



Landeshauptstadt
München

Bürgerschaftliches Engagement gewinnt

durch Weiterbildung in München.

Qualifizierungsangebote
März bis August 2019

FÖBE

Förderung
Bürgerschaftlichen
Engagements



Impressum

Herausgeberinnen:

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

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

Satz und Grafik:
Landeshauptstadt München
Direktorium, Stadtkanzlei

Druck:
Landeshauptstadt München
Direktorium, Stadtkanzlei

Gedruckt auf:
Papier aus 100 % Recyclingpapier

Stand: Februar 2019

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	4
Vorwort	5
Adressen	6

Angebote September 2018 bis März 2019

Beratung – Vermittlung – Information	12
Freiwilligenmanagement	15
Gesundheit, Selbsthilfe und Demenz	17
Hospizarbeit	28
Kinder und Jugendliche	35
Kultur und Lebensstil	39
Migration und Flucht	40
Öffentlichkeitsarbeit und Fundraising	46
Seniorinnen und Senioren	47
Soziales	58
Zivilcourage	61

Grußwort



Liebe Münchnerinnen und Münchner,

viele von Ihnen engagieren sich bereits bürgerschaftlich. Ihr Engagement reicht vom sozialen Bereich über vielfältige kulturelle und sportliche Aktivitäten bis hin zum unermüdlichen Einsatz für den Umwelt- und Naturschutz oder im Gesundheits- und Bildungsbereich.

Dem im Jahr 2016 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 nur die Rahmenbedingungen schaffen und immer wieder den aktuellen Gegebenheiten anpassen, damit sich dieses Engagement weiter entfalten kann. Dazu gehört auch, engagierte und interessierte Bürgerinnen und Bürger auf die zahlreichen Informations- und Weiterbildungsmaßnahmen rund um das Thema Bürgerschaftliches Engagement aufmerksam zu machen.

In dieser Broschüre finden Sie deshalb für den Zeitraum von März 2019 bis August 2019 interessante Seminarangebote, die Sie in Ihrem Engagement unterstützen, und die Ihnen wichtige praktische und rechtliche Informationen geben. Außerdem erhalten Sie eine Übersicht, wo Sie weiterführende Informationen zu den vielfältigen Engagementmöglichkeiten erhalten.

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

Ihr



Dieter Reiter
Oberbürgermeister

Vorwort



Liebe Interessierte an Freiwilligem Engagement!

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

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

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

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

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 Sandra Elena Bauer bei FöBE unter der Mail-Adresse: sandra.bauer@foebe-muenchen.de. Als Hinweis bitte vermerken: „Eintrag in die Qualifizierungsbörse“. Herzlichen Dank!

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Gewinn an den Fortbildungen!

Sandra Elena Bauer
Verantwortliche für die Qualifizierungsbörse
Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement
FöBE

Adressen

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. – Betreuungsverein

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

Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband München

Perchtinger Straße 5
81379 München
Gabriel Bücherl
gabriel.buecherl@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de

Betreuungsverein der Inneren Mission München (BIMM)

Seidlstr. 4
80335 München
Elke Baier
bimm@im-muenchen.de
www.betreuungsverein-muenchen.de
(089) 12 70 92-71

Caritas Freiwilligen-Zentrum Nord

Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3
80937 München
Christine Kalke
fwz-nord@caritasmuenchen.de
www.caritas-f-net.de
(089) 31 60 63-10

Caritas Freiwilligen-Zentrum Süd

Königswieser Str. 12
81475 München
Daniela Wiedemann, Anna Schwab
fwz-sued@caritasmuenchen.de
www.caritas-f-net.de
(089) 74 55 95-18

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Effnerstraße 93
81925 München
bildung@chv.org
www.chv-ibb.org
(089) 13 07 87 - 0

Dein Nachbar e.V.

Agnes-Bernauer-Str. 90
80687 München
Lucien Kleekamm
info@deinnachbar.de
www.deinnachbar.de
(089) 96 04 04 00

Evangelisches Bildungswerk München

Herzog-Wilhelm-Str. 24
80331 München
Dr. Rosine Lambin
rosine.lambin@ebw-muenchen.de
www.ebw-muenchen.de
(089) 55 25 80-0

Evang. Bildungswerk München e.V.

Herzog-Wilhelm-Str. 24
80331 München
Melanie Sommer
service@ebw-muenchen.de
www.ebw-muenchen.de
(089) 55 25 80-0

Evangelische Krankenhauseelsorge München

an der Stephanuskirche Nymphenburg/ Neuhausen
Nibelungenstraße 51
80639 München
Pfarrerin Irmgard Wolf-Erdt
wolf-erdtd@gmx.de
www.wolf-erdtd.de
(089) 17 14 50 70

FöBE – Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement

Ringseisstr. 8a
80337 München
Sandra Elena Bauer
sandra.bauer@foebe-muenchen.de
www.foebe-muenchen.de
(089) 59 98 90 870

Freiwilligen-Agentur Tatendrang München

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

Adressen

Pädagogisches Institut

Herrnstr. 19
80538 München
Regina von Natzmer
Pia.rbs@muenchen.de
www.pi-muenchen.de
(089) 233-27 964

Hospizdienst DaSein e.V.

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

Hospizverein Ramersdorf/Perlach e. V.

Lüdersstr. 10
81737 München
Waldemar Edmüller
hospiz-rp@gmx.de
www.hospiz-rp.de
(089) 67 82 02-44

IBPro e. V.

Lindwurmstr. 129e
80337 München
Christine Gediga
christine.gediga@ibpro.de
www.ibpro.de
(089) 47 50 61

„Ich will da rauf!“ e. V.

Baaderstr. 40
80469 München
Rebekka Rist
Bekka.rist@iwdr.de
www.iwdr.de
(089) 25 00 39 31

INSOMI e.V.

Anton-Pichler-Straße 10
81241 München
Annette Sommer
annette.sommer@insomi.org
www.insomi.org
01 57-78 35 53 34

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

Lachclub München 05

Josef-Danzer-Str. 2
82152 Planegg
Cornelia Leisch
info@cornelia-leisch.de
www.lachclub-muenchen05.de
(089) 89 54 69 61

LAG e.V. Landesarbeitsgemeinschaft ehrenamtlicher Mitarbeiter im Strafvollzug Bayern e.V.

Döbereinerstr. 11a
81247 München
Gaby Buß
Hundertwasser59@web.de
www.ehrenamt-im-strafvollzug.de
01 73-39 30 890

Lesefüchse e.V.

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

Münchner Bildungswerk e.V.

Dachauer Straße 5
80335 München
Sofie Engl
mbw@muenchner-bildungswerk.de
www.muenchner-bildungswerk.de
(089) 54 58 05-0

Münchner Volkshochschule / Senioren Volkshochschule

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

Adressen

Selbsthilfezentrum München

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

Seminar für ehrenamtliche pflegerische Dienste

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

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

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

SiS Seniorpartner in School LV Bayern e.V.

