| Kosten | auf Anfrage |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 01.07.2020 | 18.30 - 20.30 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Lernen mit Geflüchteten

Münchener Bildungswerk e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit |
| Veranstaltungsort | Münchener Bildungswerk, Dachauerstr. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Menschen, die vor Krieg und Elend geflüchtet sind, benötigen sehr viel Hilfe, um in Deutschland Fuß zu fassen. Die Fortbildung informiert freiwillig Engagierte über die Formen psychischer Einschränkungen und daraus resultierende Lernstörungen. Erkenntnisse zu diesen Themen helfen, neue Methoden und Wege mit Geflüchteten zu erproben und bieten Teilnehmerinnen und Teilnehmern ausreichend Raum für individuelle Lösungsfindungen. |
| Referentin | Bettina Kinn |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an sekretariat@muenchener-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 16.07.2020 | 18.30 - 21.00 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Kultur und Sexualität

Aspekte zum Sexualverständnis im Islam

Münchener Bildungswerk e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit |
| Veranstaltungsort | Münchener Bildungswerk, Dachauerstr. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Oft gibt es Unsicherheiten im Umgang mit dem Thema Sexualität. Wie kann man über das Thema sprechen ohne persönliche Grenzen - auch unwissentlich - zu überschreiten? Wie sollen Situationen eingeordnet werden? Erhalten Sie praxisnah und kompakt wichtige Grundinformationen zum islamischen Verständnis von Sexualität und bringen Sie ihre Fragen und Anliegen in die Diskussion ein. |
| Referentin | Parvaneh Djafarzadeh |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an sekretariat@muenchener-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | keine |

| | | |
|----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 02.04. - 10.09.2020 | je 09.30 - 17.00 Uhr | Grund- und Aufbaukurs |
|----------------------------|-----------------------------|------------------------------|

Fundraising Lehrgang 2020 (mit Zertifikat)

IBPro Sozialmanagement

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Wie können Gemeinnützige ihre Arbeit dauerhaft auf finanziell tragfähige Beine stellen, so dass die Projekte nachhaltig wirken? Fundraising findet hier Lösungen. In 5 Modulen (Grundlagen, Vision und Mission, Maßnahmen und Instrumente, Antragsmittel, Öffentlichkeitsarbeit) und einem 6. vertiefenden Tag erfahren Sie alles, was Sie brauchen, um die Mittel zu erhalten, die helfen, mit Ihrer Idee und Initiative die Welt zu verändern. |
| Referentinnen | Tina Keeling und Christine Gediga |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 12.03.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 890,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 08.05.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Schreibwerkstatt

IBPro Sozialmanagement

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Seminarraum 5. Stock, Lindwurmstr. 129a, 80337 München |
| Beschreibung | Gute Geschichten gehen ins Ohr und bleiben im Kopf. Zielgruppengerechte und treffende Texte erreichen die Menschen, werden gelesen und bleiben im Gedächtnis. Wie sieht ein guter Text aus? Wie stellen Sie Ihr Anliegen gut in der Öffentlichkeit dar? Welche Medien passen zu welchem Projekt? Wie unterscheidet sich ein Text auf der Homepage oder in Sozialen Medien von einem Text in einer Broschüre oder einem Flyer? Diese und weitere Fragen klärt Christine Gediga anhand (mitgebrachter) Praxisbeispiele. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 24.04.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 160,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 11.05.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Fördermittel einwerben und gewinnbringend Anträge stellen - von Aktion Mensch bis Wettbewerbe
IBPro Sozialmanagement

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Nicht nur die EU, der Bund, Länder, Bezirke, Kommunen und (regionale) Stiftungen fördern gemeinwohlorientierte Projekte, sondern man kann auch über Förderfonds, Preise und Wettbewerbe und bei (Sozial)Lotterien Geldmittel beantragen. Insgesamt übersteigt die so ausgeschüttete Summe das, was Privatspender oder Unternehmen geben, immer noch um ein Vielfaches. Wie Sie an diese Mittel herankommen, was beim Antragstellen zu beachten ist und wie Sie erfolgreich Geld einwerben, erklärt Christine Gediga. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 27.04.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 160,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 20.05.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Stiftungsvermögen zeitgemäß und verantwortungsbewusst anlegen - Wie Sie mit Aktien & Co. Ihren Stiftungszweck erfüllbar halten
IBPro Sozialmanagement

