



Landeshauptstadt
München

Bürgerschaftliches Engagement gewinnt

durch Weiterbildung in München.

Qualifizierungsangebote
September 2020 bis März 2021

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 Druck:
Landeshauptstadt München
Direktorium, Stadtkanzlei

Gedruckt auf:
Papier aus 100 % Recyclingpapier

Stand: August 2020

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	4
Vorwort	5
Angebote September 2020 bis März 2021	
Beratung – Vermittlung – Information	6
Demenz	8
Freiwilligenmanagement	13
Gesundheit und Selbsthilfe	15
Hospizarbeit	21
Kinder und Jugendliche	27
Kultur und Lebensstil	30
Migration und Flucht	32
Öffentlichkeitsarbeit und Fundraising	35
Seniorinnen und Senioren	39
Soziales	49
Zivilcourage	51
Adressen	53

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.

Die Corona-Pandemie zeigte in diesem Jahr deutlich, wie wertvoll es ist, dass sich Menschen für andere auch in solch einer herausfordernden Zeit engagieren möchten. Dafür ein herzliches Dankeschön! Es wurde aber auch sichtbar, dass Qualifizierungen, teilweise in neuer digitaler Form notwendig sind, um beispielsweise sicherer im (virtuellen) Umgang miteinander zu werden und die corona-bedingten Regelungen für das Vereinsleben zu verstehen.

In dieser Broschüre finden Sie deshalb für den Zeitraum von September 2020 bis März 2021 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! Bleiben Sie gesund!

Ihr

A handwritten signature in black ink, reading 'Dieter Reiter' in a cursive script.

Dieter Reiter
Oberbürgermeister

Vorwort



Liebe Interessierte am freiwilligen Engagement,

die Qualifizierungsbroschüre sammelt unterschiedliche Fortbildungen, Workshops, Webinare, Vorträge und weitere Angebote für freiwillig Engagierte in München.

Verbesserte Zugangsmöglichkeiten zu Bürgerschaftlichem Engagement und das Vernetzen der Akteur*innen in der Freiwilligenkultur liegen FöBE, der Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement, besonders am Herzen.

In der momentanen, durch die Corona-Pandemie ausgelösten Situation wird der Wert ehrenamtlicher Tätigkeit für das soziale Miteinander gerade besonders sichtbar.

Die speziell für freiwillig Engagierte konzipierten Weiterbildungen können Sie noch besser dazu befähigen, mit dem erlangten Wissen und den hinzugewonnenen Fähigkeiten unsere Stadtgesellschaft noch effektiver mit zu gestalten. Darüber hinaus können sie unterstützend und bereichernd für Ihren Alltag und Ihre Lebensqualität auch in anderen Bereichen sein.

Derzeit sind Voraussagen zur weiteren Entwicklung von Covid-19 und entsprechenden Beschränkungen unmöglich.

Deshalb können wir leider dieses Mal alle Angebote nur unter Vorbehalt präsentieren. Wir bitten Sie, sich unbedingt vor einer Veranstaltung auf den Internetseiten der Veranstalter*innen oder über die angegebenen Kontaktdaten zu informieren, wie, wo und wann die Angebote stattfinden werden.

Einige Angebote werden auch als Webinar, anstelle einer Präsenzveranstaltung angeboten.

Auf www.foebe-muenchen.de finden Sie aktuelle Informationen zum Bürgerschaftlichen Engagement in München.

Wenn Sie sich speziell für Flüchtlinge engagieren 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 unter der E-Mail-Adresse: mitarbeiter@foebe-muenchen.de.

Herzlichen Dank!

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei den Fortbildungen!

Silja Pohland und Sandra Elena Bauer
Verantwortliche für die Qualifizierungsbörse

Dr. Gerlinde Wouters
Geschäftsführung FöBE

Herbst 2020	Infoveranstaltung
-------------	-------------------

2. Harlachinger Freiwilligenmarkt

Kooperation des Caritas Freiwilligenzentrums Süd, Alten- und Service-Zentrums Harlaching und Hauses an der Tauernstraße der MÜNCHENSTIFT GmbH

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	online
Beschreibung	Beim Harlachinger Freiwilligenmarkt können Sie sich in diesem Jahr online über freiwilliges Engagement im Stadtteil Harlaching informieren. Es werden Ihnen verschiedene Organisationen, die in Harlaching aktiv sind, vorgestellt. Auch anhand von Beispielen und Geschichten aus dem Alltag können Sie sich ein Bild machen, wie konkretes Engagement in Ihrer Nähe aussehen kann.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

14.10.2020	18.00 - 20.00 Uhr	Infoabend
------------	-------------------	-----------

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. Geplant ist auch der Austausch mit bereits Engagierten. Während der Veranstaltung besteht die Möglichkeit, sich direkt für eine individuelle Engagementberatung anzumelden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 12.10.2020 per E-Mail an fwz-nord@caritasmuenchen.de oder telefonisch unter (089) 31 60 63-10
Kosten	keine

< 23.10.2020	15.00 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
--------------	-------------------	-------------------

„Touren Sie mit uns“ – Ehrenamt mal anders kennenlernen!

Caritas Freiwilligen-Zentrum München Nord

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Caritas München Nord, Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3, 80937 München, Mehrzweckraum im Erdgeschoss
Beschreibung	Sie möchten Ihre Freizeit sinnvoll gestalten und suchen nach der passenden Idee? Dann kommen Sie zu unserer Aktion „Engagement in einer Tour“. Wir zeigen Ihnen spannende Möglichkeiten wie Sie sich engagieren können. Wir besuchen mit Ihnen mehrere Organisationen und Initiativen mit verschiedenen Schwerpunkten. Sie erhalten Einblicke in verschiedene Bereiche und soziale Einrichtungen, in denen Freiwillige mitmachen können und gebraucht werden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 19.10.2020 per E-Mail an fwz-nord@caritasmuenchen.de oder telefonisch unter (089) 31 60 63-10
Kosten	keine

30.10.2020	14.00 - 15.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Einfache Wege zum bürgerschaftlichen Engagement

Die Stiftung Gute-Tat stellt sich vor

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat, Ridlerhöfe, Ridlerstr. 31d, 80339 München
Beschreibung	Die Möglichkeiten sich ehrenamtlich zu engagieren sind vielfältig, doch wie findet man die Tätigkeit, die am besten zu einem passt? Die Stiftung Gute-Tat unterstützt Interessierte dabei, die für sie richtige Aufgabe zu finden und bringt so Freiwillige mit Zielgruppen zusammen, die sich über ehrenamtliche Helfer*innen freuen: Kinder, körperlich und geistig behinderte Menschen, Flüchtlinge und Senior*innen. Die Veranstaltung gibt Einblicke in die Stiftungsarbeit und mögliche Formen des Engagements.
Referentin	Nicole Kertész
Voraussetzungen	maximal 16 Teilnehmer*innen
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	keine

22.01. bis 31.01.2021	Infoveranstaltung
-----------------------	-------------------

Münchner FreiwilligenMesse - ONLINE

FöBE – Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Online unter www.muenchner-freiwilligen-messe.de
Beschreibung	80 Vereine, Organisationen und Freiwilligenagenturen präsentieren sich, um interessierte Bürger*innen über die vielseitigen Engagementmöglichkeiten online zu informieren und zu beraten. Ein interessantes Rahmenprogramm mit Live-Musik, Vorträgen und Erfahrungsberichten wird geboten.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

26.02.2021	15.00 - 18.00.Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Engagement - Tour

Caritas Freiwilligen-Zentrum München Süd

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	wird bei der Anmeldung bekannt gegeben
Beschreibung	Sie möchten Ihre Freizeit sinnvoll gestalten und suchen nach der passenden Idee? Kommen Sie zu unserer Aktion „Engagement in einer Tour“. Wir zeigen Ihnen spannende Möglichkeiten, wie Sie sich engagieren können. Wir besuchen mit Ihnen mehrere Organisationen und Initiativen mit verschiedenen Schwerpunkten. Sie erhalten Einblicke in verschiedene Bereiche und soziale Einrichtungen, in denen Freiwillige mitmachen und gebraucht werden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an fwz-sued@caritasmuenchen.de oder telefonisch unter (089) 74 55 95-18
Kosten	keine

Demenz

10.09.2020	18.00 - 20.00 Uhr	Vortrag
------------	-------------------	---------

„Demenz und Patientenverfügung“
Im Rahmen der Vortragsreihe „Wissen für die Praxis“
Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Alzheimer Gesellschaft München e.V., Josephsburgstr. 92, 81673 München
Beschreibung	Im Rahmen des Vortrags informiert Theologin und Seelsorgerin Frau Brigitte Huber zum Thema Patientenverfügung bei Demenz.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@agm-online.de oder telefonisch unter (089) 47 51 85
Kosten	keine – um Spenden wird gebeten

15.09. - 01.10.2020	13.00 - 17.30 Uhr	Seminar
---------------------	-------------------	---------

Kurs für mehrsprachige Helfer*innen
Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	Mehrsprachige Ehrenamtliche, die älteren demenzerkrankten Migrant*innen zu Hause helfen möchten
Veranstaltungsort	Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Im ersten Teil der Qualifizierung zum/zur mehrsprachigen Demenzhelfer*in nach §45 SGB XI werden an sechs Kurstagen Grundlagen der ehrenamtlichen Senior*innenbegleitung vermittelt. Neben der Pflegeversicherung und häuslicher Pflege steht das Thema „Migration und Gesundheit“ mit verschiedenen Aspekten im Fokus.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 09.09.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-434
Kosten	keine

18.09. und 19.09.2020	je 09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-----------------------	----------------------	---------

Spurensuche mit Pinsel und Farbe – Kunsttherapie mit alten und dementiell erkrankten Menschen
Münchner Bildungswerk e.V. und Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk München e.V. Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München, 3.Stock
Beschreibung	Im zweitägigen Seminar wird der ressourcenorientierte Blick auf Menschen mit Demenz und deren kreative Kompetenz und Ausdrucksfähigkeit gelenkt. Dabei haben Sie viele Möglichkeiten, mit verschiedenen Methoden zu experimentieren, um Wirkungsweisen der Kunsttherapie selbst zu erfahren und Sensibilität zu entwickeln, damit Sie gemeinsam mit Menschen mit Demenz Lebensspuren im Grau des Vergessens erkennen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	95,- Euro, Ehrenamtliche: 50,- Euro

21.09. - 05.10.2020	09.30 - 15.45 Uhr	Seminar
---------------------	-------------------	---------

Menschen mit Demenz begleiten und fördern (Demenzhelferschulung)