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

Stiftung Ambulantes Kinderhospiz München - AKM

Blutenburgstraße 64 & 66 & 90
80636 München
Jana Rigauer
jana.rigauer@kinderhospiz-muenchen.net
www.kinderhospiz-muenchen.de
(089) 58 80 30 312

Stiftung Gute-Tat München & Region

Ridlerstraße 31 D
80339 München
Petra Bauer-Wolfram
muenchen@gute-tat.de
www.gute-tat.de
(089) 45 47 50 04

Versicherungskammer Stiftung

Maximilianstraße 53
80538 München
Isabel Stier
isabel.stier@vkb.de
www.versicherungskammer-stiftung.de
(089) 21 60 27 91

wohIBEDACHT e.V.

Höcherstr. 7
80999 München
Annette Arand
info@wohlbedacht.de
www.wohlbedacht.de
(089) 81 80 20 930

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

19.03.2019	09:30 - 17.00 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

Meine Rechte als Kundin und Kunde – Von A wie AGB bis Z wie Zahlungen

Evangelisches Bildungswerk München und Fördergemeinschaft Cunit e.V., Begegnungsladen SILOAH

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Riesefeldstr. 18, 80809 München
Beschreibung	Wir kaufen im Geschäft oder im Internet ein, kennen aber oft das Kleingedruckte und unsere Rechte nicht, wenn mal etwas schief läuft, z.B. wenn wir mit dem neuen Smartphone doch überfordert sind oder wenn die drei Monate alte Waschmaschine streikt. Ist Vertrag Vertrag? Wie war das mit Widerrufsrecht, Garantie, Gewährleistung oder zu hoher Rechnung?
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	keine

23.03.2019	11.00 - 18.00 Uhr	Infostand
-------------------	--------------------------	------------------

Jede/r kann helfen und mit wenig Zeit viel bewegen

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und alle Besucherinnen und Besucher des MünchnerStiftungsFrühlings
Veranstaltungsort	BMW Welt Auditorium D4, Am Olympiapark 1, 80809 München
Beschreibung	Die gemeinnützige Stiftung Gute-Tat betreibt eine bundesweite Internetplattform rund um das Thema bürgerschaftliches Engagement. Seit 2007 ist sie mit „Heute ein Engel“ auch in München vertreten und vermittelt Menschen in soziale Projekte. Außerdem unterstützt sie das Engagement von Unternehmen (CV) und Schülern (LdE). Die Freiwilligenagentur zeigt ehrenamtlich Interessierten wie und wo man sich sinnvoll engagieren kann. Gute-Tat will Begegnungen ermöglichen, bei denen das Miteinander die Basis ist und die Wertschätzung des Gegenübers im Vordergrund steht. Dadurch können Erfahrungen nach dem Engagement noch weiterwirken. In einer inklusiven Gesellschaft ist es normal, verschieden zu sein. Jeder ist willkommen. Und von mehr Offenheit und Toleranz profitieren alle: Vielfalt als Chance!
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

27.03.2019	10.00 - 14.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Münchner StiftungsFrühling: „Zukunftsvision Ehrenamt“
Versicherungskammer Stiftung

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche aus Kirche, Politik, Kommunen, Verbänden und Stiftungen
Veranstaltungsort	Maximilianstraße 53, 80538 München
Beschreibung	Im Rahmen des Münchner StiftungsFrühlings lädt die Versicherungskammer Stiftung in Kooperation mit der Zukunftsstiftung Ehrenamt des Bayerischen Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales zu dem Vortrag „Zukunftsvision Ehrenamt“ mit anschließendem Brunch ein: Michael Garkisch, begeisterter Ehrenamtler und Innovationsmanager, geht der Frage nach, wie wir es mit der mächtigen Herausforderung des gesellschaftlichen und technischen Wandels aufnehmen und praktische Lösungsideen fürs Ehrenamt entwickeln können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder über die Homepage
Kosten	keine

29.03.2019	15.00 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Engagement in einer Tour
Caritas Freiwilligen-Zentrum Nord in Kooperation mit VHS München Nord

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Caritas Freiwilligen-Zentrum Nord Hildegard-von-Bingen-Anger 1-3, 80937 München
Beschreibung	„Touren Sie mit uns“ - Ehrenamt mal anders kennenlernen! Sie möchten Ihre Freizeit sinnvoll gestalten und suchen nach der passenden Idee? Kommen Sie zu unserer Aktion „Engagement in einer Tour“, bei der wir Ihnen spannende Möglichkeiten wie Sie sich engagieren können, zeigen. 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. Die Teilnahme ist kostenlos und verpflichtet zu keinem Engagement!
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 27.03.2019 per E-Mail an fwz-nord@caritasmuenchen.de oder telefonisch unter (089) 31 60 63-10
Kosten	keine

05.04.2019	15.00 - 18.00 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

Engagement in einer Tour

Caritas Freiwilligen-Zentrum Nord in Kooperation mit VHS München Nord

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Treffpunkt 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 oder telefonisch
Kosten	keine

17.05.2019	10.00 - 15.00 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

Ehrenamtssymposium: „Engagiert! Füreinander im Einsatz“

Versicherungskammer Stiftung

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche aus Kirche, Politik, Kommunen, Verbänden und Stiftungen
Veranstaltungsort	Warngauer Straße 30, 81539 München
Beschreibung	Helfen kann und sollte Jede und Jeder - aber richtig: Helferinnen und Helfer sind im Einsatz mit unterschiedlichen (Extrem-)Situationen konfrontiert. Übungen, Handbücher, psychologische Begleitung und technische Hilfsmittel können deutlich entlasten. Drei Workshops des Ehrenamtssymposiums richten sich aus diesem Grund direkt an Engagierte aus Rettungsorganisationen. Angeboten werden zudem zwei Workshops für ehrenamtlich Aktive mit den Schwerpunkten Zivilcourage und Nachwuchsgewinnung.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder über die Homepage www.versicherungskammer-stiftung.de
Kosten	keine

04.06.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

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

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. - Betreuungsverein

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Betreuungsverein - Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Bodenseestr. 3a, 81241 München-Pasing, 1. Stock
Beschreibung	An diesem Abend erhalten Sie wichtige Informationen zur Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung als Vorsorgemöglichkeiten für Alter und Krankheit.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 03.06.2019 per E-Mail an betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de oder telefonisch unter (089) 820 62 05 bzw. (089) 89 69 12 32
Kosten	keine

14.03.2019	17.00 - 18.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Fit im Ehrenamt: Supervision und Coaching von Freiwilligen
Freiwilligen-Agentur Tatendrang