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche, Stiftungsverantwortliche |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Wie man in Zeiten von Nullzins seinen Stiftungszweck weiterhin erfüllen kann, zeigt Tobias Karow in diesem Workshop. Er gibt Anregungen für eine zeitgemäße und verantwortungsbewusste Kapitalanlage des Stiftungsvermögens - zu der die Aktie heute mehr denn je dazugehört, zeigt die wichtigsten Schritte auf - wie Anlagerichtlinie, Ideen für das übergeordnete Anlagekonzept, die ordentliche Dokumentation etc. - und gibt Tipps, wie man z. B. einen Fonds auf seine Stiftungseignung hin überprüft. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 06.05.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 160,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 19.06.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Große Förderer finden, verstehen, gewinnen und binden

IBPro Sozialmanagement

| | |
|--------------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Dr. Patrick Roy wirft zusammen mit Ihnen einen Blick auf die Chancen, Anforderungen und Kooperationsmöglichkeiten des heutigen Großförderer-Fundraisings bei Unternehmen, Stiftungen, der öffentlichen Hand und wohlhabenden Privatpersonen. Diese stehen auch im Mittelpunkt des Seminars. Außerdem erfahren Sie, wie Sie systematisch Mittel gewinnen und wie der beste Gesprächsverlauf sein kann. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 27.04.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 160,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 08.07.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Online Fundraising und Mobiles Spendensammeln

IBPro Sozialmanagement

| | |
|--------------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche, Stiftungsverantwortliche |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Online Fundraising und mobiles Spendensammeln werden immer bedeutender im Fundraising-Mix. Christine Gediga beleuchtet Erfolgchancen und Möglichkeiten des Online- und Mobile-Fundraisings und geht den Fragen nach: Wie „digital ready“ ist meine Organisation eigentlich? Was ist Gamification? Und wie kann ich Generation Millennial, iBrain und Smartie für mein Anliegen begeistern? Wie Sie Social Media sinnvoll und effektiv in Ihr Online-Fundraising einbinden, zeigt am Vormittag Isabel Boergen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 24.06.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 160,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 10.07.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Das Event zur Spenderbindung - emotional ansprechen, langfristig binden

IBPro Sozialmanagement

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Entscheidungen sind in den wenigsten Fällen rational, meist spielen Emotionen die größere Rolle. Beim Sport, einem schönen Konzert oder einem tollen Erlebnis werden Endorphine freigesetzt und man fühlt sich glücklich. Wenn dieses Gefühl mit einer Organisation in Verbindung gesetzt wird, projiziert man das Glück darauf. Wie Sie eine emotionale Veranstaltung planen, was bei der Organisation und Umsetzung zu beachten ist und wie Sie Glücksgefühle erzeugen können, erläutert Christine Gediga. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 26.06.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 160,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 15.07.2020 | 16.00 - 19.00 Uhr | Vortrag |
|------------|-------------------|---------|

Erfolgreiche Lobby-Arbeit für Social-Profits und Social-Business

IBPro Sozialmanagement

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche, Fundraiserinnen und Fundraiser |
| Veranstaltungsort | IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, 5. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Sie wollen Ihrem gemeinnützigen Anliegen auch politisch Gehör verschaffen? Und so nicht nur den Kreis an entscheidungsmächtigen Unterstützern erweitern, sondern auch in einem größeren Rahmen Wirkung entfalten? Dann ist präzises Vorbereiten grundlegend: Eine klare Position erarbeiten und zu Papier bringen. Um das zu können, müssen Sie die Instrumente der Politik kennen. Welche Instrumente das sind, wie man ein Positionspapier verfasst und es zum richtigen Zeitpunkt einsetzt, erklärt Julia Post. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 01.07.2020 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare |
| Kosten | 100,- Euro |

Seniorinnen und Senioren

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 06.03.2020 | 10.00 - 16.30 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Wir tanzen frisch vergnügt ins Frühjahr

Tanzen im Sitzen (TiS)