Seminar für ehrenamtliche pflegerische Dienste

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Seminar für ehrenamtlich pflegerische Dienste, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Im sechsteiligen Kurs 1 von 2 zur Qualifizierung nach §45 SGB XI werden Grundlagen der ehrenamtlichen Begleitung von Menschen mit Demenz, der Pflegeversicherung und der häuslichen Pflege vermittelt. Des Weiteren steht das Thema Biographiearbeit und Entlastung von Angehörigen im Fokus.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 11.09.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433
Kosten	20,- Euro

21.09.2020	10.00 - 16.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Tag der offenen Tür bei der Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Alzheimer Gesellschaft München e.V., Josephsburgstr. 92, 81673 München
Beschreibung	Die Alzheimer Gesellschaft München e.V. stellt sich und ihre vielfältigen Angebote vor. Es gibt auch die Möglichkeit, an einem spannenden Demenzparcours teilzunehmen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@agm-online.de oder telefonisch unter (089) 47 51 85
Kosten	keine – um Spenden wird gebeten

26.09.- 24.10.2020 14.09.2020	17.00 - 18.00 Uhr	Schulung Info-Abend
----------------------------------	-------------------	------------------------

Helferschulung
wohIBEDACHT e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Angehörige
Veranstaltungsort	wohIBEDACHT e.V., Franz-Nißl-Str. 42, 80999 München, Begegnungsraum
Beschreibung	Die Betreuung und Begleitung dementiell Erkrankter ist eine sinnvolle und sinnstiftende Tätigkeit. Als Helfer*in 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	130,- Euro

Demenz

12.10. - 26.10.2020	09.30 - 15.45 Uhr	Seminar
---------------------	-------------------	---------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Seminar für ehrenamtlich pflegerische Dienste, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Im fünfteiligen Kurs 2 zur Qualifizierung nach §45 SGB XI werden Grundlagen der Vorsorge und ambulanten Pflegemöglichkeiten, der Ernährung und des Wohnumfeldes älterer Menschen vermittelt. Auch der sensible Umgang mit anderen Kulturen und die verabschiedende Haltung am Lebensende werden erörtert.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 05.10.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-433
Kosten	20,- Euro

28.10. oder 29.10.2020	je 13.00 - 17.00 Uhr	Workshop
------------------------	----------------------	----------

Demenz-Parcours *Seminar für mehrsprachige Helfer*innen*

Zielgruppe	Engagierte in der Seniorenbegleitung und Migrationsarbeit, Angehörige und Interessierte
Veranstaltungsort	28.10. Alten- und Service-Zentrum Haidhausen, Wolfgangstraße 18, 81667 München, 29.10. Seminar für ehrenamtlich pflegerische Dienste, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	An diesem Nachmittag haben Sie die Gelegenheit in die Welt von Menschen mit Demenz einzutauchen. So erfahren Sie, vor welchen Herausforderungen die Betroffenen im Alltag stehen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 21.10.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-434
Kosten	keine

30.11.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Malen mit LichtInspiration – durch Wasser und Farbe *Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München
Beschreibung	Menschen mit Demenz werden besonders über die Sinne erreicht. Strahlende Farben, die mit der Nass-in-Nass-Technik entstehen, hinterlassen eindruckliche Wirkungen. Die Technik des „Fließenlassens“ ermöglicht ein sich entspannen und loslassen. Das freie Spiel mit den Elementen fördert die Lust und Freude. Dieser kreative Ansatz eignet sich besonders für hochbetagte und dementiell erkrankte Menschen und hilft über traurige und negative Stimmungen hinweg. Vorkenntnisse sind nicht nötig.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

09.11.2020 - 28.11.2020	Schulung
-------------------------	----------

Demenzhelferschulung
Alzheimer Gesellschaft München e.V. und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München und ASZ Westpark, Garmischer Straße 209, 81377 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	per E-Mail an mbw@muencher-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05 0
Kosten	144,- Euro, Ehrenamtliche: 72,- Euro

11.11. - 27.11.2020	13.00 - 17.30 Uhr	Seminar
---------------------	-------------------	---------

Aufbaukurs für mehrsprachige Demenzhelfer*innen
*Seminar für mehrsprachige Helfer*innen*

Zielgruppe	mehrsprachige Ehrenamtliche die älteren demenzerkrankten Migrant*innen zu Hause helfen möchten
Veranstaltungsort	Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Im zweiten Kurs zur Qualifizierung zum/zur mehrsprachigen Demenzhelfer*in nach §45 SGB XI werden medizinische Grundlagen rund um die Krankheit Demenz, sowie Hilfsangebote und der Umgang mit betroffenen Menschen vermittelt. Des Weiteren beleuchten wir die Situation der Angehörigen und fokussieren uns auf die Begleitung und Bedarfe demenziell erkrankter Migrant*innen und Formen der Biographiearbeit.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 04.11.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-434
Kosten	15,- Euro

12.11.2020	18.00 - 20.00 Uhr	Vortrag
------------	-------------------	---------

„Menschen am Lebensende begleiten“
Im Rahmen der Vortragsreihe „Wissen für die Praxis“
Alzheimer Gesellschaft München e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Alzheimer Gesellschaft München e.V., Josephsburgstr. 92, 81673 München
Beschreibung	Im Rahmen Ihres Vortrages berichtet Frau Katarina Theissing vom Christophorus Hospiz Verein von ihren Erfahrungen und informiert über die Begleitung von Menschen am Lebensende.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@agm-online.de oder telefonisch unter (089) 47 51 85
Kosten	keine – um Spenden wird gebeten

Demenz

16.11. und 23.11.2020	je 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 Bürger*innen, 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	50,- Euro

22.02. und 01.03.2021	je 09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-----------------------	----------------------	---------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk München, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
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. In diesem Seminar erhalten Sie Informationen über das Krankheitsbild Demenz und lernen tür-öffnende Verhaltensweisen kennen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 08.02.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	35,- Euro

08.03.2021	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Trauma und Demenz – Wenn alte Traumatisierungen bei Menschen mit Demenz aufbrechen *Evangelisches Bildungswerk München*

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk München, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Viele Menschen mit Demenz haben in der Kriegs- und Nachkriegszeit Erfahrungen von Gewalt erleiden müssen. Über die schrecklichen Erlebnisse wurde kaum gesprochen, eine Kultur des Aufarbeitens gab es nicht. Die Folgen dieser erlittenen Traumata sowie Re-Traumatisierungen können unsichtbare Regisseure hinter dem Verhalten von Menschen mit Demenz sein. In diesem Seminar sollen hilfreiche Umgangsmöglichkeiten für Begleiter*innen aufgezeigt werden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 22.02.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	55,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

01.10. - 03.12.2020	je 09.30 - 16.30 Uhr	Grundkurs
---------------------	----------------------	-----------

Vereinsführerschein
IBPro Sozialmanagement

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche, Vereinsgründer*innen
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
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. Wie Sie die vielen Aufgaben trotz geringen Zeitbudgets erfüllen, erklärt Andreas Schultz. Er behandelt dabei in vier Modulen die Rechtsform Verein, den Verein als Arbeitgeber, Gemeinnützigkeit und Steuern, Finanzen.
Referent	Andreas Schultz
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@ibpro.de, telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare
Kosten	480,- Euro

15.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Datenschutz für Vereine und Social Profits - Teil 2
IBPro Sozialmanagement

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche, Fundraiser*innen
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
Beschreibung	Noch immer beschäftigt uns die DSGVO. Vor allem auch während und nach Corona kommen immer mehr Fragen auf, die auch das DSGVO-konforme Arbeiten im Heimbüro betreffen. Diese und die vielen noch offenen Fragen aus dem ersten Teil des Seminars - und natürlich auch neue Fragen zum Datenschutz - klärt Datenschutzbeauftragter Dr. Martin Weindl mit viel Praxisbezug und Wissen.
Referent	Dr. Martin Weindl
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 01.10.2020 per E-Mail an info@ibpro.de, telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare
Kosten	160,- Euro

13.11.2020	10.00 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

“Aber die sind doch freiwillig hier” – ein Tag des Mutmachens im Umgang mit Konflikten
Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen, Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat, Ridlerhöfe, Ridlerstr. 31 d, 80339 München
Beschreibung	Zwischen Hauptamtlichen und Freiwilligen kommt es immer wieder zu Spannungen und Konflikten. Das ist normal, denn diese beiden Gruppen sind sehr unterschiedlich und es gibt wiederkehrende Muster im Umgang miteinander. Aber: Nicht der Konflikt ist das Problem, sondern unser ungeübter Umgang damit! Dieser Tag wird ein Mix aus Inputs, Austausch und Übungen, immer nah an Ihren eigenen Arbeits- und Konfliktfeldern.
Referent	Prof. Gerhard Frank
Voraussetzungen	maximal 12 Teilnehmer*innen
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	30,- Euro

08.02.2021	18.00 - 20.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Einführung zur Gründung eines gemeinnützigen Vereins und begleitende Kommunikationsgrundlagen mit Schwerpunkt Social Media

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat, Ridlerhöfe, Ridlerstr. 31d, 80339 München
Beschreibung	Sie überlegen, einen gemeinnützigen Verein zu gründen und wissen nicht so recht, wie Sie dabei vorgehen sollen? Im ersten Teil dieses Workshops erhalten Sie grundlegende Informationen, wie Sie nachhaltig einen Verein Schritt für Schritt aufbauen. Da auch Ihr wertvolles Projekt nichts wert ist, wenn niemand davon weiß, erhalten Sie im zweiten Teil einen Überblick der gängigen Kommunikationsmittel und -plattformen. Die Möglichkeiten, die Ihnen soziale Netzwerke bieten, bilden dabei einen Schwerpunkt.
Referent	Daniel Musizza, Sozialpädagoge, „Sehbehindert – aber Richtig e.V.“
Referentin	Sandra Hösler Kommunikationsexpertin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	10,- Euro

15.03.2021	17.30 - 20.30 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Professionelle Flipchart-Gestaltung - Ein Wort sagt mehr als tausend Worte –

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat München & Region Ridlerstr. 31 d, 80339 München
Beschreibung	Sie wollen etwas visualisieren und Ihnen fehlen die Ideen? Mit Tipps und Anregungen kommen Sie in diesem Workshop auf Lösungen. Sie glauben nicht gut zeichnen zu können? Sie werden staunen, in wie kurzer Zeit Sie etwas darstellen können. Sie haben Spaß an Farben und Formen? Dann setzen Sie sie nach Lust und Laune ein! In diesem Seminar werden Ihnen die Bausteine erfolgreicher Charts vermittelt. 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

wöchentlich	Schulung
-------------	----------

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 Medizinstudent*innen 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

12.09.2020	10.00 - 16.30 Uhr	Einführung
------------	-------------------	------------

Meditativer Tanz
Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
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 28.08.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