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich
Veranstaltungsort	Pädagogisches Institut, Herrnstr. 19, 80538 München
Beschreibung	Ein Ehrenamt sollte Freude machen und für alle Beteiligten als sinnvoll erlebt werden. Dies ist jedoch nicht immer der Fall: unklare Rollenverteilungen oder Aufgaben, belastende Erfahrungen sowie konflikthafte Situationen können dazu führen, dass Freiwillige an ihre fachlichen wie psychischen Grenzen geraten. Im Rahmen einer Gruppe aus Gleichgesinnten können Freiwillige mit fachlicher Begleitung ihre Sichtweisen austauschen, problematische Situationen reflektieren und gemeinsam Lösungsansätze besprechen. Ziel des Coaching-Angebots ist, die eigenen Grenzen und Handlungsmöglichkeiten im Ehrenamt wieder in Balance zu bringen und die Freude am Engagement zu stärken.
Referentin	Bettina Ellersdorfer
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 15.02.2019 per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

23.03.2019	18.00 - 18.45 Uhr	Impulsvortrag
------------	-------------------	---------------

Führen in Zeiten großer Veränderungen
Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Besucherinnen und Besucher des MünchnerStiftungsFrühlings
Veranstaltungsort	BMW Welt, Am Olympiapark 1, 80809 München, Business Center 1b
Beschreibung	Digitaler Wandel, neue Arbeit, agiles Management sind keine Dinge, die nur anderen passieren. Im Gegenteil, diese Themen prägen unser aller Zukunft und wollen in die Hand genommen werden. Mit dem entsprechenden Führungs-Know-how und in der entsprechenden Struktur. In einem lebendig gestalteten Vortrag haben Sie die Gelegenheit mehr über die Veränderungen zu erfahren, die Führungskräfte bewältigen müssen. Ich beschreibe Ihnen, welche Denk- und Handlungsmuster (Mindsets) wichtig sind, um sich den neuen Anforderungen zu stellen und gebe Einblick in methodische Werkzeuge, die den Arbeitsalltag erleichtern.
Referentin	Rita Klemmayer, Coach, Trainerin, Psychotherapeutin, Theologin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	muenchen@gute-tat.de
Kosten	keine

05.04.2019	09.30 - 14.30 Uhr	Workshop
-------------------	--------------------------	-----------------

Von der Projektidee zur Realisierung

Stiftung Gute-Tat

Zielgruppe	Haupt- und Ehrenamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat Ridlerstr. 31 d, 80339 München
Beschreibung	Dieser Workshop richtet sich an Haupt- und Ehrenamtliche, die vor der Planung und Realisierung einer Projektidee stehen. An einem Projektbeispiel werden die wesentlichen Aufgaben gemeinsam besprochen und erarbeitet. Als Ergebnis steht am Ende des Workshops ein kompletter Projektplan mit allen Aktivitäten, Ressourcen, Zeiten und Terminen.
Referent	Michael Rücker
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	20,- Euro

01.07.2019	18.00 - 21.00 Uhr	Interaktiver Workshop
-------------------	--------------------------	------------------------------

Feedback wertschätzend geben und annehmen

Stiftung Gute-Tat

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat Ridlerstr. 31d, 80339 München
Beschreibung	Wie oft geben Sie anderen positives Feedback? Behalten Sie kritisches Feedback an Anderen oft für sich, weil sie nicht sicher sind, wie Sie es am besten verpacken? Wie gehen Sie damit um, wenn Sie von jemand anderem Feedback erhalten? Feedback ist eines der hilfreichsten Instrumente für unsere persönliche Weiterentwicklung. Wir werden in diesem Workshop Feedback als wertschätzendes Geschenk behandeln und praktisch üben und dabei Ihre Erfahrungen integrieren.
Referentin	Birgit Sturm, freiberufliche Organisationsberaterin und Trainerin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 24.06.2019 per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	10,- Euro
Teilnehmerzahl	Min. 6, max. 15

02.03.2019, 10.00 - 17.00 Uhr und 26.03.2019, 18.00 - 21.00 Uhr

Seminar

Eine ansprechende Webseite erstellen in zwei Stunden? Ohne Vorkenntnisse? Ohne Kosten?
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	Wir zeigen Ihnen wie das geht. Themen sind Jimdo (Ein zauberhafter Baukasten), Texte (Wenn man´s richtig macht, werden sie auch gelesen), Bilder (Was macht ein Bild zu einem Hingucker? Aufbereiten mit einfachen Mitteln), Rechtliches (Was darf ich verwenden? Was muss ins Impressum), die EU-Datenschutzgrundverordnung (Was steckt dahinter? Wie wird sie für die Webseite umgesetzt?), Erweiterungen (Bildergalerien, Gästebücher, Termine, Blogs, Newsletter, Formulare), Suchmaschinen (Wie werde ich gefunden?) und Ausblicke (Andere kostenlose Systeme im Vergleich). Beim Folgetermin soll auf Ihre individuellen Fragen, die sich evtl. bei der praktischen Umsetzung ergeben, eingegangen werden.
Referent	Referent: Michael Peter (Informatiker)
Voraussetzungen	Engagement oder Mitglied in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an ulrike.zinsler@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-21
Kosten	keine

08.03.2019

09.30 – 16.30 Uhr

Seminar

MAKS – Anregung von Menschen mit Demenz
Motorisch, Alltagspraktisch, Kognitiv, Spirituell
Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	Ehrenamtliche in der Seniorinnen- und Seniorenbegleitung
Veranstaltungsort	Offene Altenarbeit der Hilfe im Alter gGmbH Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Ohne Anregung kann der Alltag von Menschen mit Demenz arm und leer sein. MAKS steht für: Motorisch, Alltagspraktisch, Kognitiv, Spirituell, und das multimodale Programm fördert mit sehr kreativen Übungen genau diese Bereiche. Es wirkt besonders positiv auf die Bereiche der Bewegung, der geistigen Fähigkeiten und der Selbständigkeit im Alltag. Die Einbettung in einen spirituellen Rahmen trägt dem Zugehörigkeitsbedürfnis und dem Bedürfnis nach positiver Wertschätzung Rechnung. Sowohl die Menschen mit Demenz, als auch die Ehrenamtlichen empfinden die Arbeit mit MAKS als bereichernd und freudvoll.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 01.03.2019
Kosten	10,- Euro

15.03.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Betrachten - befühlen - besingen - bewegen

Aktivieren mit Alltagsgegenständen, Sprichwörtern und Musik

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
Beschreibung	Mit dem Alter lässt die Sensibilität der Sinne nach, was zu einer eingeschränkten Lebensqualität führt. Besonders an Demenz erkrankte Menschen leiden unter diesen Verlusten und brauchen auf vielfältige Weise Anregungen, da sonst diese Sinne immer mehr schwinden. Mit Dingen des Alltags zum Anschauen, Anfassen und Riechen, mit Sprichwörtern, Bewegung und Musik werden wir an diesem Seminartag alle Sinne wecken. Sie erhalten leicht umsetzbare Ideen für die Arbeit mit Hochbetagten und an Demenz erkrankten Menschen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

15.03.2019	10.00 - 16.30 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Tanz doch mal mit!

Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG
Beschreibung	Wollten Sie schon längst mal tanzen? Sie brauchen keine Vorkenntnisse und keine Partnerin oder Partner. Dieser Tanztage richtet sich gezielt an Tanzeinsteigerinnen und -einsteiger. Wir tanzen in der Gruppe, auch mal allein, zu zweit, zu dritt, wie im „Dreier-Krüssel“, zu viert oder zu acht wie bei der „Pretty Baby Quadrille“. Wir tanzen zu unterschiedlichen Musiken aus dem Programm des BVST e.V., vor allem aus den Broschüren „Tanzt einfach mit 2 und 3“. Genießen Sie das Erlebnis Tanz und tanzen Sie mit.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 01.03.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

jeweils 16.03. - 17.03.2019, 25.05. - 26.05.2019, 31.08. - 01.09.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
---	-------------------	---------

Das Erlebnis Lachen

Basis-Seminar zur Ausbildung zum Lachtrainer, für die Leitung von Lachtreffs oder des Kurses „Oma lacht wieder“

Lachclub München 05

Zielgruppe	Seniorenbegleiterinnen und -begleiter, Demenzhelferinnen und -helfer, Pflegepersonal, Sozialpädagoginnen und -pädagogen, Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker, Psychotherapeutinnen und -therapeuten, freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	ASZ Schwabing, Siegesstr. 31, 80802 München
Beschreibung	Lachtraining in Theorie und Praxis. Zuerst müssen wir unser eigenes Lachen freilegen und für uns nutzen, um später Lachgruppen leiten zu können. Lachtraining dient der Stärkung der psychischen und physischen Gesundheit. Einfache Übungen sorgen für mehr Leichtigkeit und heitere Gelassenheit im Alltag. Lachen erleichtert soziale Kontakte und regelmäßig angewendet dient es der Depression-sprophylaxe. Wir unterstützen die Aktivierung der eigenen Ressourcen und stabilisieren eine positive Grundhaltung. Leitung: Cornelia Leisch, Lachtraining und Humorcoaching, 1. Vorsitzende des Europäischen Berufsverbands für Lachyoga und Humortraining e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 1 Tag vor Beginn per E-Mail an info@cornelia-leisch.de
Kosten	290,- Euro

20.03.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

10-Minuten-Aktivierung® - Ideen für den Umgang mit demenzkranken Menschen

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Einen demenzkranken Menschen zu versorgen und zu beschäftigen ist eine schwere Aufgabe. Wenn das Kurzzeitgedächtnis versagt, braucht es andere Zugänge, um den Menschen in seinem Alltag zu erreichen. Sie lernen im Seminar eine erprobte und ohne großen Aufwand umsetzbare Methode, die noch vorhandene „Restfähigkeiten“ aus dem Langzeitgedächtnis abrufen und nutzt. Ziel ist es, Zugang zum gelebten Leben und zu Erinnerungen zu eröffnen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	70,- Euro / Ehrenamtliche 35,- Euro

22.03.2019, 11.00 - 19.00 Uhr und 23.03.2019, 09.00 - 17.00 Uhr

Baustein 1

TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen

Evangelisches Bildungswerk München e.V. in Kooperation mit dem Bundesverband Seniorentanz e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	ebw Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, Seminarraum 3. Stock,
Beschreibung	Im Baustein 1 erhalten Sie eine Fortbildung für die Arbeit mit u.a. an Demenz erkrankten Menschen. Sie lernen einfache Tänze und Bewegungsübungen kennen und erfahren, wie Sie die Tänze im Sitzen an die Bedürfnisse Ihrer Gruppe anpassen können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 01.03.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	130,- Euro zzgl. Gebühr BVST + Material 80,- Euro

25.03. und 01.04.2019

09.30 - 17.00 Uhr

Seminar

Türen öffnen zu Menschen mit Demenz

Vertrauen schaffen durch kreative Kommunikation

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
Beschreibung	In unseren Heimen leben immer mehr Altersverwirrte und immer öfter stellt sich den engagierten Freiwilligen, wie auch den hauptamtlich Tätigen die Frage: „Wie finde ich Kontakt zu diesen Menschen?“ Hier ist Kreativität, Flexibilität und natürlich auch Hintergrundwissen über Alterskrankheiten, wie z.B. Demenz, gefordert. Es gibt viele Ansätze, wie man Menschen mit einer demenziellen Erkrankung begegnen kann und soll. In diesem Seminar erhalten Sie daher Informationen über das Krankheitsbild Demenz, lernen türöffnende Verhaltensweisen kennen und erhalten Anregungen, wie Sie biografische Zugänge für Ihre Arbeit nutzen können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	35,- Euro

26.03.2019

17.30 - 19.00 Uhr

Workshop

Bewusst im Hier und Jetzt

Einführung in die Meditation

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	HEILPRAXIS, Humboldtstr. 12, Rgb., 81543 München
Beschreibung	Wollen Sie Meditation kennenlernen und im eigenen Alltag nutzen? In diesem Einführungsworkshop mit praktischen Übungen erhalten Sie Anregungen und Tipps für die eigene Praxis. Es gibt zahlreiche Meditationsformen. Wir beschäftigen uns mit der Achtsamkeitsmeditation im Stillen Sitzen und Gehen. Am Ende ist Zeit für Fragen und Austausch.
Referentin	Monica Fauss
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 20.03.2019 per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	auf Spendenbasis

26.03.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

**Informationsabend zum Lehrgang Seniorenbegleitung mit Anerkennung
„Ehrenamtlicher Demenzhelfer“ nach § 45 SGB XI**

Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	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 und sich im Altenhilfe-Netzwerk besonders gut auskennen? Sie interessieren sich für die Entwicklung neuer Wohnkonzepte, Solidaritätsgemeinschaften oder generationsübergreifenden Projekten? Sie möchten helfen, das Alter besser zu gestalten, sich zu vernetzen und sich neu zu orientieren? Der Lehrgang zur Seniorenbegleiterin/Demenzhelferin bzw. zum Seniorenbegleiter/Demenzhelfer öffnet neue Türen!
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	keine

29.03.2019	14.00 - 18.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Konflikte als Entwicklungschancen in der Gruppe

Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München Westendstr. 151, 80339 München, Raum A1
Beschreibung	Jede Selbsthilfegruppe setzt sich aus unterschiedlichen Personen zusammen. Andere Lebensgeschichten, andere Anliegen und andere Vorstellungen von der Gruppenarbeit können zu Problemen führen. Die Vielfalt macht einerseits den Reiz einer Selbsthilfegruppe aus, kann andererseits auch zu Frustrationen, Konflikten und Spannungen führen. Bei diesem Seminar wollen wir gemeinsam typischen Konfliktfeldern von Selbsthilfegruppen auf den Grund gehen, um daraus kreative Lösungsstrategien zu entwickeln: Was erlebe ich als Konflikt? Wie entstehen Konflikt dynamiken? Was sind typische Konfliktkonstellationen in Selbsthilfegruppen? Wie können Konflikte konstruktiv bearbeitet und für die eigene Entwicklung und die Entwicklung der Gruppe genutzt werden?
Referent	Erich Eisenstecken (SHZ)
Voraussetzungen	Engagement oder Mitglied in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an erich.eisenstecken@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-16
Kosten	keine