Evang. Bildungswerk München e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Evang. Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG |
| Beschreibung | Ein fröhliches Potpourrie erwartet Sie an diesem Tag. Er ist gefüllt mit Tänzen aus verschiedenen TiS Heften des Bundesverbands Seniorentanz (BVST). Mit dieser Sammlung werden unterschiedliche Zielgruppen angesprochen: z. B. mobile Seniorengruppen und leicht bewegungseingeschränkte Seniorinnen und Senioren. Großes Vergnügen bereitet der Einsatz von Handgeräten. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 21.02.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | 26,- Euro |

| | | |
|--|-----------------------------|------------------|
| 07.03. - 15.03.2020 25.04. - 10.05.2020 20.06. - 28.06.2020 | je 09.00 - 17.30 Uhr | Grundkurs |
|--|-----------------------------|------------------|

Schulung zum Alltagsbegleiter für hilfs- und pflegebedürftige Senioren

deinNachbar e.V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | deinNachbar e.V., Agnes-Bernauer-Str. 88, 80687 München |
| Beschreibung | Die Schulung vermittelt Basiswissen über Krankheitsbilder und den Umgang mit pflegebedürftigen Menschen. Man erwirbt Handlungskompetenzen sowie Methoden und Möglichkeiten der Betreuung. Auch bekommt man hilfreiche Tipps zu Kommunikation und hauswirtschaftlicher Versorgung. Die Schulung ist sehr kurzweilig und praxisnah und wird von erfahrenen Pflegefachkräften durchgeführt. Sie findet jeweils an zwei aufeinanderfolgenden Wochenenden statt. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zwei Wochen vorher per E-Mail an helferkreis@deinnachbar.de |
| Kosten | 180,- Euro, aktive Mitglieder: keine |

| | | |
|------------|-------------------|-----------|
| 10.03.2020 | 17.30 - 19.00 Uhr | Infoabend |
|------------|-------------------|-----------|

Informationsabend für ein freiwilliges Engagement im Altenheim
Münchener Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München |
| Beschreibung | Der Informationsabend richtet sich an Interessierte, die Freude am Umgang mit älteren Menschen haben und erfahren möchten, wie die freiwillige Arbeit in einem Seniorenheim aussieht. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 16.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Der liebe Gott hat mich vergessen
Mit Sinn- und Lebensfragen älterer Menschen umgehen
Münchener Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München |
| Beschreibung | Wer ältere Menschen ehrenamtlich begleitet, wird oft mit existenziellen Fragen um Leben und Glauben konfrontiert: Was ist der Sinn des Lebens? Warum muss ich so leiden? Hierbei spielt die Motivation und Spiritualität der Begleiterinnen und Begleiter eine zentrale Rolle. Ihre Einfühlsamkeit kann eine Vertrauensbasis schaffen, damit der ältere Mensch sein Herz öffnet und das ins Gespräch bringt, was ihn wirklich beschäftigt. Dieses Seminar trägt dazu bei, den Herausforderungen solcher Situationen gewachsen zu sein. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 15,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 17.03.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Am Ball bleiben – Motivation im Alter
Evangelisches Bildungswerk München

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk München, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock |
| Beschreibung | Wenn die Beschleunigung der Welt schwer zu bewältigen scheint, verlieren wir oft einen Teil unserer Energie. Genau in diesem Moment benötigen wir Motivation als Triebfeder. Was bedeutet intrinsische Motivation und wie kann ich sie im Alter nutzen, um meine Bedürfnisse besser zu erfüllen? Hier gibt uns die Gehirnforschung erstaunliche Antworten. Verschiedene Übungen und Methoden sowie Modelle unterstützen den Lernprozess in diesem interaktiven Training. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an service@ebw-muenchen.de |
| Kosten | 40,- Euro, Ehrenamtliche: 30,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|
| 30.03.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|

Informationsabend zum Lehrgang Seniorenbegleitung mit Anerkennung nach § 45 SGB XI *Evangelisches Bildungswerk München und Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk München Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock |
| Beschreibung | Sie möchten alte Menschen in der Bewältigung ihres Alltags und in der Aufrechterhaltung oder dem Aufbau sozialer Kontakte unterstützen? Sie wollen sich im Altenhilfe-Netzwerk besonders gut auskennen? Zu erfahren, wie man das Alter am besten gestalten kann, ist Ihnen ein Anliegen? Sie wollen sich vernetzen und auf ein bürgerschaftliches Engagement vorbereiten? Der Lehrgang zur Seniorenbegleiterin und zum Seniorenbegleiter öffnet neue Türen für Sie. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------------|-----------------------------|----------------|
| 20.04.- 07.05.20 | je 09.30 - 15.45 Uhr | Seminar |
|-------------------------|-----------------------------|----------------|