14.09.2020	18.00 - 21.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31d, 80339 München
Beschreibung	Haben Sie das Gefühl, nur zu funktionieren und laufend irgendwelchen Verpflichtungen und Erwartungen nachkommen zu müssen? Fehlt Ihnen öfter 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

18.09.2020	09.30 - 16.30 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Methodenkoffer Selbstfürsorge – Selbstheilungskräfte des Körpers entdecken und nutzen
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG), gegebenenfalls als Online-Seminar
Beschreibung	Unser Leben besteht aus Aktivität und Passivität, Anspannung und Entspannung. Unser Körper hat Ressourcen, die uns dabei helfen, den Stresskreislauf zu durchbrechen. Zur Aktivierung unserer Selbstheilungskräfte lernen wir die Körperübungen von Dr. David Berceci kennen. Sie regen den Körper zu intuitiven, spontanen Bewegungen an, die uns zurück in die innere Balance führen. Die Übungen sind einfach zu erlernen und eignen sich hervorragend für die Anwendung zu Hause oder in Gruppen.
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	bis zum 11.09.2020 per E-Mail an stephanie.striebel@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-20
Kosten	keine

29.09.2020	18.00 - 19.30 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

Finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen im sozialen Bereich durch das Sozialreferat der Landeshauptstadt München – interessante Neuerungen
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen im sozialen Bereich
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Raum G6 (Untergeschoss)
Beschreibung	Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen, die sich mit sozialen Themen befassen, können eine finanzielle Förderung durch die Landeshauptstadt München erhalten (Gesundheitsgruppen werden von den Krankenkassen gefördert). In der Veranstaltung werden die Förderziele der LH München für Selbsthilfegruppen im sozialen Bereich vorgestellt und die Förderrichtlinien erläutert. Es wird in die Erstellung von Förderanträgen und Verwendungsnachweisen eingeführt.
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe im sozialen Bereich
Anmeldung	bis zum 22.09.2020 per E-Mail an erich.eisenstecken@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-16
Kosten	keine

12.10.2020	17.00 - 19.00 Uhr	Vortrag
-------------------	--------------------------	----------------

“Erfolgreich Scheitern”: Psychische Krisen meistern und als Chance begreifen – (m)ein Erfahrungsbericht
Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat, Ridlerhöfe, Ridlerstr. 31d, 80339 München
Beschreibung	Der Vortrag soll Mut machen, dass es immer einen geeigneten Ausweg aus psychischen Krisen gibt und ein vermeintliches Scheitern in Wirklichkeit einen Gewinn, eine Chance darstellt. Manchmal sind große Veränderungen nötig, doch auch zahlreiche kleine Techniken können Großes bewirken. Nicole Deckert-Flum
Voraussetzungen	maximal 15 Teilnehmer*innen
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	10,- Euro

23.10.2020	14.00 - 18.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Frauen und Männer in Selbsthilfegruppen
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG), gegebenenfalls als Online-Seminar
Beschreibung	Neben Freiwilligkeit und Solidarität ist das Konzept des respektierten Andersseins ein Grundpfeiler der Selbsthilfe. In diesem Seminar wollen wir einen Blick darauf werfen, wie Frauen und Männer in Selbsthilfegruppen agieren und wie sich geschlechtsspezifische Eigenschaften und Zuschreibungen auf das Gruppengeschehen auswirken.
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	bis zum 16.10.2020 per E-Mail an erich.eisenstecken@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-16
Kosten	keine

30.10.2020	15.00 - 20.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Sich selbst und eine Gruppe leiten – Themenzentrierte Interaktion für Weiterlernende
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	An diesem Nachmittag wiederholen wir gemeinsam die grundlegenden Aspekte der Themenzentrierten Interaktion (TZI) nach Ruth Cohn: die humanistische Grundhaltung, das 4-Faktoren Modell "ICH - WIR - ES - GLOBE" und die Postulate "sei deine eigene Chairperson" / "Störungen haben Vorrang". Mit diesem Handwerkszeug untersuchen wir die Dynamik in den Selbsthilfegruppen.
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe, bereits an der Fortbildung „TZI – Themenzentrierte Interaktion: die Kunst, sich selbst und eine Gruppe zu leiten“ teilgenommen
Anmeldung	bis zum 23.10.2020 per E-Mail an klaus.grothe-bortlik@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-15
Kosten	keine

11.11.2020	15.00 - 19.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Rechtliche Rahmenbedingungen von Selbsthilfegruppen
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	Das Seminar informiert über die rechtlichen Grundlagen von Selbsthilfegruppen als „Gesellschaft des bürgerlichen Rechts“: Ausführlich werden Vertretungs- und Haftungsregelungen erläutert. Die zunehmende Digitalisierung macht auch vor der Selbsthilfe nicht halt. So werden die Möglichkeiten von digitalen Plattformen und Messenger-Diensten vorgestellt und mit den Vorgaben des Datenschutzes abgeglichen.
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	bis zum 04.11.2020 per E-Mail an klaus.grothe-bortlik@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-15
Kosten	keine

13.11. - 22.11.2020	09.00 - 17.00 Uhr	Seminar und Training
----------------------------	--------------------------	-----------------------------

Was die Seele stark macht - nestwärme

ResilienzPractitioner

nestwärme e. V. Deutschland

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen, Eltern und pflegende Angehörige
Veranstaltungsort	Impact HUB, Götzinger Str. 8, 81371 München
Beschreibung	Widerstandskraft hilft uns, zu bewältigen. Diese ganz persönliche Resilienz können Sie lernen und trainieren. Neben der notwendigen Theorie gibt es in dem viertägigen Training viel Raum zum Üben. Zwei zertifizierte Resilienz-Trainer*innen stellen sicher, dass Sie das Gelernte dauerhaft in die Praxis umsetzen können und Sie für ihre eigenen Ressourcen sensibilisiert werden. Das versetzt Sie in die Lage, private und berufliche Krisen zu meistern und gesund, gelassen und zufrieden zu bleiben.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an resilienz@nestwaerme.de
Kosten	1250,- Euro, bei Förderung (Kind mit Förderstatus): 250,- Euro

17.11.2020	17.30 - 19.30 Uhr	Austauschabend
-------------------	--------------------------	-----------------------

„Selbsthilfe zur Selbsthilfe“ Austauschabend für Selbsthilfe-Aktive, Thema: Telefonberatung

Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, im Raum G6 (Untergeschoss), gegebenenfalls als Online-Seminar
Beschreibung	In regelmäßigen Abständen möchten wir Selbsthilfe-Aktiven in moderierten Abenden die Möglichkeit geben, sich auszutauschen und gegenseitig Tipps im Umgang mit selbsthilferelevanten Themen zu geben. Selbsthilfe zur Selbsthilfe eben. Das Thema dieses Abends ist die Telefonberatung. Möglichkeiten und Grenzen? Wie organisiert die Gruppe diese Leistung? Welche Erfahrungen haben wir damit? Wir freuen uns über Ideen und Erfahrungen aus Ihrem Gruppenalltag!
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	bis zum 10.11.2020 per E-Mail an kristina.jakob@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-12
Kosten	keine

27.11.2020	13.00 - 18.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Basiswissen für Aktive und Einsteiger in Selbsthilfegruppen

Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München Außenstelle, Westendstr. 151, 80339 München, Raum A1
Beschreibung	Ein Basiswissen über die Selbsthilfe trägt zu einem guten Gelingen jeder Gruppe bei. Es intensiviert den Zusammenhalt innerhalb der Gruppe und stärkt die Haltung, die für eine klare und kompetente Außenwirkung notwendig ist. Folgende Themen werden, neben den von Ihnen eingebrachten Fragen, in dem Seminar behandelt: Wert und Wirkung von Selbsthilfegruppen, Tipps für die Gruppengründung, Grundlagen für die Organisation von Selbsthilfegruppen und Nützliches zur Durchführung von Gruppentreffen.
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	bis zum 20.11.2020 per E-Mail an ute.koeller@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-25
Kosten	keine

07.12.2020	17.30 - 20.30 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31d, 80339 München
Beschreibung	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. Sie erhalten Anregungen und Inputs Ihre Denk- und Handlungsmuster zu hinterfragen.
Referentin	Kerstin Kuner
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	20,- Euro

10.12.2020	17.00 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Förderung von Gesundheits-Selbsthilfegruppen durch die Krankenkassen: Alles rund um die Antragstellung und den Verwendungsnachweis
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen aus dem Gesundheitsbereich
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich, die in der Region München tätig sind, können beim Runden Tisch der gesetzlichen Krankenkassen Fördergelder für ihre Gruppenarbeit nach § 20h SGB V erhalten. Das Selbsthilfezentrum ist als Geschäftsstelle für die Koordination des gesamten Förderverfahrens zuständig und berät die Gruppen in allen Fragen der Antragstellung. Dieser Info-Abend wird Ihnen das nötige Wissen vermitteln, damit Sie Fördergelder richtig beantragen und korrekt abrechnen können.
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe aus dem Gesundheitsbereich
Anmeldung	bis zum 03.12.2020 per E-Mail an mirjam.unverdorben-beil@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-17
Kosten	keine

14.12.2020	17.00 - 19.00 Uhr	Austauschabend
------------	-------------------	----------------

„Selbsthilfe zur Selbsthilfe“ Austauschabend für Selbsthilfe-Aktive
Thema: Finanzielle Förderung – Fluch oder Segen?
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und –initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, im Veranstaltungsraum (EG), gegebenenfalls als Online-Seminar
Beschreibung	In regelmäßigen Abständen möchten wir Selbsthilfe-Aktiven in moderierten Abenden die Möglichkeit geben, sich auszutauschen und gegenseitig Tipps im Umgang mit selbsthilferelevanten Themen zu geben. Selbsthilfe zur Selbsthilfe eben. Das Thema dieses Abends ist: „Finanzielle Förderung – Fluch oder Segen?“ Wir freuen uns über Ideen und Erfahrungen aus Ihrem Gruppenalltag!
Voraussetzungen	Engagement oder Mitgliedschaft in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	bis zum 07.12.2020 per E-Mail an stephanie.striebe@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-20
Kosten	keine

18.01.2021	18.00 - 21.00 Uhr	Workshop
-------------------	--------------------------	-----------------