01.04.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Zupfen, Ziehen, Reiben, Spüren – Filzen bei Demenz

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Filzen ist ein geeignetes Mittel, um sich beim kreativen sinnlichen Tun zu erinnern und demenziell erkrankten Menschen eine bedeutungsvolle Betätigung zu ermöglichen. Das gemeinsame Erleben beim Filzen in der Gruppe bietet die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen und fördert das Gefühl der Dazugehörigkeit und des Angenommenseins. Zudem erfahren Sie Wichtiges zur Projektplanung und -durchführung im Hinblick auf die besonderen Bedürfnisse demenziell erkrankter Menschen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

05.04.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Kommunikation am Lebensende – Sterbende Menschen mit schwerer Demenz aufmerksam begleiten

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
Beschreibung	Bereits im mittleren Stadium einer Demenz beginnt der wachsende Zerfall von Sprache und Sprachverständnis des Erkrankten. Im Krankenzimmer wird es immer stiller, bis die zunehmenden neurologischen Ausfälle und ihre Auswirkungen auf den Körper im Endstadium einer Demenz nach langem Leiden zum Tod führen. Wie können wir als Begleiterin oder Begleiter mitfühlen, aber nicht mitleiden und die Betroffenen trotzdem aufmerksam und liebevoll bis zum Schluss begleiten? Wann beginnt das Sterben? Wie können wir es erkennen? Und wie gelingt die Begegnung mit Sterbenden, die an Demenz erkrankt sind?
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

06.04., 11.05., 06.07.2019	13.30 - 17.30 Uhr	Workshop
-----------------------------------	--------------------------	-----------------

**Lach-Kompakt-Seminar
Einführung in Lachtraining
Workshop zur Vermittlung der Grundlagen von Lachyoga als Werkzeug zur Gesundheitsvorsorge und sozialen Kompetenz
*Lachclub München 05***

Zielgruppe	Seniorenbegleiterinnen und -begleiter, Demenzhelferinnen und -helfer, Pflegepersonal, Sozialpädagoginnen und -pädagogen, Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker, Psychotherapeutinnen und -therapeuten, freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	ASZ Schwabing Siegessstr. 31, München
Beschreibung	Lachyoga in Theorie und Praxis. Sie erleben einfache Übungen für mehr Leichtigkeit und heitere Gelassenheit im Alltag. Damit sorgen Sie für Stärkung der psychischen und physischen Gesundheit. Das Training dient zur Erleichterung von sozialen Kontakten. Es ist eine erprobte Depressionsprophylaxe. Mit Cornelia Leisch, Lachtraining und Humorcoach, 1. Vorsitzende des Europäischen Berufsverbands für Lachyoga und Humortraining e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis einen Tag vor Beginn per E-Mail an info@cornelia-leisch.de
Kosten	65,- Euro

07.05.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

**Gefühle: Brücken zu demenziell erkrankten Menschen
*Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk***

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
Beschreibung	In der Begegnung mit Menschen mit Demenz reagieren wir häufig verunsichert und hilflos auf „unlogische“ oder gar aggressive Äußerungen. Dabei könnten wir im Umgang mit Demenzkranken, die aufgrund ihrer kognitiven Einbußen meistens einen sehr direkten Gefühlszugang und -ausdruck haben, Neues dazulernen und uns entspannen. Der Zugang zu den eigenen Gefühlen ermöglicht eine Brücke zum Verstehen der (Er-)Lebenswirklichkeit von demenziell erkrankten Menschen und ist hilfreicher Wegweiser für die Begleitung demenziell Erkrankter im Altenheim.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

09.05., 29.05. und 27.06.2019	18.30 - 20.30 Uhr	Workshop
--------------------------------------	--------------------------	-----------------

Der Selbsthilfedor – zwei Lieder für den Selbsthilfetag
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	Unter dem Motto „Selbsthilfe swingt“ haben Selbsthilfeengagierte beim letzten Gesamttreffen gezeigt, dass sie in kürzester Zeit zwei Lieder umdichten, einstudieren und vortragen können. Inspiriert von dieser Erfahrung, möchten wir nun daran anknüpfen und die beiden Stücke „Du bist nicht allein“ sowie „Bei uns ist es schön“ in drei Abenden soweit einstudieren, dass wir damit beim diesjährigen Selbsthilfetag am 6. Juli auftreten können. Geplant ist dieser Selbsthilfedor als Schlussakt auf dem Marienplatz. Alle, die Freude am Singen oder Musizieren haben, können mitmachen. Referentinnen und Referenten: Alexandra Kranzberger, Ulrike Zinsler, Klaus Grothe-Bortlik und Erich Eisenstecken (SHZ)
Voraussetzungen	Engagement oder Mitglied in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an ulrike.zinsler@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-21
Kosten	keine

10.05.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Männerspezifische Betreuungsangebote für pflegebedürftige und demenziell erkrankte Senioren
Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
Beschreibung	Ältere Männer haben häufig andere Bedürfnisse als Frauen. Zur Gestaltung der Tagesstruktur sind männerspezifische Betreuungsangebote für demenziell erkrankte Senioren sinnvoll. Unter Berücksichtigung der Zeitgeschichte und der Alltagsnormalität wird Ihnen in diesem Seminar zu den unterschiedlichen Lebensbereichen umfangreiches Betreuungsmaterial vorgestellt. Außerdem entwickeln wir neue Beschäftigungsmöglichkeiten für individuelle Situationen im Seniorenheim.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

13.05.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Wenn Worte fehlen – Nonverbale Kommunikation bei Menschen mit Demenz

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
Beschreibung	Bei Menschen mit Demenz wird das Sprachzentrum meist früh beeinträchtigt, die verbale Sprache steht nicht mehr zur Verfügung. Im Umgang mit Menschen mit Demenz erleben wir jedoch, dass Kreativität, Phantasie und Geduld es ermöglichen, mit den Betroffenen in Kontakt zu treten und in Kontakt zu bleiben, auch wenn Grundlagen unserer gewohnten Kommunikationsstrukturen nicht mehr greifen. Der nonverbale Austausch und Kontakt treten an die erste Stelle. Das Seminar lädt dazu ein, einen Blick auf verschiedene Kommunikationsmodelle zu werfen, den eigenen Kommunikationsstil zu erleben und besondere Stärken gezielt einzusetzen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

18.5. - 28.11.2019	1 Einführungstag, 7 Abende, 5 Kursblöcke: jeweils Freitagabend und Samstag, 3 Monate Praktikum mit Mentorat	Grundkurs
--------------------	--	------------------

Ausbildung zum Ehrenamt Krankenhausseelsorge

*Evangelische Krankenhausseelsorge München
an der Stephanuskirche Nymphenburg/ Neuhausen*