Seniorenbegleitung – der ältere Mensch in seiner sozialen Umgebung *Seminar für ehrenamtliche pflegerische Dienste in der Gemeinde*

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | In dem fünftägigen Seminar werden Informationen rund um die Begleitung von Seniorinnen und Senioren sowie Menschen mit Demenz vermittelt. Themen sind neben Vorsorgevollmacht und Seelsorge auch Soziale Hilfen und Pflegeversicherungen. Über Abschied und Trauer, Kommunikation und Gesprächsführung, sowie das soziale Umfeld und Wohnformen im Alter wird informiert, wie auch über eine gesunde Ernährung im Alter, Hygiene und Unfallverhütung. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 10.04.2020 per E-Mail an seminar-altenhilfe@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433 |
| Kosten | 20,- Euro |

| | | |
|----------------------------|--------------------------|------------------|
| 20.04. - 24.04.2020 | 14.30 - 13.00 Uhr | Grundkurs |
|----------------------------|--------------------------|------------------|

TanzleiterIn-Ausbildung zum Seniorentanz – Baustein 1 *Evang. Bildungswerk München e.V. in Kooperation mit dem Bundesverband Seniorentanz e.V.*

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Diözesan-Exerzitienhaus St. Paulus Leitershofen Krippackerstr. 6, 86391 Stadtbergen |
| Beschreibung | Im viertägigen Lehrgang erlernen Sie Tanzschritte und Methoden, um einfache Tänze an andere zu vermitteln. Sie erwerben musikalische Grundkenntnisse und die Fähigkeit, aufgeschriebene Tänze, unter anderem Tänze im Sitzen, zu „lesen“ |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 17.02.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | 618,- Euro, inkl. Arbeitsmaterial, Verwaltungsgebühr BVST, Übernachtung Vollpension Einzelzimmer; bzw. Doppelzimmer: 606,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 21.04.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Singen und Bewegung mit Schlagern nach 1945
Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München |
| Beschreibung | An Schlager aus früheren Zeiten erinnern sich ältere Menschen gerne. Melodien und Texte sind im Langzeitgedächtnis erhalten und lösen viele Erinnerungen aus. Sie regen an zum Mitsingen, zum Schunkeln und zum Tanzen. Die Kombination von Singen und Bewegung fördert Konzentration und Beweglichkeit, verbessert das Allgemeinbefinden und bringt Freude in geselliger Runde. An diesem Seminartag lernen Sie Tänze im Sitzen kennen, die in einfachen Bewegungsformen choreografiert sind. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 11.05.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Spiel bringt Farbe ins Leben
Kreative Spielideen für die Arbeit mit älteren Menschen
Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München |
| Beschreibung | Spiele sind das perfekte Angebot im Kontakt mit älteren Menschen. Die Spielerinnen und Spieler werden dabei ganzheitlich angesprochen, denn Spielen macht Spaß, fördert die Kreativität und bringt die Mitglieder einer Gruppe miteinander in Kontakt. Spielen lässt darüber hinaus Krankheiten und Einschränkungen in den Hintergrund rücken und erweitert die Lebensqualität. In diesem Seminar erweitern Sie Ihren Methodenfundus. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | 55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|------------|-------------------|---------|
| 12.05.2020 | 09.30 - 17.00 Uhr | Seminar |
|------------|-------------------|---------|

Vorsicht Stolperfalle!
Hilfsmittel und Sturzprävention bei älteren Menschen
Evangelisches Bildungswerk München

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Hauptamtliche und Angehörige |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Bildungswerk München Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock |
| Beschreibung | Im Seminar durchforsten wir gemeinsam unterschiedliche Alltags- und Lebensbereiche auf gefährliche „Stolperfallen“ und überlegen, wie diese entschärft und vermieden werden können, um Selbstständigkeit und Aktivität der älteren Menschen zu erhalten. Sie erfahren viele praktische Tipps und lernen passende Hilfsmittel kennen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an service@ebw-muenchen.de |
| Kosten | 40,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|
| 12.05.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|-------------------|--------------------------|--------------------------|