Conscious Embodiment: Durch Körperwahrnehmung in unsere Kraft kommen
Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerhöfe, Ridlerstr. 31 d, 80339 München
Beschreibung	Unser Körper verrät uns selbst und anderen, was in uns vorgeht. In unserem modernen Leben haben die meisten von uns jedoch verlernt, ihren Körper bewusst wahrzunehmen. In diesem Workshop lernen Sie anhand verschiedener Übungen und Situationen, Ihren Körper zu beobachten und daraus wertvolle Schlüsse über sich selbst zu ziehen. Finden Sie heraus, wie Sie Ihr inneres Gleichgewicht finden und Ihre Energie bündeln können. Sie werden staunen, welche positive Wirkung das auf Sie selbst und Ihr Umfeld hat!
Referentin	Birgit Sturm, freiberufliche Organisationsberaterin und Trainerin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	20,- Euro

auf Nachfrage

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 kennen zu lernen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	Terminanfrage per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage unter www.chv-ibb.org
Kosten	keine

auf Nachfrage

Infoveranstaltung

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	Terminanfrage per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage unter www.chv-ibb.org
Kosten	keine

01.09.2020 oder 11.01.2021

je 18.00 - 19.30

Infoveranstaltung

Informationsabend zur Hospizbegleiter-Ausbildung*Hospizverein Ramersdorf/Perlach e.V.*

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizverein Ramersdorf/Perlach, Quiddestraße 15, 81735 München
Beschreibung	Wir bieten Grund- und Aufbauseminare zum/zur ehrenamtlichen Hospizbegleiter*in, nach den Vorgaben des Bayerischen Hospiz- und Palliativverbands an. Interessierte, die sich mit der Thematik Tod, Trauer und Sterben auseinandersetzen möchten, sind herzlich willkommen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an kontakt@hospiz-rp.de oder telefonisch unter (089) 67 82 02 40
Kosten	keine

04. - 05.09.2020 oder 06. - 07.11.2020	je 10.00 - 18.00 Uhr bzw. 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 Wochenendseminar 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? Sie 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 Homepage unter www.chv-ibb.org
Kosten	75,- Euro, CHV-Mitglieder: 40,- Euro

01.10. - 20.11.2020	Workshop
---------------------	----------

Letzte Hilfe Kurs
Hospizverein Ramersdorf/Perlach e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	diverse Orte
Beschreibung	Das Lebensende und Sterben unserer Angehörigen, Freunde und Nachbarn macht uns oft hilflos. In diesen Letzte Hilfe-Kursen lernen interessierte Bürger*innen, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können. Wir vermitteln in vier Modulen Basiswissen und Orientierungen und einfache Handgriffe. Wir möchten Grundwissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an kontakt@hospiz-rp.de oder auf der Homepage www.hospiz-rp.de oder telefonisch unter (089) 67 82 02 40
Kosten	10,- Euro

09.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Nein, Mama, du stirbst doch nicht
Wahrheit am Krankenbett, oder lieber doch nicht!?
Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	In der Sterbebegleitung sind Sie als Haupt- und Ehrenamtliche immer wieder mit dem Ablöseprozess von Angehörigen konfrontiert. Sie erleben die Schwere, die Trauer und Verunsicherung, wenn sich die letzte Lebensphase ankündigt. Neben Informationen über Patientenrechte sowie die Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht werden wir gemeinsam sehen, was das Aussprechen der Wahrheit am Krankenbett leichter machen kann.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

12.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Abschied in Raten**Menschen mit Demenz bis an ihr Lebensende begleiten***Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen, Angehörige
Veranstaltungsort	Münchner 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	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

12.10.2020	19.30 - 21.00 Uhr	Vortrag
------------	-------------------	---------

Hospiz-Forum: Die wichtige Zeit zwischen Tod und Bestattung inkl. digitales Erbe*Hospizverein Ramersdorf/Perlach e.V.*

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Alten- und Servicezentrum Perlach, Theodor-Heuss-Platz 5, 81737 München
Beschreibung	Letzte Dinge - vorletzte Fragen. Alles, was Sie schon immer fragen wollten. Der empathische Bestatter Thomas Schmid steht uns mit seinem reichen Erfahrungsschatz zur Verfügung und berichtet von seiner Arbeit.
Referent	Thomas Schmid
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an kontakt@hospiz-rp.de oder telefonisch unter (089) 67 82 02 40
Kosten	keine

18.10.2020	11.00 - 14.15 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Letzte Hilfe – Am Ende wissen, wie es geht*Hospizdienst DaSein e.V.*

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Evangelische Stadtakademie München, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München
Beschreibung	In den Letzte-Hilfe-Kursen wird Basiswissen zu den Themen: Sterben gehört zum Leben, Vorsorgen und Entscheiden, Leiden lindern und Abschied nehmen vom Leben, vermittelt. Das Seminar ermutigt, sich den Menschen am Ende ihres Lebens und im Sterben zuzuwenden.
Referentinnen	Heike Beck, Sozialpädagogin, Palliative-Care- Fachkraft Anna Maria Lutz, Krankenpflegerin, Palliativ-Care-Fachkraft
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 10.10.2020 telefonisch unter (089) 54 90 270
Kosten	8,- Euro

20.10. - 12.11.2010	je 15.00 - 17.30 Uhr	Seminar
---------------------	----------------------	---------

Vortragsreihe: „Pflegen und Leben zu Hause – bis zum Schluss“ Hilfen und Grundlagen für schwierige Situationen im Alter, Abschied und Tod - Schwerpunkt ältere Migrant*innen.

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	An den drei Tagen werden Sie über Möglichkeiten der Hilfe zu Hause, der gesunden Ernährung und über das Thema „Abschied nehmen in den eigenen vier Wänden“ informiert. Es können einzelne Veranstaltungen oder die ganze Reihe besucht werden.
Referentinnen	Almina Bildl und Riad El-Bakri (MiMi)
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 13.10.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-434
Kosten	keine

24.10.2020	09.30 - 17.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Versorgung Schwerstkranker zu Hause und die Anwendung von Hilfsmitteln

Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56-58, 80333 München, Seminarraum 1.OG
Beschreibung	Der Wunsch vieler schwerstkranker Menschen ist es, zu Hause sterben zu dürfen. Das Seminar soll dazu beitragen, Ihnen als pflegende Person den Pflegealltag zu erleichtern und eine größere Handlungssicherheit zu vermitteln. Der Umgang mit z.B. Schmerzen, Atemnot, Angst, Erbrechen wird thematisiert und es erfolgt eine Einweisung in die Handhabung von Hilfsmitteln.
Referenten	Werner Rattensberger, Palliative-Care-Fachkraft Norbert Walla, Walla Rehatechnik GmbH
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40
Kosten	60,- Euro

26.10. - 30.11.2020	je 18.30 - 21.00 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 an sechs Abenden 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? Sie 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

29.10.2020	19.00 - 20.30 Uhr	Vortrag
------------	-------------------	---------

Ich möchte alles geregelt und geklärt haben, erst dann bin ich beruhigt
Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56-58, 80333 München, Seminarraum 1.OG
Beschreibung	In diesem Vortrag können alle Fragen zum Grabrecht, zu möglichen Bestattungsformen, zu Kosten und vorsorglichen Regelungen gestellt werden. Friedhofsvorschriften und Ruhefristen werden erläutert.
Referent	Thomas Schmid, Bestatter
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	5,- Euro

14.11.2020	09.30 - 17.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden
Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56-58, 80333 München, Seminarraum 1.OG
Beschreibung	In der Hospiz- und Palliativbegleitung kommen wir oft mit unserer Wertestruktur, und damit unserem Gewissen in Kontakt, da es häufig um existenzielle und ethische Fragestellungen geht. In diesem Seminar erhalten Sie Anregungen für den konstruktiven, im besten Sinne heilsamen Umgang mit Wissenskonflikten und Schuldgefühlen.
Referentin	Petra Mayer, Kursleitung für Palliative Care, Ethikberaterin im Gesundheitswesen
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40
Kosten	60,- Euro

16.01. - 28.02.2021	Seminarreihe
---------------------	--------------

Persönliche Auseinandersetzung mit „Leben, Trauern, Sterben und Tod“, Seminar 1
Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56-58, 80333 München, Seminarraum 1.OG
Beschreibung	Die achttägige Seminarreihe dient der persönlichen Auseinandersetzung mit den Themen „Leben, Trauern, Sterben und Tod“. Dazu gehören das Bewusstwerden und Annehmen der eigenen Vergänglichkeit und das Reflektieren der damit verbundenen Vorstellungen, Gefühle, Hoffnungen und Ängste. Die Teilnahme gilt auch als Zugangsvoraussetzung für das Seminar 2, der Hospizbegleiter*innen-Vorbereitung.
Referent	Thomas Quetschlich
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40
Kosten	390,- Euro

Februar 2021	19.30 - 21.00 Uhr	Vortrag
---------------------	--------------------------	----------------

Hospiz-Forum: „... und wenn sie nicht gestorben sind“ – Tod und Sterben im Märchen
Hospizverein Ramersdorf/Perlach e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Alten- und Servicezentrum Perlach, Theodor-Heuss-Platz 5, 81737 München
Beschreibung	Die vielseitig weitergebildete Märchenerzählerin Birgit Mayer verzaubert uns mit ausgewählten Märchen aus aller Welt zum weiten Thema Tod und Sterben.
Referentin	Birgit Mayer
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an kontakt@hospiz-rp.de oder telefonisch unter (089) 67 82 02 40
Kosten	keine

täglich	von 08.00 - 19.00 Uhr	Infogespräch
---------	-----------------------	--------------

Informationsgespräch für interessierte Sprachlotsen
MKidS e. V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	nach Absprache
Beschreibung	Vorstellung des Vereins MKidS e. V. – Kinder integrieren durch Sprache – sowie Einführung in das Aufgabengebiet als ehrenamtliche*r Sprachlots*in in Kitas, Grundschulen und weiteren sozialen Erziehungseinrichtungen.
Referentin	Riccarda Boehm, Vereinsvorsitzende
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	einfach anrufen unter (089) 64 24 94 72 oder mobil 015 25-46 08 206
Kosten	keine

14.09.2020	14.00 -17.30 Uhr	Workshop
------------	------------------	----------

Die Straße gehört uns! Spiele und Aktionen in verkehrsberuhigten Bereichen und temporären Spielstraßen
Spiellandschaft Stadt e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Spielhaus am Westkreuz, Aubinger Str. 57, 81243 München
Beschreibung	In dieser Weiterbildung wird gezeigt, wie Kinder und ihre Eltern direkt vor der Haustür öffentlichen Raum zum Spielen zeitweise zurückgewinnen können. Es geht darum, Spuren in der Stadt zu hinterlassen und Eltern, Anwohner*innen und Kinder zu ermutigen, ihr Recht auf Spiel auf Gehwegen, Plätzen und verkehrsberuhigten Bereichen zurückzugewinnen.
Referent	Gerhard Knecht, Forum Spielpädagogik
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 31.08.2020 per E-Mail an fortbildung@spiellandschaft.de
Kosten	20,- Euro

17.09., 12.11.2020 oder 14.01.2021	je 17.30 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------------------------------	----------------------	-------------------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	MVHS, Stadtteilzentrum Guardini90, Guardinstr. 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

Oktober 2020 - Januar 2021	je 10.00 - 18.00 Uhr	Ausbildung
-----------------------------------	-----------------------------	-------------------

84stündige Ausbildung zu ehrenamtlichen Schulmediator/innen zum Einsatz an Münchner Grundschule

Seniorpartner in School LV Bayern e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen ab 55 Jahren
Veranstaltungsort	Seniorpartner in School, Praterinsel 4, 80538 München, Raum „Schlehe“
Beschreibung	SiS- Schulmediator*innen helfen Kindern, ihre Alltagsprobleme gewaltfrei zu lösen. In der 84-stündigen Weiterbildung zu ehrenamtlichen Schulmediator*innen werden Sie in vier dreitägigen Modulen für den Einsatz an Münchner Grundschulen durch einen zertifizierten Trainer ausgebildet.
Voraussetzungen	Lebens- und Berufserfahrung, Bereitschaft, sich ein Mal wöchentlich 4 Stunden in Unterrichtszeiten zu engagieren, Freude am Umgang mit Kindern
Anmeldung	bis zum 15.09.2020 per E-Mail an buero@sis-bayern.de oder telefonisch unter (089) 45 24 69 480
Kosten	keine

10.10.2020	10.00 - 17.00 Uhr	Workshop
-------------------	--------------------------	-----------------

Faszination Fadenspiel: Wenn Finger tanzen lernen...