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, die einer christlichen Kirche angehören und Besuche im Krankenhaus machen wollen (ca. 1x die Woche für zwei Stunden)
Veranstaltungsort	wird noch bekannt gegeben: Nähe Romanplatz
Beschreibung	Durch Vorträge, den Austausch untereinander, Rollenspiele und andere kreative Methoden, durch Praxisanleitung und die Reflexion konkreter Erfahrungen im Praxisfeld werden die Teilnehmenden befähigt, Besuche am Krankenbett zu machen.
Referentin	Pfrin. Wolf-Erdt und Diakon Dausch
Voraussetzungen	Zugehörigkeit zu einer christlichen Kirche (AZK), Fähigkeit zur Reflexion der eigenen Person und ihrer Wirkung, Bereitschaft sich auf Gruppenprozesse einzulassen
Anmeldung	bis 10. Mai 2019 per E-Mail an wolf-erd@gmx.de oder telefonisch unter (089) 17 14 50 70
Kosten	100,- Euro

21.05., 24.05., 28.05., 29.05., 04.06. und 07.06.19	13.00 - 17.30 Uhr	Aufbaukurs
---	-------------------	-------------------

Aufbaukurs für mehrsprachige Demenzhelfer*innen bei älteren Migrant*innen

Qualifikation zum „Ehrenamtlichen Helfer zur Unterstützung im Alltag“ (SGB XI, §45 a,b,c)

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	Mehrsprachige Ehrenamtliche zur Begleitung demenziell Erkrankter
Veranstaltungsort	Offene Altenarbeit der Hilfe im Alter gGmbH, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Im Kurs erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer viel über Demenz. Welche Formen gibt es, was macht die Krankheit, wie gehe ich mit Erkrankten um und wie geht es den Angehörigen. Auch die besondere Lage erkrankter Migrantinnen und Migranten wird betrachtet.
Voraussetzungen	Mehrsprachigkeit
Anmeldung	bis 14.05.2019
Kosten	keine

Info-Abend: 04.06.2018, 17.00 - 18.00 Uhr	Schulung: 29.06. - 20.07.2019
--	--------------------------------------

Demenzhelferschulung

6 Kursabende von 16.00 - 19.00 Uhr / 2 Samstage von 9.30 - 17.00 Uhr / wohlBEDACHT e.V.

Zielgruppe	Freiwillig Engagierte und Angehörige
Veranstaltungsort	Franz-Nißl-Str. 42, 80999 München, Begegnungsraum
Beschreibung	Die Betreuung und Begleitung dementiell Erkrankter ist eine sinnvolle und sinnstiftende Tätigkeit. Als Demenzhelferin oder Demenzhelfer unterstützen Sie die betroffenen Familien bei der Betreuung dementiell Erkrankter. Unsere Schulung bereitet Sie, auch als Angehörige und Angehöriger, auf diese Aufgabe vor.
Referentin/Referent	Sonja Brandtner, Dipl.Soz.Päd.(FH), Leiterin der Tagesbetreuung RosenGarten Annette Arand, Dipl.Soz.Päd.(FH) und Altenpflegerin, wohlBEDACHT e.V. u. weitere Fachreferentinnen und Fachreferenten
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail
Kosten	65,- Euro

04.06.2019	17.30 - 19.30 Uhr	Austauschabend
-------------------	--------------------------	-----------------------

„Selbsthilfe zur Selbsthilfe“ Austauschabend für Selbsthilfe-Aktive

Thema: Selbstfürsorge

Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	In regelmäßigen Abständen möchten wir Selbsthilfe-Aktiven an moderierten Abenden die Möglichkeit geben, sich auszutauschen und gegenseitig Tipps im Umgang mit selbsthilferelevanten Themen zu geben. Selbsthilfe zur Selbsthilfe eben. Dabei werden folgende Fragen besprochen: Haben Sie manchmal das Gefühl, dass Sie Ihr Engagement in der Selbsthilfe sehr viel Kraft kostet? Wie können Sie gut für sich sorgen? Wie kann die eigene Selbstfürsorge gewinnbringend für die Gruppe sein? Leitung: Astrid Maier und Ute Köller (SHZ)
Voraussetzungen	Engagement oder Mitglied in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an astrid.maier@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-18
Kosten	keine

24.06.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Gemeinsam aktiv im Alltag – Lebensqualität im Alter durch aktive Teilhabe im Alltag
Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Ältere und an Demenz erkrankte Menschen laufen Gefahr, immer zurückgezogener zu leben. Um eine zufriedenstellende Lebensqualität aufrechtzuerhalten, sind eigene Produktivität und gesellschaftliche Teilhabe zentral. Die Möglichkeiten hierzu scheinen begrenzt, jedoch können Interessen und Aktivitäten im Alter wieder aufgenommen bzw. neu erlernt werden. Im Seminar werden zahlreiche Aktivitäten herausgearbeitet und geübt.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	40,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

28.06.2019, 15.00 - 18.00 Uhr und 02.07.2019	17.30 - 20.30 Uhr	Workshops
---	--------------------------	------------------

Engagement stärken – Haltung zeigen
Selbsthilfezentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfegruppen und -initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfezentrum München, Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	Das Projekt des Landesnetzwerks Bürgerschaftliches Engagement (LBE) unterstützt alle Engagierten, die in ihrem Alltag oder ihrem Umfeld rassistische und diskriminierende Äußerungen erleben. Sie sollen in die Lage versetzt werden, Polemik und Anfeindungen adäquat begegnen zu können. Das SHZ bietet in Zusammenarbeit mit dem LBE zwei Workshops zu den Themen Haltung finden und Haltung zeigen an. In beiden Workshops wird die Reflexion der eigenen Erfahrungen und eine aktive Beteiligung erwartet. Die beiden Termine können nur im Paket gebucht werden. Leitung: Susanne Veit, Geschäftsführerin Landesverband Mütter- und Familienzentren Bayern
Voraussetzungen	Engagement oder Mitglied in einer Selbsthilfegruppe
Anmeldung	eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an klaus.grothe-bortlik@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-15
Kosten	keine

10.03.2019	12.00 - 16.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Tag der offenen Tür

Stiftung Ambulantes Kinderhospiz München - AKM

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche, aber auch Familien oder Kooperationspartnerinnen/ -partnern und Interessierte
Veranstaltungsort	Blutenburgstr. 90, 80636 München
Beschreibung	In den gemütlichen Räumen der Stiftung AKM haben die Besucherinnen und Besucher die Möglichkeit, sich ausführlich über die Arbeit der Stiftung zu informieren. Es wird verschiedene Informationsbereiche zu den unterschiedlichen Themen der Stiftung geben, an denen Sie mit unserem Team sprechen können. Es geht um Themen wie Angehörigenberatung, Nachsorge, Krisenintervention, Prävention, Kinderhospizarbeit, Spenden und Ehrenamt. Für unsere kleinen Besucherinnen und Besucher bieten wir Luftballontiere und Kinderschminken an. Ab ca. 15.00 Uhr wird es eine offene Gesprächsrunde mit Christine Bronner (Stifterin und geschäftsführender Vorstand) geben.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nur für die Gesprächsrunde per E-Mail an jana.rigauer@kinderhospiz-muenchen.net oder telefonisch unter (089) 58 80 30 312
Kosten	keine