Der Gerontopsychiatrische Dienst München West stellt sich vor
Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. - Betreuungsverein

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Betreuungsverein - Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Bodenseestr. 3a, 81241 München-Pasing, 1. Stock |
| Beschreibung | Frau Wolf, Leiterin des Gerontopsychiatrischen Dienstes West, beschreibt die Aufgaben und Unterstützungsleistungen des GPDi und klärt auf, in welchen Fällen dieser Dienst hinzugezogen werden kann. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 11.05.2020 per E-Mail an betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de oder telefonisch unter (089) 820 62 05 oder (089) 89 69 12 32 |
| Kosten | keine |

| | | |
|--|---|-------------------|
| 15.05. - 16.05.2020 und 10.07. - 11.07.2020 | je 11.00 - 19.00 Uhr und 09.00 - 17.00 Uhr | Aufbaukurs |
|--|---|-------------------|

TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen – Bausteine 2 und 3
Evang. Bildungswerk München e.V. in Kooperation mit dem Bundesverband Seniorentanz e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock, Seminarraum |
| Beschreibung | Im zweiten und dritten Abschnitt der Ausbildung erlernen Sie neue Tänze im Sitzen, führen Tanzansagen durch, erstellen Stundenbilder und vertiefen psychosoziale Veränderungen im Alter. |
| Voraussetzungen | Baustein 1 „TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen“ |
| Anmeldung | bis je 3 Wochen vorher per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | Baustein 2: 211,90,- Euro, Baustein 3: 230,- Euro, inkl. Materialkosten, zzgl. Gebühr BVST |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 28.05.2020 | 14.00 - 16.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Oma lacht wieder – Das eigene Lachen entdecken und wecken
Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | IWO - Integriertes Wohnen, Menzinger Str. 16, 80638 München |
| Beschreibung | Es blühen die Blumen im Frühling und wie die Sonne die Blütenpracht neu entfacht, so möchten wir es mit unserem Lachen begleiten. Das eigene Lachen neu entdecken und wecken - mit kleinen Übungen machen wir uns auf die Reise. Ein altes chinesisches Sprichwort besagt: »Der kürzeste Weg zwischen zwei Menschen ist ein Lächeln« und wer weiß es nicht: »Lachen ist gesund!« Kommen Sie vorbei, lachen Sie mit uns, genießen Sie die Freude. |
| Referent | Ronald Krause, Lachtrainer |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 21.05.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91 434 |
| Kosten | 5,- Euro |

| | | |
|----------------------------|-----------------------------|----------------|
| 16.06. - 14.07.2020 | je 17.30 - 20.00 Uhr | Seminar |
|----------------------------|-----------------------------|----------------|

Kurs für Pflegende Angehörige

Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Pflegende Angehörige |
| Veranstaltungsort | Seminar für pflegerische Dienste in der Gemeinde Landshuter Allee 38b, 80637 München |
| Beschreibung | In dem fünftägigen Seminar werden Grundlagen der Pflege sowie praktische Anregungen für rückenschonende Griffe zum Beispiel beim Umsetzen von einem Rollstuhl ins Bett vermittelt. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 03.06.2020 per E-Mail an seminar-altenhilfe@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433 |
| Kosten | 15,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|----------------|
| 26.06.2020 | 10.00 - 16.30 Uhr | Seminar |
|-------------------|--------------------------|----------------|

Weiterbildungstänze des Bundesverbandes Seniorentanz e.V.

Evang. Bildungswerk München e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche |
| Veranstaltungsort | Evang. Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG |
| Beschreibung | Im Laufe der Jahre sind viele interessante und abwechslungsreiche Weiterbildungstänze vom Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST) erschienen. Wir lassen die letzten Jahre (2015-2019) Revue passieren. Freuen Sie sich auf neue und altbekannte Tänze wie z.B. „Sommer Spaziergang“ und „Tanz mit Freude“. Der Besuch dieses Seminars wird für die Zertifikatsverlängerung von Seniorentanzleiterinnen und Seniorentanzleitern anerkannt. |
| Voraussetzungen | Kenntnisse im Seniorentanz |
| Anmeldung | bis zum 12.06.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0 |
| Kosten | 26,- Euro |

| | | |
|---|-----------------------------|----------------|
| 03.03. - 17.03.2020 oder 09.07. - 23.07.2020 | je 18.00 - 20.30 Uhr | Seminar |
|---|-----------------------------|----------------|