Spiellandschaft Stadt e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	KIDS im JIZ, Sendlinger Str. 7 (im Angerblock), 80331 München
Beschreibung	Aus einer Fadenschleife lassen sich viele Figuren bilden, wie Besen, Brille oder Eiffelturm. Davon sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen fasziniert. Viele Senior*innen kennen das Spiel noch aus ihrer eigenen Kindheit. Durch fehlerfreundliche Vermittlung und begleitende Geschichten stellen sich bald Erfolgserlebnisse ein. Auch Menschen, die keine gemeinsame Sprache sprechen, erlernen das Fadenspiel im gemeinsamen Nachahmen und Wiederholen.
Referentin	Janine Lennert, Spiellandschaft Stadt e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 28.09.2020 per E-Mail an fortbildung@spiellandschaft.de
Kosten	40,- Euro

19.10. - 23.10.2020	div. Vorträge/Workshops
----------------------------	--------------------------------

Woche gegen Mobbing

Der Kinderschutzbund Landesverband Bayern e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen, Eltern, Kinder und Jugendliche
Veranstaltungsort	Der Kinderschutzbund Landesverband Bayern e.V. Goethestraße 17, 80336 München, 3. Stock
Beschreibung	Mobbing ist keine neue gesellschaftliche Entwicklung. Dieses traurige Phänomen gibt es schon lange. Aktuelle schockierende Presseberichte sowie zunehmende Klagen von Eltern und Fachkräften veranlassen uns, mit der „Woche gegen Mobbing“ mit unterschiedlichen Vorträgen und Workshops ein Zeichen zu setzen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per Mail an info@kinderschutzbund-bayern.de oder telefonisch unter (089) 92 00 89-0
Kosten	keine

24.10.2020	10.00 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Mit störendem Verhalten umgehen
Interkulturelle Akademie

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Innere Mission München, Landshuter Allee 40, 80637 München
Beschreibung	Was will ein Kind wirklich, wenn es Anweisungen ignoriert, herumalbert, provoziert, sich aggressiv benimmt oder sonstiges störendes Verhalten zeigt? Wenn wir als Betreuer*innen verstehen, welches unbefriedigte Bedürfnis hinter dem Verhalten der Kinder steckt, können wir angemessen darauf reagieren. In diesem Seminar wird ein konstruktiver, klarer und eindeutiger Umgang mit dem Verhalten der Kinder vermittelt.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 16.10.2020 per E-Mail an ika@im-muenchen.de
Kosten	keine

12.11.2020	15.00 - 16.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Kranken Kindern Zeit zum Gesundwerden schenken
Zu Hause Gesund Werden

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	FIT-FinanzTraining, Thierschstr. 11, 80538 München, 3. Stock
Beschreibung	Bei vielen beruflich stark eingespannten Eltern herrscht ein familiärer Notstand, wenn ihr Kind erkrankt und zu Hause bleiben muss. Unsere Freiwilligen betreuen das Kind in der elterlichen Wohnung, schenken ihm Zeit zum Gesundwerden und entlasten damit die Eltern. Dieses verantwortungsvolle Engagement erfordert Erfahrung und Freude am Umgang mit Kindern. Unser Info-Nachmittag gibt Einblick in die anspruchsvolle, abwechslungsreiche, zeitlich flexible Aufgabe mit intensiver fachlicher Begleitung.
Voraussetzungen	Erfahrung im Umgang mit Kindern
Anmeldung	erwünscht, bis zum 06.11.2020 per E-Mail an info@zhgw.de oder telefonisch unter (089) 290 44 78
Kosten	keine

24.11.2020	18.00 - 19.30 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
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. Marlis Engelhardt, Vorstandsmitglied
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

14.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Fortbildung
-------------------	--------------------------	--------------------

S'Glück is a Vogerl

Evang. Bildungswerk München e.V. in Kooperation mit dem Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
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	bis zum 30.09.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

27.10., 25.11.2020 oder 13.01.2021	je 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr	Infoveranstaltung
---	-----------------------------------	--------------------------

Radio LORA München

Radio LORA München

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Webinar
Beschreibung	Freie Radios in Krisenzeiten. Was tragen Community Media zur Meinungsbildung bei? Am Beispiel von LORA München zeigen wir, wie gemeinsames Medienmachen Pauschal-Urteile über Medien abbauen und Meinungsvielfalt erhalten kann. Sie erhalten Einblicke in die Arbeit von Radio LORA München: Ehrenamtliche produzieren ein unabhängiges, nichtkommerzielles, demokratisch legitimes Radio jenseits von Verschwörungserzählungen - informativ, verantwortungsvoll, bunt und jenseits des Mainstreams.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an oeffentlichkeitsarbeit@lora924.de
Kosten	keine

09.11.2020	18.00 - 20.00 Uhr	Vortrag
-------------------	--------------------------	----------------

Der Jakobsweg – mein Entrée in einen neuen Lebensabschnitt

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstr. 31 d, 80339 München
Beschreibung	Nach interessanter und herausfordernder Zeit im Management eines großen Münchner Konzerns hat der Referent den „Reset“-Knopf gedrückt. Der Jakobsweg eröffnete ihm einen völlig neuen Zugang zur Natur und zum Kennenlernen wunderbarer Menschen aus aller Welt. Die neuen Erfahrungen ermöglichten eine Reflexion seiner Vergangenheit und – noch wichtiger – das Setzen neuer Prioritäten für die Zukunft. Die Veranstaltung ist kein Reisebericht und kommt ohne Bildershow aus.
Referent	Martin Thiel
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	10,- Euro

24.11.2020	10.00 - 16.30 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Opernworkshop „Der Freischütz“

Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Der junge Jäger Max liebt Agathe, die Tochter des Erbförsters Kuno. Um Agathe heiraten zu können, muss Max einen Probeschuss absolvieren. Verzweifelt wendet er sich diabolischen Ritualen zu und hofft, mit Hilfe übernatürlicher Kräfte, den Probeschuss zu bestehen und seine Braut zu gewinnen. In die Oper und die düster-romantische Handlung möchten wir Sie auf kreative Weise einführen. Der Freischütz steht in einer Neuproduktion ab 07.02.2021 auf dem Spielplan der Bayerischen Staatsoper.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 17.11.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	20,- Euro

03.12.2020	13.00 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

GROSSE FRAUEN – klein geredet

Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	In unserer Reihe setzen wir uns mit der Entwicklung des Frauenbildes auseinander und gehen der Frage nach, warum Frauen, die nicht dem traditionellen Rollenbild entsprachen, vergessen bzw. ihre Biografien umgedeutet wurden. Wir widmen uns im dritten Teil der Reihe 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 26.11.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	10,- Euro

27.01.2020	18.00 - 19.30 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Kulturführerschein

Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche ab 50 Jahren
Veranstaltungsort	Evang. Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Wollen Sie Kultur nicht nur konsumieren, sondern andere dafür gewinnen? Dann ist der Kulturführerschein etwas für Sie. Sie lernen verschiedene Möglichkeiten des kulturellen Engagements kennen. Im Kurs entwickeln Sie Ideen und bekommen methodische Handwerkszeuge, um sie in die Tat umzusetzen. An acht Seminartagen steigen Sie in verschiedene Kultur-Sparten ein und erhalten einen Einblick in diese Kulturrichtungen. Sie lernen Methoden kennen, um anderen zu vermitteln, was Sie begeistert.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 26.01.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	keine

auf Nachfrage	Infoveranstaltung
---------------	-------------------

Job gesucht!

Rechtliche Hintergründe zur Beschäftigungserlaubnis von Geflüchteten

Münchner Bildungswerk, e.V. in Zusammenarbeit mit Malteser Hilfsdienst e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Malteser Hilfsdienst e.V., Streitfeldstr. 1, 81673 München, oder digital
Beschreibung	Wann ist das Jobcenter zuständig und wann muss ich mich an die Ausländerbehörde wenden? Kann nicht jede*r einfach ein Praktikum machen? Welche Rolle spielt der Aufenthaltsstatus bei der Jobsuche? Sie bekommen Einblicke in den Ablauf bei den jeweiligen Aufenthaltstiteln, zu Tipps und Tricks aus der Praxis, in die aktuelle Rechtspraxis zur Beschäftigungserlaubnis und wann eine Klage aussichtsreich erscheint.
Referent	Felix Briesenick, Rechtsanwalt
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an sekretariat@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	keine

24.09., 26.11.2020, 28.01. oder 25.03.2021	je 19.30 - 21.00 Uhr	Infoveranstaltung
--	----------------------	-------------------

Mentoren-Projekt für Geflüchtete

INSOMI e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
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 zwei Tage vor der Veranstaltung per E-Mail an annette.sommer@insomi.org
Kosten	keine

Oktober 2020 - Dezember 2020	18.30 – 20.30 Uhr	Fortbildung
------------------------------	-------------------	-------------