14.03.2019	19.00 - ca. 20.30 Uhr	Vortrag
------------	-----------------------	---------

Linderung der Symptome bei Gastroenterologischen Erkrankungen

Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V. Karlstr. 56-68, 80333 München, 1. OG rechts
Beschreibung	Unter Übelkeit, Erbrechen, Verstopfung, Darmbluten und Bauchwasser leiden viele Menschen in ihrer letzten Lebensphase. Was kann die Medizin hier ausrichten, welche Hausmittel und Naturheilmethoden verschaffen Linderung? Leitung: Dr. Claudia Levin, Fachärztin für Innere und Allgemeinmedizin, Palliativmedizin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	5,- Euro

15.03.2019	13.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

TrauerFarbe

Meine Trauer hat viele Farben

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Alten- und Servicezentrum Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, 81925 München
Beschreibung	Der Tod einer lieben Person überwältigt uns und wir finden vor Schmerz oft keine Worte. Die Farben helfen Ihnen, ihre Gefühle auszudrücken: Ihre Ängste, Ihre Zweifel, Ihre Wut, Ihre Liebe.
Referentinnen	Susanne Cullmann, Kunsttherapeutin, Trauerbegleiterin Cornelia Rommé, Theologin, Trauerbegleiterin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage www.chv-ibb.org
Kosten	35,- Euro (einschl. Material)

15.03.2019	16.00 - 18.00 Uhr	Vortrag mit Gespräch
-------------------	--------------------------	-----------------------------

**Philosophieren im Hospiz
„Erlöse uns von dem Bösen!“**

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Christophorus-Haus Effnerstr. 93, 81925 München
Beschreibung	Für viele ist die letzte Bitte des Vaterunsers („Führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen“) weitestgehend unverständlich. Referentinnen und Referent: Dr. phil. Judith Tech und Dr. Bernd Groth
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage www.chv-ibb.org
Kosten	8,- Euro

23.03.2019	09.30 - 17.30 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Unsere Verabredung mit dem Leben: Achtsamkeit leben und vertiefen

Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V. Karlstr. 56-68, 80333 München, 1. OG rechts
Beschreibung	Eine heilsame Auszeit für alle, die die wohltuende Wirkung von Achtsamkeit schon kennengelernt haben und diese Erfahrung mit Meditation, einfachem Yoga und Qi Gong auffrischen und vertiefen wollen. Leitung: Heike Mayer, MBSR- und Achtsamkeitslehrerin
Voraussetzungen	Vorkenntnisse
Anmeldung	per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40
Kosten	75,- Euro

jeweils 26.03.2019, 10.00 - 11.30 Uhr 06.05.2019, 15.00 - 16.30 Uhr 16.07.2019, 10.00 - 11.30 Uhr	Führung/Infoveranstaltung
--	----------------------------------

Offene Führung Christophorus-Haus

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Christophorus Haus Effnerstraße 93, 81925 München
Beschreibung	Die Führungen vermitteln Interessierten einen Einblick in unser Haus und alle Arbeitsbereiche, ambulant und stationär.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

jeweils 27.03., 24.04., 29.05., 26.06., 31.07., 28.08.2019	10.00 - 12.00 Uhr	Infoveranstaltung
---	-------------------	-------------------

Information und Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

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

29. - 30.03.2019 oder 14. - 15.06.2019	10.00 - 18.00 Uhr (samstags) und 10.00 - 17.00 Uhr (sonntags)	Einführungsseminar
--	--	--------------------

Wochenend-Einführungsseminar

Die Hospizidee und der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Christophorus Haus Effnerstraße 93, 81925 München
Beschreibung	Themen wie zum Beispiel die Hospizidee und ihre Umsetzung; die Kommunikation mit Sterbenden und ihren Angehörigen und die eigene Einstellung zu Sterben und Tod werden im Seminar behandelt. Fragen wie: Was ist Trauer? Was kann trösten? werden besprochen, Berichte aus der Praxis der Hospiz- und Palliativbetreuung vervollständigen das Seminar.
Voraussetzungen	Das Seminar ist nicht geeignet für Menschen in akuter Trauer.
Anmeldung	per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage www.chv-ibb.org
Kosten	75,- Euro / 40,- Euro für CHV-Mitglieder

31.03.2019	09.30 - 17.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Wie Leben und Sterben zusammengehören – Einüben ins Endlichsein

Hospizdienst DaSein e.V. in Kooperation mit der Evangelische Stadtakademie München

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Evangelische Stadtakademie München Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München
Beschreibung	Leben und Sterben gehören zusammen – wie der Fluss zum Meer gehört, in das er fließt. Eine natürliche Selbstverständlichkeit. Aber die Gewissheit, dass unser Leben unweigerlich mit dem Sterben in den Tod übergeht, wird oft lange verdrängt. Dabei wäre es sehr heilsam, den Prozess des Vergehens in das aktive Leben zu integrieren. Leitung: E. Katharina Rizzi, Palliative-Care-Fachkraft, Leiterin Hospizdienst DaSein e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 18.01.2019 bei Evangelischer Stadtakademie telefonisch unter (089) 54 90 270
Kosten	85,- Euro

03.04. und 10.04.2019	18.30 - 21.30 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	Viele Menschen wissen, dass sie sich mit Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung auseinandersetzen sollten. Dabei tauchen viele Fragen auf: Womit beschäftigen sich die jeweiligen Papiere und welche Regelungen lassen sich damit wirksam im Voraus treffen, und wo sind die Grenzen? Diese beiden aufeinander aufbauenden Seminarabende richten sich an Menschen, die bereits eine Vollmacht erteilt haben oder ausüben, und jene, die sich im Entscheidungsprozess befinden. Leitung: Heike Beck und E. Katharina Rizzi, Hospizdienst DaSein e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 28.03.2019 bei der Evangelische Stadtakademie telefonisch unter (089) 54 90 270
Kosten	65,- Euro / 55,- Euro

06.04.2019	10.00 - 14.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

„Mach mal blau“*Hospizdienst DaSein e.V.*

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V. Karlstr. 56-68, 80333 München, 1. OG rechts
Beschreibung	Machen Sie doch einfach mal blau und gönnen Sie sich eine kleine Pause vom Alltagsrott. Tauchen Sie an diesem Tag ein in die bunte Welt der Farben und Formen. Kreative Übungen aus dem Bereich der Kunsttherapie führen Sie zu Ihren inneren Kraftquellen. Sie müssen weder Mal- noch Zeichenkenntnisse mitbringen. Leitung: Susanne Cullman, Kunsttherapeutin, Palliative-Care-Fachkraft
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40
Kosten	40,- Euro