Grundkurs Ehrenamt Rechtliche Betreuung
Betreuungsverein Katholische Jugendfürsorge

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Katholische Jugendfürsorge München, Lessingstraße 8, 80336 München |
| Beschreibung | An den drei Kursabenden geben wir eine Einführung in das Betreuungsrecht und die Aufgaben, Rechte und Pflichten der rechtlichen Betreuerin und des rechtlichen Betreuers. Außerdem geben wir einen Überblick über die soziale Infrastruktur sowie eine Entscheidungshilfe, ob dieses Ehrenamt zu Ihnen passt. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an s.ruf@kjf-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 54 42 31 41 |
| Kosten | keine |

| | | |
|----------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| 10.03. - 24.03.2020 | je 18.00 - 20.00 Uhr | Grundlagenkurs |
|----------------------------|-----------------------------|-----------------------|

Ehrenamt "rechtliche Betreuung"
Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. - Betreuungsverein

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Regionalbüro Oberbayern der Bayerischen Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Arnulfstr. 22, 80335 München, 2.Stock |
| Beschreibung | Die dreiteilige Qualifizierung gibt eine Einführung in das Betreuungsrecht. Sie erklärt die Rolle und den Auftrag der rechtlichen Betreuerin und des rechtlichen Betreuers und die Zusammenarbeit mit dem Betreuungsgericht im ersten Teil. Im zweiten Teil geht es um die rechtlichen Grundlagen zur Gesundheitssorge, den Aufgabenkreis Aufenthaltsbestimmung und die Voraussetzungen für eine Freiheitsentziehung. Im letzten Teil beschäftigen wir uns mit der Vermögenssorge, sowie Behörden-, Heim- und Wohnungsangelegenheiten. |
| Voraussetzungen | Interesse und persönliches Zutrauen, eine rechtliche Betreuung zu übernehmen |
| Anmeldung | bis zum 09.03.2020 per E-Mail an betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de oder telefonisch unter (089) 820 62 05 oder (089) 89 69 12 32 |
| Kosten | keine |

25.03., 29.04., 27.05., 24.06., 29.07., oder 26.08.2020

je 10.00 - 12.00 Uhr

Infoveranstaltung

Information und Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Christophorus Hospiz Verein Institut für Bildung und Begegnung

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Christophorus-Haus, Effnerstr. 93, 81925 München |
| Beschreibung | Viele Menschen möchten Vorsorge treffen für den Fall, dass sie durch Unfall oder Krankheit nicht mehr in der Lage sind, selbständig zu entscheiden oder ihren Willen zu äußern. Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht stellen wichtige Hilfsmittel dar, die Beachtung des eigenen Willens sicher zu stellen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 5,- Euro, CHV-Mitglieder: 3,- Euro |

26.03.2020

19.00 - 20.30 Uhr

Infoveranstaltung

Patientenverfügung allgemein und bei schwerer Erkrankung

Hospizdienst DaSein e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 55, 80333 München, Seminarraum 1. OG |
| Beschreibung | Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbestimmung im Fall schwerer Erkrankung. Harald Witt, med.-pfleg. Palliative-Care-Fachkraft |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | 5,- Euro |

02.04.2020

18.00 - 19.30 Uhr

Infoabend

Informationsabend für an der Ausbildung zum Telefonseelsorger/ zur Telefonseelsorgerin Interessierte

Evangelische TelefonSeelsorge im ebz e.V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Evangelisches Beratungszentrum (ebz) Landwehrstr. 15 Rgb, 80336 München, 2. Stock, Gruppenraum |
| Beschreibung | An diesem Abend erfahren Sie alles, was Sie über die Ausbildung und Arbeit als Telefonseelsorgerin oder Telefonseelsorger wissen müssen. Die Ausbildung selbst beginnt im Juni 2020. |
| Voraussetzungen | Volljährigkeit |
| Anmeldung | per E-Mail an ts@ebz-muenchen.de |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|-------------------|
| 14.05.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|------------|-------------------|-------------------|

Werden Sie Familienpate!