Fortbildungsreihe zum Asyl- und Aufenthaltsrecht

Münchner Flüchtlingsrat

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche, die im Bereich Flucht und Asyl tätig sind
Veranstaltungsort	Bellevue di Monaco, Müllerstr. 2-6, 80469 München (unter Vorbehalt)
Beschreibung	Innerhalb der Fortbildungsreihe sollen Sie einen Überblick über das aktuelle Asyl- und Aufenthaltsrecht erhalten. Dazu werden zunächst einführende Fortbildungen angeboten und anschließend daran spezielle Bereiche des Asyl- und Aufenthaltsrechts thematisiert, wie beispielsweise die Anwaltssuche im Klageverfahren. Im Gesamten werden dazu ungefähr acht bis zehn Fortbildungen angeboten.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@muenchner-fluechtlingsrat.de oder telefonisch unter (089) 12 39 00 96
Kosten	20,- Euro, Ehrenamtliche: keine

09.10.2020	14.00 - 16.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Kampagne „Brücken bauen“, Gesundheitsthemen vor Ort und in der Muttersprache
Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	Engagierte in der Seniorenbegleitung und Migrationsarbeit, Vereine und Organisationen von Migrant*innen
Veranstaltungsort	Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	An diesem Nachmittag erfahren Sie, wie Sie kostenlos an Vorträge zu Gesundheitsthemen in Ihrer Muttersprache kommen. Die Projektleitung informiert anschaulich die neuen Unterstützungsmöglichkeiten für Migrant*innen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 02.10.2020 per E-Mail an seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 69 91-434
Kosten	keine

09.10.2020	14.00 - 18.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Interkulturelle Fallberatung
Interkulturelle Akademie

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Innere Mission München, Landshuter Allee 40, 80637 München
Beschreibung	Der Workshop bietet Ehrenamtlichen, die sich für Menschen aus anderen Herkunftskulturen engagieren, die Gelegenheit, sich unter professioneller Begleitung einzelnen Fallbeispielen aus der Praxis zu widmen. Sie analysieren diese Beispiele jeweils unter Berücksichtigung verschiedener Einflussfaktoren, z.B. kulturelle Prägung, Religion, Persönlichkeit oder Bildungsstand. Danach geht es um die Entwicklung kultursensibler, individuell angepasster Lösungen für die Praxis.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 02.10.2020 per E-Mail an ika@im-muenchen.de
Kosten	keine

20.10. und 27.10.2020	je 18.00 - 21.00 Uhr	Workshop
-----------------------	----------------------	----------

Wut im Bauch – Workshop zum Umgang mit Gewaltpotential
Münchener Bildungswerk e.V. in Kooperation mit ArrivalAid und dem FreiwilligenZentrum Ost

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Haus der Jugendarbeit, Rupprechtstr. 29, 80636 München
Beschreibung	In den belasteten Lebenssituationen von Geflüchteten kann Gewalt entstehen. Kein Wunder bei den Umständen, in denen sie sich befinden! In unserem zweitägigen Workshop erfahren Sie mehr über Hintergründe von Gewaltsituationen, wie Sie diese besser einschätzen und insgesamt mit ihnen umgehen können. Stärken Sie sich mit Fachwissen und Techniken zur Prävention und Deeskalation.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an sekretariat@muenchener-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	keine

13.11.2020	14.00 - 17.30 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Meine Rollen als Ehrenamtliche(r) - Austausch

Interkulturelle Akademie

Zielgruppe

freiwillig engagierte Bürger*innen in der Flüchtlingsarbeit

Veranstaltungsort

Innere Mission München, Landshuter Allee 40, 80637 München

Beschreibung

Als ehrenamtlich Engagierte in der Flüchtlingsarbeit gilt es, mit unterschiedlichen Erwartungen, mit der manchmal großen persönlichen Nähe zu Geflüchteten, aber auch mit Abgrenzung und fehlender Anerkennung umzugehen. In diesem Workshop schauen wir uns deshalb gemeinsam an, wie Sie Ihre Rolle gut gestalten können. Ziel ist es, dass Sie sich (wieder) wohlfühlen in Ihrem Ehrenamt und ihm mit neuer Energie nachgehen können.

Voraussetzungen

keine

Anmeldung

bis zum 06.11.2020 per E-Mail an ika@im-muenchen.de

Kosten

keine

11.09.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Schreibwerkstatt
IBPro Sozialmanagement

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
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.
Referentin	Christine Gediga
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

14.09.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
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.
Referentin	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

15.09.2020	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 Bürger*innen und Hauptamtliche, Stiftungsverantwortliche
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
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 Anlage-richtlinie, Ideen für das übergeordnete Anlagekonzept, die ordentliche Dokumenta-tion etc. - und gibt Tipps, wie man z. B. einen Fonds auf seine Stiftungseignung hin überprüft.
Referent	Tobias Karow
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

28.09.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Online Fundraising und Mobile Spendensammeln

IBPro Sozialmanagement

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche, Stiftungsverantwortliche
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
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.
Referentinnen	Christine Gediga und 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

02.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Das Event zur Spenderbindung - emotional ansprechen, langfristig binden
IBPro Sozialmanagement

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
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.
Referentin	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

15.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Unternehmenskooperationen
IBPro Sozialmanagement

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche, Fundraiser*innen
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
Beschreibung	Immer mehr Unternehmen - auch regionale und lokale Klein- und Mittelständler - wollen soziale Verantwortung übernehmen und dadurch Fachkräfte binden. Daher suchen sie den Kontakt zu Organisationen und Social-Profits. So kann das, was oft mit einer kleinen Spende oder ehrenamtlichem Engagement beginnt, in eine fruchtbare Kooperation münden. Mit vielen Praxisbeispielen erläutert Tina Keeling u. a. Formen von Unternehmenskooperationen und was Sie im Umgang mit Unternehmen beachten sollten.
Referentin	Tina Keeling
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

10.02.2021	17.00 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Infoabend zum IBPro Fundraising Lehrgang 2021 (mit Zertifikat)

IBPro Sozialmanagement

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	IBPro Sozialmanagement, Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum 5. Stock
Beschreibung	Wie können Gemeinnützige ihre Arbeit dauerhaft auf finanziell tragfähige Beine stellen, so dass die Projekte nachhaltig wirken? Fundraising findet hier Lösungen. Der Abend informiert über den fünfmoduligen (Grundlagen, Vision und Mission, Maßnahmen und Instrumente, Antragsmittel, Öffentlichkeitsarbeit) Lehrgang, bei dem Sie alles erfahren, 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 29.01.2021 per E-Mail an info@ibpro.de , telefonisch unter (089) 47 50 61 oder auf der Homepage www.ibpro.de/seminare
Kosten	keine

12.09. - 27.09.2020 17.10. - 25.10.2020 05.12. - 13.12.2020	je 09.00 - 17.30 Uhr	Grundkurs
---	----------------------	-----------

Schulung zum Alltagsbegleiter für hilfs- und pflegebedürftige Senioren
deinNachbar e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
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

22.09.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Selbstfürsorge im Alter
Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk München, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Wie erkennen wir, trotz aller unserer (Vor-) Erfahrungen, welche Bedürfnisse wir haben? Wie unterscheiden wir zwischen Emotion und Motivation? Welche Hinweise auf Richtung und Veränderung können wir diesen Emotionen entnehmen? Wie können wir auch in komplexen Situationen, Entscheidungen treffen? Diesen Fragen gehen wir im Seminar durch verschiedene Modelle und Übungen nach, um unsere Motivation und Entscheidungskraft im Alter zu stärken.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 08.09.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 30,- Euro

23.09.2020	17.30 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Informationsabend für ein freiwilliges Engagement im Altenheim *Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Der Informationsabend richtet sich an Interessierte, die Freude am Umgang mit älteren Menschen haben und erfahren möchten, wie die freiwillige Arbeit für Menschen in einem Seniorenheim aussieht.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

13.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Alter im Märchen Märchen in der Arbeit mit älteren und an Demenz erkrankten Menschen *Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München
Beschreibung	In diesem Seminar werden Märchen erzählt, die mit dem Alter zu tun haben. Wir gehen dem nach, was sie uns heute noch zu sagen haben und vor allem, wie gut sich diese Märchen für die Arbeit mit älteren und an Demenz erkrankten Menschen eignen. Diese Märchen sprechen mit ihren Themen an und bilden dabei eine Grundlage für eine gelungene Kommunikation mit älteren Menschen im Altenheim.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

16.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Spaziergang im Sitzen Eine Erzählrunde zur Biografiearbeit *Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk*

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München
Beschreibung	„Spaziergang im Sitzen“ beschreibt eine Erzählrunde zur Biografiearbeit, die für Bewohner*innen von Alten- oder Pflegeheimen konzipiert ist. Ohne sich vom Stuhl fortzubewegen, können „Spaziergänge im Kopf“ unternommen werden – vor allem in die Geschichte(n) und biografischen Erinnerungen. Dabei können sich die Teilnehmenden individuell aber auch gemeinsam erinnern und neue Geschichten können entstehen, was sie als positiv erleben können und was der Stärkung des Selbstbewusstseins dient.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

23.10.2020	10.00 - 16.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Flott und ruhig mit Hand und Fuß

Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG
Beschreibung	Im Herbst tanzen wir mal flott, mal ruhig mit Hand und Fuß. Wieder ist es dem Bundesverband Seniorentanz gelungen schöne Tänze zu choreographieren. Das neue Heft bietet ein vielfältiges und großes Spektrum an Tänzen, die sich zu tanzen lohnen: Mit gymnastischen Tänzen, Themen-Tänzen sowie mit Instrumenten und Handgeräten. Dieses Heft mit CD ist ein Gewinn für die offene Altenarbeit und für Pflegeeinrichtungen.
Voraussetzungen	Die Bestellung für das Heft TEM 3/ erster Teil mit der CD VKJK 0929 und CD erfolgt per E-Mail an verband@erlebnis-tanz.de.
Anmeldung	bis zum 09.10.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

26.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Musik, die beste Medizin gegen das große Vergessen

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen 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	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

27.10.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Flow – erreichbares Glück im Alter

Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	In diesem Seminar werden wir mit unterschiedlichsten Methoden arbeiten, um in den sogenannten Flow zu kommen. Flow entsteht, wenn wir unsere Aufgaben an unsere Fähigkeiten anpassen. Dann können wir den Zustand der Selbstvergessenheit erreichen und in den Flow gleiten. Wir eröffnen ein Experimentierfeld, in dem sich Freude, Kreativität und Bewegung entfalten können. Wir erlauben uns „Fähler“, ganz nach dem Motto „lieber unperfekt starten als perfekt warten!“
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 13.10.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 30,- Euro

17.11.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Gerontopsychiatrie In der Begleitung älterer Menschen zu Hause

Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Im Alter können psychische Veränderungen stattfinden. Die Gerontopsychiatrie umfasst eigene präventive, diagnostische, therapeutische und rehabilitative Strategien, die wir uns gemeinsam ansehen. Sie helfen uns, das Verhalten von psychiatrisch veränderten Senior*innen besser zu verstehen. Sie lernen Krankheitsbilder und Therapiekonzepte, die konkret helfen, kennen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 03.11.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

20.11.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Meilenstein: Eingewöhnungsphase

Ein Weichenstellen für ein würdevolles Dortsein

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen, Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München
Beschreibung	Einen alten Menschen in eine Pflegeeinrichtung zu geben, ist oft für alle Beteiligten ein sehr schwerer Schritt. Umso wichtiger ist die Eingewöhnungsphase im Altenheim. Die Zeit der Aufnahme einer Person ist entscheidend, für den Menschen selbst, seine Angehörigen sowie für die Mitarbeiter*innen in der Einrichtung. Diese Phase stellt die Weichen für Vertrauen, Wertschätzung und letztendlich für ein würdevolles Leben in der Pflegeeinrichtung. Wie dies gelingen kann, zeigt das Seminar.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

23.11.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

„Jetzt hat der mich einfach im Stich gelassen!?!“

Unerkannte Trauer bei älteren und dementiell veränderten Menschen

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Älter werden geht einher mit schmerzhaften Verlusten. Menschen reagieren auf Verluste mit Trauer. Doch diese wird sehr unterschiedlich gezeigt; oft wird Trauer vom Umfeld gar nicht als solche erkannt. Im Seminar lernen Sie unterschiedliche Reaktionsweisen auf Verluste kennen. An Hand von Fallbeispielen und in Übungen werden verschiedenste Trauerreaktionen, auch bei dementiell veränderten Personen, identifiziert und Möglichkeiten erarbeitet, wie man angemessen damit umgehen kann.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

27.11.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Am Ball bleiben – Motivation im Alter

Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, 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	bis zum 13.11.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 30,- Euro

27.11.2020	10.00 - 16.30 Uhr	Tanztag
------------	-------------------	---------

Tanzen mit kleinen Gruppen

Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG
Beschreibung	Wenige Teilnehmer*innen, was tanze ich nur? In diesem Seminar werden Ihnen Anregungen gegeben, wie Sie auch mit einer kleinen Gruppe die Tanzstunde abwechslungsreich gestalten können. Auch für größere Gruppen sind die Tänze unseres Tanztages geeignet. Mittänzer*innen sind herzlich willkommen.
Voraussetzungen	erste Kenntnisse im Seniorentanz
Anmeldung	bis zum 13.11.2020 an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

01.12.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Einladung zum Fest

Tänze im Sitzen zur Weihnachtszeit

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Die „Stade Zeit“ zieht uns wieder in ihren Bann. Aber ist die Advents- und Weihnachtszeit wirklich so staad? Darf sie nicht auch mal beschwingt und fröhlich sein? In diesem Seminar tanzen wir Tänze im Sitzen zur Weihnachtszeit aus der gleichnamigen Broschüre mit CD des Bundesverbandes Seniorentanz e.V. Wir finden darin besinnliche, aber auch beschwingte Tänze und Musiken, auch aus verschiedenen Ländern. An diesem Tanztage entwickeln wir Stundenbilder zur Advents- oder Weihnachtszeit fürs Altenheim.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

02.12.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Der Klang der Klangschalen In der Arbeit mit älteren und an Demenz erkrankten Menschen

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Alterserkrankungen wie Demenz oder Parkinson führen bei den betroffenen Menschen oft zu Ängsten, Unsicherheiten und Unbehagen. Durch die Einfachheit der Klänge mit den Klangschalen ermöglichen wir einen direkten Zugang zu ihnen, da das Spüren und Hören der Schwingungen und Klänge vorrangig sind. Auch für das Pflegepersonal und Angehörige können die Klänge und Schwingungen der Klangschalen wohltuend und stressreduzierend sein und den beruflichen oder häuslichen Alltag erleichtern.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	65,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

04.12.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Der liebe Gott hat mich vergessen – Mit Sinn- und Lebensfragen älterer Menschen umgehen

Münchner Bildungswerk und Evangelisches Bildungswerk

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen, Angehörige
Veranstaltungsort	Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5, 80335 München, 2. Stock
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 Begleiter*innen eine zentrale Rolle. Ihre Einfühlbarkeit 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

08.12.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Farbe, Form, Figur – Biografiearbeit und Kunsttherapie für ältere Menschen

Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Vor einer Demenzerkrankung und dem Alter steht ein langes, meist ereignisreiches Leben. Bei Menschen mit Demenz rückt die Vergangenheit in die Gegenwart und gewinnt höhere Bedeutung. Die künstlerische Arbeit bietet hierbei Möglichkeiten, den biografischen Erinnerungen wertschätzend Gestalt zu geben. In diesem Seminar lernen Sie Methoden kennen, die dies in der Gruppenarbeit unterstützen und die auch für ältere Menschen, die zu Hause leben, besonders gut geeignet sind.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 24.11.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

09.12.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Und jetzt Schäfchen zählen? Besser schlafen im Alter und bei Demenz
Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Viele ältere Menschen klagen über Schlafstörungen. Und nicht schlafen zu können, das ist eine Qual. Aber was können Sie für so einen geplagten Menschen tun? Das Thema wird aus medizinischer und psychologischer Sicht beleuchtet. Sie erfahren, welche Formen von Schlafstörungen es gibt. Sie erhalten Informationen zu Psychotherapieverfahren und Medikamenten und üben ganz praktisch Entspannungsmethoden ein, die Sie mit alten Menschen umsetzen können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 25.11.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

14.12.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Schlichtheit mit großer Wirkung – Kunsttherapie für ältere Menschen mit Depression
Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Ein Punkt auf dem Papier eröffnet Welten, Blütenköpfe lassen sich in Mandalas und Collagen umwandeln, aus in Tastsäcken gefundenen Dingen entsteht ein Erinnerungsbüchlein. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie mit einfachsten künstlerischen Ansätzen und wenig Mitteln das Herz von älteren Menschen mit Depression mit Stolz und Freude erfüllen. Sie lernen Methoden der Kunsttherapie kennen, die für die Praxis in der Arbeit mit älteren Menschen mit Depression wertvoll sind.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 30.11.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

15.12.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Wege zum Wohlfühl – Depressionen im Alter vorbeugen
Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, 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	bis zum 01.12.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 30,- Euro

29.01.2021	10.00 - 16.30 Uhr	Weiterbildung
------------	-------------------	---------------

Tanz doch mal mit dem Rollator

Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Haus an der Rümmanstraße, Rümmanstraße 60, 80804 München, Theatersaal
Beschreibung	Haben Sie Lust, das Tanzen mit Rollator auszuprobieren, und überlegen Sie, eine Rollortanz-Gruppe anzuleiten? An diesem Weiterbildungstag lernen Sie den richtigen Einsatz des Rollators als Tanzgerät, die verschiedenen Tanz-Aufstellungen in Verbindung mit Tanzen im Sitzen und mit Unterstützung von Kreativmaterial (bspw. Tücher) praktisch kennen. Am Nachmittag werden wir eine Stunde gemeinsam mit den Bewohner*innen des Hauses an der Rümmanstraße mit Rollatoren tanzen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 15.01.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

30.01. und 31.01.2021	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 Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Berufsfachschule für Ergotherapie, Lindwurmstraße 129–131, 80337 München
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 Begleiter*innen und Betreuer*innen. Im Seminar werden auch praktische Tipps vermittelt, um Bewegungseinschränkungen vorzubeugen und Muskelverspannungen zu reduzieren.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 15.01.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	80,- Euro, Ehrenamtliche: 50,- Euro

23.02.2021	17.30 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Informationsabend für ein freiwilliges Engagement im Altenheim

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Münchner Bildungswerk, Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
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. Die Veranstaltung dient der Klärung offener Fragen und zeigt auf, welche Vorüberlegungen wichtig sind. Sie erfahren, welche Möglichkeiten es gibt, welche Strukturen ein Altenheim haben kann und wie Sie vor Ort begleitet werden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 22.02.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	keine

05.03. und 06.03.2021	je 09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-----------------------	----------------------	---------

Die Wirkung der Farben – Kunsttherapie mit Menschen mit Depression und Demenz
Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Die Welt der älteren und an Demenz erkrankten Menschen, die wir begleiten, scheint starr, grau und frei von kreativer Sinnesstimulation zu sein. Wir erfahren in diesem Seminar, wie wir das mit magischem Rot, Grün, Violett, oder wunderschönem Türkisblau verändern können. Bereichert durch diverse Klänge, Düfte und leichte Übungen des Qi Gong wird Seelenmüdigkeit zu Wohlgefallen für die älteren Menschen und für Sie selbst.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 19.02.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	80,- Euro, Ehrenamtliche: 40,- Euro

15.03.2021	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Wer ältere Menschen begleitet, wird oft mit existenziellen Fragen konfrontiert: Was ist der Sinn des Lebens? Warum muss ich so leiden? Hierbei spielt die Motivation und Spiritualität der Begleiter*innen 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	bis zum 01.03.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	15,- Euro

16.03.2021	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Resilienz trainieren und stärken – Älter werden und die neue Freiheit gestalten
Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Resilienz kann wie ein Muskel trainiert werden: Es ist die Fähigkeit, trotz widriger Umstände mit Belastungen umzugehen und wieder zurück in einen guten Zustand zu gelangen. Je mehr Sie diese Fähigkeit präventiv trainieren, desto kräftiger, ausgeglichener, erfolgreicher und flexibler werden Sie. Im Seminar werden alltagspraktische Methoden geübt und Wissen vermittelt, damit Sie erfolgreich ihr Leben meistern und den Alltag immer wieder neu gestalten können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 02.03.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 30,- Euro

19.03.2021	10.00 - 16.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Willkommensgruß dem Frühling

Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG
Beschreibung	Aus der neuen Broschüre bringen wir Ihnen frische Choreographien zu abwechslungsreicher Musik mit. Mit gymnastischen Tänzen, Thementänzen und auch Tänzen mit Handgeräten und Rhythmusinstrumenten sprechen wir unterschiedliche Sinne an. Tanzen im Sitzen trainiert Koordination und Konzentration und nutzt die positive Wirkung der Musik auf die Seele.
Voraussetzungen	Heft und CD „Tanzt einfach mit im Sitzen Teil 3“, Heft 2 können über den Bundesverband Erlebnistanz (www.erlebnis-tanz.de) bestellt werden.
Anmeldung	bis zum 05.03.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

23.03.2021	18.00 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Informationsabend zum Lehrgang Seniorenbegleitung mit Anerkennung nach § 45 SGB XI

Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Bildungswerk, 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 zum/zur Seniorenbegleiter*in öffnet neue Türen für Sie.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 22.03.2021 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	keine

auf Nachfrage	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	Terminanfrage per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage unter www.chv-ibb.org
Kosten	5,- Euro, CHV-Mitglieder: 3,- Euro

ab 15.09.2020	nach Absprache	Workshop
---------------	----------------	----------

Scout in einem Kletterprojekt – weil Inklusion Spaß macht
Bayerns beste Gipfelstürmer – ein inklusives Kletterprojekt der IG Klettern M&S e.V.