Caritas Freiwilligen-Zentrum Süd

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | wird bei der Anmeldung bekannt gegeben |
| Beschreibung | Wir informieren Sie, wie Sie als Familienpatin und Familienpate Familien mit und ohne Migrationshintergrund bei der Bewältigung ihres Alltags begleiten können. |
| Voraussetzungen | Lust und Zeit, sich im lebendigen Miteinander einer Familie einzubringen |
| Anmeldung | bis zum 13.05.2020 per E-Mail an fwz-sued@caritasmuenchen.de oder telefonisch unter (089) 74 55 95-18 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|-------------------|
| 26.05.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|------------|-------------------|-------------------|

Richtige Vorsorge für Alter und Krankheit: Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. - Betreuungsverein

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Betreuungsverein - Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Bodenseestr. 3a, 81241 München-Pasing, 1. Stock |
| Beschreibung | An diesem Abend erhalten Sie wichtige Informationen zur Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung als Vorsorgemöglichkeiten für Alter und Krankheit. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 25.05.2020 per E-Mail an betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de oder telefonisch unter (089) 820 62 05 oder (089) 89 69 12 32 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|-------------------|
| 14.07.2020 | 18.00 - 20.00 Uhr | Infoveranstaltung |
|------------|-------------------|-------------------|

Ehrenamt rechtliche Betreuung - Ein Gewinn für beide Seiten

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. – Betreuungsverein

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Regionalbüro Oberbayern der Bayerischen Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Arnulfstr. 22, 80335 München, 2.Stock |
| Beschreibung | Informationen zu den Aufgaben und Tätigkeiten der ehrenamtlichen rechtlichen Betreuerin und des ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers, so dass die Besucherin und der Besucher abklären können, ob er oder sie dieses besondere Ehrenamt ausüben möchten. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | bis zum 13.07.2020 per E-Mail an betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de oder telefonisch unter (089) 820 62 05 oder (089) 89 69 12 32 |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|--------|
| 20.03.2020 | 15.00 - 16.00 Uhr | Lesung |
|------------|-------------------|--------|

„YOU ARE WELCOME“ – Lesung von Herbert J. Süssmeier
Bürgerinitiative Mehr Platz zum Leben

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Kunstforum HMP, Hans-Mielich-Str. 12, 81543 München |
| Beschreibung | Das Kunstforum HMP zeigt temporäre Kunst im öffentlichen Raum, bietet eine Plattform, bei der die unterschiedlichsten Künstlerinnen und Künstler, Vereine und Initiativen ihre Kunstwerke präsentieren und damit die Bürgerinnen und Bürger zum Schauen, Nachdenken und zum Reden anregen. Zur internationalen Woche gegen Rassismus hat die Künstlerin Annabelle N. Poertner das Wort. Der Satz „YOU ARE WELCOME“ verfliegt zur Phrase. Die Kunst ist ein Spiegelbild der Gesellschaft, sie zeigt eine kritische Betrachtung der realen Ereignisse im Verhältnis zum Einzelnen. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Kosten | keine |

| | | |
|------------|-------------------|----------|
| 21.03.2020 | 09.30 - 18.30 Uhr | Workshop |
|------------|-------------------|----------|

Eintägiges Zivilcourage Training
Zivilcourage für ALLE e. V.

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Friedrich-Ebert-Stiftung, BayernForum, Herzog-Wilhelm-Straße 1, 80331 München, 1. OG |
| Beschreibung | Die Idee unserer Trainings ist, zivilcouragiertes Handeln durch gezielte Trainings für ALLE zu fördern und es Ihnen möglich zu machen, Ihr neu gewonnenes Wissen an Familie, Freundinnen und Freunde, Bekannte und Arbeitskolleginnen und Arbeitskollegen weiterzugeben. Ziel unserer Trainings ist es, Ihnen Handlungskompetenzen zu vermitteln, die Sie in Ihrem Alltag praktisch anwenden können. Sie erlernen konkrete Strategien, mit denen Sie im Rahmen Ihrer Möglichkeiten sinnvoll eingreifen können. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | per E-Mail an info@zivilcourage-fuer-alle.de oder auf der Homepage www.zivilcourage-fuer-alle.de |
| Kosten | 10,- Euro |

| | | |
|-----------------------|----------------------|----------|
| 25.03. und 01.04.2020 | je 18.00 - 20.30 Uhr | Workshop |
|-----------------------|----------------------|----------|