Zielgruppe	Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 14 - 27 Jahren
Veranstaltungsort	wird noch bekannt gegeben
Beschreibung	In unserem Kletterprojekt unterstützen junge Scouts die Teilnehmer*innen und Trainer*innen der inklusiven Klettergruppen. Außerdem gibt es Scouts, die unsere Gruppen, Ferienmaßnahmen, Veranstaltungen, Fortbildungen etc. begleiten und filmen, fotografieren und darüber schreiben.
Voraussetzungen	Die Scouts werden an drei Tagen auf ihre Rolle vorbereitet und qualifiziert. keine Vorerfahrung notwendig, Bereitschaft, ein Jahr lang als Scout unterstützen zu wollen, sprachliche Barrieren sind kein Hindernis.
Anmeldung	per E-Mail an gipfelstuermer@klettermachtspass.de oder telefonisch unter 01 78-56 78 572
Kosten	keine

26.09.2020	09.30 - 16.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
Wie geht das?
Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Evangelische Stadtakademie München, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München
Beschreibung	Es geht in diesem Seminar um eine Orientierung bei Unsicherheiten darüber, wer überhaupt für die Aufgabe als Bevollmächtigte*r infrage kommen kann, was auf diese Personen zukommt und was sie brauchen, um der mit einer Vollmacht eingehenden Verantwortung gerecht werden zu können.
Referentinnen	E. Katharina Rizzi, Leiterin des Hospizdienstes DaSein e.V. Heike Beck, Sozialpädagogin B.A., Palliative-Care- Fachkraft Hospizdienst DaSein e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis zum 21.09.2020 telefonisch unter (089) 54 90 270
Kosten	65,- Euro

29.09.2020	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

„Sprich, damit ich Dich sehe!“
Evang. Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evang. Bildungswerk, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Sie sprechen vor einer Gruppe und möchten Ihren (autobiografischen) Text oder Vortrag vor Publikum überzeugend und professionell präsentieren. In diesem praxis-orientierten Tagesseminar lernen Sie das notwendige sprech-technische „Handwerkszeug“ kennen: Sprech-Atmung, Training der Sprechwerkzeuge, Phonetik/Aussprache vor dem Mikrofon, Stimmführung und Resonanz, darstellerische Mittel, Übungen gegen Heiserkeit und Stimmversagen. Nach vorbereitenden Übungen werden Sie Ihren eigenen Text vor der Gruppe lesen.
Voraussetzungen	Bitte bringen Sie einen eigenen Text mit.
Anmeldung	bis zum 15.09.2020 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	45,- Euro, Ehrenamtliche: 25,- Euro

19.11.2020	19.00 - 20.30 Uhr	Vortrag
------------	-------------------	---------

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V., Karlstr. 56-58, 80333 München, Seminarraum 1.OG
Beschreibung	Wer kommt für die Aufgabe als Bevollmächtigte*r infrage und was kommt auf diese Person zu? Was brauchen Sie, um der mit einer Vollmacht einhergehenden Verantwortung gerecht werden zu können? In dem Vortrag geht es um Möglichkeiten und Selbstbestimmung in Krankheit und Sterben.
Referentin	E. Katharina Rizzi, Leitung Hospizdienst DaSein e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	5,- Euro

12.09., 14.11.2020, 06.02. oder 20.03.2021	je 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, Freunde, Bekannte und Arbeitskolleg*innen weiterzugeben. Ziel unserer Trainings ist es Handlungskompetenzen zu vermitteln, die die Teilnehmer*innen in ihrem Alltag praktisch anwenden können. Es werden konkrete Strategien erlernt, mit denen im Rahmen der Möglichkeiten sinnvoll eingegriffen werden kann.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@zivilcourage-fuer-alle.de oder auf der Homepage unter www.zivilcourage-fuer-alle.de
Kosten	10,- Euro

24.09. und 01.10.2020	je 18.00 - 20.30 Uhr	Workshop
-----------------------	----------------------	----------

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

Zielgruppe	freiwillig engagierte Bürger*innen in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Akademie der Nationen, Lämmerstr. 3, 80335 München, Korbiniansaal, oder digital
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 zweitägige 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	per E-Mail an sekretariat@muenchner-bildungswerk.de oder telefonisch unter (089) 54 58 05-0
Kosten	keine

10.10.2020	10.00 - 17.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Zivilcourage für alle (L110156)*Münchner Volkshochschule in Kooperation mit Zivilcourage für alle*

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Münchner Volkshochschule, Albert-Roßhaupter-Str. 8, 81369 München
Beschreibung	Wir möchten Mut machen, in Notsituationen zivilcouragiert einzugreifen - ohne sich selbst zu gefährden. Was häufig fehlt, ist nicht der Wunsch zu helfen, sondern sichere Handlungskompetenz. Das Ziel des Trainings ist es, handlungsrelevantes Wissen zu vermitteln, konkrete Handlungsroutinen einzuüben und persönliche Aktionspläne zu erarbeiten.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	telefonisch unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	10,- Euro

14.11.2020	10.00 - 16.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Streitet euch! Was gegen Parolen und Populismus wirklich hilft (L110160)

Münchner Volkshochschule

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Münchner Volkshochschule, Nymphenburger Str. 171 b, 80634 München
Beschreibung	Man erlebt es immer wieder: Im Gespräch mit Nachbar*innen, Kolleg*innen oder in der Familie werden abwertende oder hasserfüllte Ansichten geäußert. Oft verharren wir dann in einer lähmenden Ohnmacht. Dabei lebt unsere Demokratie von (auch) kontrovers geführten Auseinandersetzungen. Das Ziel des Workshops ist es, Sie zu ermutigen, sich auch an Diskussionen um polarisierende Themen zu beteiligen. Auf eine handlungsorientierte Weise lernen Sie im Training, wie Sie Stammtischparolen begegnen können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	telefonisch unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	15,- Euro

28.11.2020	10.00 - 15.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Zivilcourage, Selbstschutz und Eigenschutz (L122857)

Münchner Volkshochschule

Zielgruppe	offen ab 18 Jahre
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; die Polizei benötigt vor den Seminaren die Namen und Geburtsdaten der Teilnehmenden.
Anmeldung	bis zwei Wochen vor der Veranstaltung telefonisch unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	keine

Alten- und Service-Zentrum Harlaching

Rotbuchenstr. 32
81547 München
Frau Huber
Bettina.huber@brk-harlaching.de
www.muenchenstift.de/ehrenamt/
harlachinger-freiwilligenmarkt/430
(089) 69 90 66 0

Alzheimer Gesellschaft München e.V.

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

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

Caritas Freiwilligen-Zentrum München Nord

Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3
80937 München
Katrín Dyballa, Daria Rühl
fwz-nord@caritasmuenchen.de
www.freiwilligenzentren-muenchen.de
(089) 31 60 63-10

Caritas Freiwilligen-Zentrum München Süd

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

Christophorus Hospiz Verein e.V.

Institut für Bildung und Begegnung
Effnerstr. 93
81925 München
bildung@chv.org
www.chv-ibb.org
(089) 13 07 87-0

deinNachbar e.V.

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

Der Kinderschutzbund Landesverband Bayern e.V.

Goethestraße 17
80336 München
info@kinderschutzbund-bayern.de
www.kinderschutzbund-bayern.de
(089) 92 00 89-0

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

FöBE – Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement

Ringseisstr. 8a
80337 München
Sandra Elena Bauer
sandra.bauer@foebe-muenchen.de
www.foebe-muenchen.de
(089) 59 98 90 87-0

Hospizdienst DaSein e.V.

Karlstr.5
80333 München
Gerda Jung
info@hospiz-da-sein.de
www.hospiz-da-sein.de
(089) 124 70 51 40

Adressen

Hospizverein Ramersdorf/Perlach e.V.

Quiddestraße 15
81735 München
Thomas Halir
kontakt@hospiz-rp.de
www.hospiz-rp.de
(089) 67 82 02 40

Lesefüchse e.V.

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

IBPro Sozialmanagement e. V.

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

MKidS e. V.

Bozzarisstraße 16
81545 München
Riccarda Boehm, Vereinsvorsitzende
r.boehm@mkids-ev.de
keine Website
(089) 64 24 94 72 oder Mobil 015 25-46 08 206

IG Klettern München & Südbayern e.V.

Bayerns beste Gipfelstürmer
Speicherstraße 21
81671 München
Ulli Dietrich
gipfelstuermer@kletternmachtspass.de
www.bayerns-beste-gipfelstuermer.de
01 78-56 78 572

Münchner Bildungswerk e.V.

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

INSOMI e.V.

Anton-Pichler-Straße 10
81241 München
Annette Sommer
annette.sommer@insomi.org
www.insomi.org
015 77-83 55 334

Münchner Flüchtlingsrat

Dachauerstraße 21a
80335 München
Christian Oppl
info@muenchner-fluechtlingsrat.de
www.muenchner-fluechtlingsrat.de
(089) 12 39 00 96

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

Münchner Volkshochschule / Senioren Volkshochschule

Einsteinstr. 28
81675 München
Andrea Faragó
seniorenbildung.stadtmitte@mvhs.de
www.mvhs.de
(089) 480 06-65 69

Nestwärme e. V. Deutschland (Nest München)

Christophstraße 1
54290 Trier/München
Stephanie Haubensak
Stephanie.haubensak@nestwaerme.de
für München
www.nestwaerme.de

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

Radio LORA München

Schwanthalerstr. 81
80336 München
Bernd Heckmair
oeffentlichkeitsarbeit@lora924.de
www.lora924.de
01 77-410 28 74

wohIBEDACHT e.V.

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

Selbsthilfezentrum München

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

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

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Landshuter Allee 38b
80637 München
Hannes Brücher, Silvia Krupp, Christine Tröger
Seminar-mehrsprachig@im-muenchen.de
www.seminar-mehrsprachig.de
(089) 12 69 91-434 /-433

**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

Seniorpartner in School LV Bayern e.V.

Praterinsel 4
80538 München
Matthias Kraemer
buero@sis-bayern.de
www.sis-bayern.de
(089) 45 24 69 480

Spiellandschaft Stadt e.V.

Albrechtstr. 37
80636 München
Janine Lennert
fortbildung@spiellandschaft.de
www.spiellandschaft.de
(089) 18 33 35



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