Nur so daher gesagt?
Workshop zum Umgang mit kritischen Aussagen
Münchener Bildungswerk e. V.

| | |
|-------------------|---|
| Zielgruppe | Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit |
| Veranstaltungsort | wird bei Anmeldung bekannt gegeben |
| Beschreibung | Was mache ich mit Aussagen, die ich schwierig, rassistisch, antisemitisch,...finde? Manchmal fällt es nicht leicht im eigenen Umfeld gut darauf zu reagieren. Nutzen Sie das Seminar um die Hintergründe solcher Aussagen zu erkennen und zu einer eigenen Haltung zu finden. Durch praktische Übungen trainieren Sie Ihre Kommunikation und entwickeln konkrete Ideen, wie Sie reagieren können. |
| Referentin | Sofie Engl |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | für beide Abende per E-Mail an sekretariat@muenchener-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0 |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 26.03.2020 | 17.00 - 21.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Zivilcourage, Selbstsicherheit und Eigenschutz (K110166)

Münchner Volkshochschule

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Volljährige, freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | Polizeiinspektion 42, Landshuter Allee 38, 80637 München |
| Beschreibung | Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmenden Tipps zur Selbstbehauptung („Wie helfe ich mir selbst“) und Zivilcourage („Wie helfe ich anderen“) an die Hand zu geben, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen. Zudem wird vermittelt, wie man Gefahrensituationen vermeiden kann. Der Kurs wird von Beamten der Polizeiinspektion durchgeführt. |
| Voraussetzungen | Volljährigkeit |
| Anmeldung | Die Polizei benötigt vor der Veranstaltung die Namen und Geburtsdaten der Teilnehmenden, daher Anmeldung bis zwei Wochen vor dem Termin unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de . Danach telefonisch unter (089) 48 006-65 52/65 51. |
| Kosten | keine |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 25.04.2020 | 10.00 - 16.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Streitet euch! Was gegen Parolen und Populismus wirklich hilft (K110160)

Münchner Volkshochschule

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | offen |
| Veranstaltungsort | Münchner Volkshochschule, Bäckerstr. 14, 81241 München |
| Beschreibung | Man erlebt es immer wieder: Im Gespräch mit Nachbarn, Kolleginnen oder in der Familie werden abwertende oder gar hasserfüllte Ansichten geäußert. Oft verharren wir dann in einer lähmenden Ohnmacht. Dabei lebt unsere Demokratie von (auch) kontrovers geführten Auseinandersetzungen. Das Ziel des Seminars ist es, Sie zu ermutigen, sich an Diskussionen um polarisierende Themen zu beteiligen. Auf eine handlungsorientierte Weise lernen Sie, wie Sie Stammtischparolen begegnen können. |
| Voraussetzungen | keine |
| Anmeldung | telefonisch unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de |
| Kosten | 18,- Euro |

| | | |
|-------------------|--------------------------|-----------------|
| 16.05.2020 | 10.00 - 15.00 Uhr | Workshop |
|-------------------|--------------------------|-----------------|

Zivilcourage, Selbstsicherheit und Eigenschutz (K110165)

Münchner Volkshochschule

| | |
|-------------------|--|
| Zielgruppe | Volljährige, freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger |
| Veranstaltungsort | MVHS am Scheidplatz, Belgradstr. 108, 80804 München |
| Beschreibung | Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmenden Tipps zur Selbstbehauptung („Wie helfe ich mir selbst“) und Zivilcourage („Wie helfe ich anderen“) an die Hand zu geben, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen. Zudem wird vermittelt, wie man Gefahrensituationen vermeiden kann. Der Kurs wird von Beamten der Polizeiinspektion durchgeführt. |
| Voraussetzungen | Volljährigkeit |
| Anmeldung | Die Polizei benötigt vor der Veranstaltung die Namen und Geburtsdaten der Teilnehmenden, daher Anmeldung bis zwei Wochen vor dem Termin unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de . Danach telefonisch unter (089) 48 006-65 52/65 51. |
| Kosten | keine |

Bürgerschaftliches Engagement

„Es ist nicht genug zu wissen –
man muss auch anwenden.
Es ist nicht genug zu wollen –
man muss auch tun.“

Johann Wolfgang von Goethe