11.04.2019	19.00 - ca. 20.30 Uhr	Vortrag
-------------------	------------------------------	----------------

Patientenverfügung allgemein und bei schwerer Erkrankung*Hospizdienst DaSein e.V.*

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V. Karlstr. 56-68, 80333 München, 1. OG rechts,
Beschreibung	Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbestimmung im Fall schwerer Erkrankung. Leitung: Harald Witt, med.-pfleg. Palliative-Care-Fachkraft, Hospizdienst DaSein e.V.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	5,- Euro

30.04.2019	10.00 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

TrauerSeele

Vergebung und Versöhnung

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Auferstehungskirche Geroltstr. 45, 80339 München
Beschreibung	Oft erleben Hinterbliebene neben ihrer Trauer auch heftige Schuldgefühle: „Hätte ich doch bloß! Heute würde ich manches ganz anders machen! Warum war ich so...?“
Referentin	Pfarrerin Dr. Iris Geyer, geistliche Begleiterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage www.chv-ibb.org
Kosten	45,- Euro

13.05. - 03.06.2019	4x Montagnachmittag, 14.00 - 17.30 Uhr	Einführungsseminar
----------------------------	---	---------------------------

Nachmittag-Einführungsseminar

Die Hospizidee und der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Christophorus Haus Effnerstraße 93, 81925 München
Beschreibung	Folgende Themen werden behandelt, wie zum Beispiel die Hospizidee und ihre Umsetzung; die Kommunikation mit Sterbenden und ihren Angehörigen und die eigene Einstellung zu Sterben und Tod. Fragen wie: Was ist Trauer? Was kann trösten? werden behandelt. Berichte aus der Praxis der Hospiz- und Palliativbetreuung vervollständigen das Seminar.
Voraussetzungen	Das Seminar ist nicht geeignet für Menschen in akuter Trauer.
Anmeldung	per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage www.chv-ibb.org
Kosten	75,- Euro / 40,- Euro für CHV-Mitglieder

14.05.2019	17.00 - 18.30 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

Interesse an ehrenamtlicher Mitarbeit?

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Christophorus Haus Effnerstraße 93, 81925 München
Beschreibung	An diesem Abend stellen wir die vielfältigen Möglichkeiten vor, im Christophorus Hospiz Verein aktiv zu werden. Es besteht die Möglichkeit, das Christophorus Haus sowie haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter kennen zu lernen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

14.05.2019	19.30 Uhr	Vortrag
-------------------	------------------	----------------

„Heimat“ – eine Betrachtung aus philosophischer Sicht
Hospizverein Ramersdorf/Perlach e. V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	ASZ Neuperlach Theodor-Heuss-Platz 5, 81737 München
Beschreibung	Referentin: Dr. Celina von Bezold, Philosophin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

16.05.2019	19.00 - ca. 20.30 Uhr	Vortrag
-------------------	------------------------------	----------------

**Schuld und Scham -
 Philosophische Ideen zur Stärkung**
Hospizdienst DaSein e. V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V. Karlstr. 56-68, 80333 München, 1. OG rechts
Beschreibung	Das Credo unserer westlichen Welt birgt viel Entwicklungspotenzial zur persönlichen Entfaltung, basierend auf Freiheit und Selbständigkeit. Die Kehrseite der Medaille aber ist, dass wir uns auch für vieles verantwortlich fühlen, auch bei Krankheit, Leid und Tod. Mit Hilfe philosophischer Ideen soll etwas Klarheit geschaffen werden. Leitung: Dr. Celina von Bezold, Freie Philosophin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	5,- Euro

22.05.2019	19.00 - ca. 20.30 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	------------------------------	--------------------------

Informationsabend
Hospizdienst DaSein e. V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Hospizdienst DaSein e.V. Karlstr. 56-68, 80333 München, 1. OG rechts
Beschreibung	Für alle an unserer Arbeit Interessierten veranstalten wir offene Informationsabende, an denen wir gerne Ihre Fragen rund um die Hospizarbeit beantworten.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

01. - 02.06, 29. - 30.06, 13. - 14.07.2019 18.06., 09.07.2019,	09.30 - 18.00 Uhr 18.30 - 21.00 Uhr	Seminarreihe
---	--	---------------------

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

Hospizdienst DaSein e.V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Karlstr. 56 -58, 80333 München, 1. OG
Beschreibung	Diese 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. Ein Schwerpunkt liegt darauf, die Achtsamkeit gegenüber sich selbst und anderen zu schulen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@hospiz-da-sein.de oder telefonisch unter (089) 124 70 51 40
Kosten	390,- Euro

05.07.2019	16.00 - 18.00 Uhr	Vortrag mit Gespräch
-------------------	--------------------------	-----------------------------

Philosophieren im Hospiz

Selbstbestimmung und Fremdbestimmung

Christophorus Hospiz Institut für Bildung & Begegnung

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Christophorus-Haus Effnerstr. 93, 81925 München
Beschreibung	Wir wollen doch „selbstbestimmt“ leben! Das ist die allgemeine Überzeugung. Wer und was ist das „Selbst“, das bestimmen will? Gibt es eine „Ethik“ der Selbstbestimmung bzw. ist eine solche überhaupt notwendig? Referentin und Referent: Dr. phil. Judith Tech und Dr. Bernd Groth
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an bildung@chv.org oder auf der Homepage www.chv-ibb.org
Kosten	8,- Euro

16.07.2019	19.30 Uhr	Vortrag
-------------------	------------------	----------------

„Resilienz“

Hospizverein Ramersdorf/Perlach e. V.

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	ASZ Neuperlach Theodor-Heuss-Platz 5, 81737 München
Beschreibung	Resilienz ist die Fähigkeit, kraftvoll und positiv im Leben zu stehen, mit den unterschiedlichen Herausforderungen im Leben souverän umzugehen und sogar gestärkt aus ihnen hervorzugehen.
Referentin	Lydia Herold, Resilienzcoachin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

März bis Juni 2019	4 dreitägige Module	Ausbildung
---------------------------	----------------------------	-------------------

Ausbildung zu ehrenamtlichen Schulmediatorinnen und -mediatoren
Seniorpartner in School Landesverband (SiS)

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger ab 55 Jahren
Veranstaltungsort	Montessori-Bildungszentrum Hirtenstrasse 26, 80335 München, am Hbf.
Beschreibung	Die 84-stündige Weiterbildung zu ehrenamtlichen Schulmediatorinnen und -mediatoren für den Einsatz an Münchner Grundschulen erfolgt durch eine zertifizierte Trainerin. SiS-Schulmediatoren helfen Kindern, ihre Alltagskonflikte gewaltfrei zu lösen.
Voraussetzungen	Lebens- und Berufserfahrung Bereitschaft, regelmäßig Zeit zur Verfügung zu stellen (1x wöchentlich 4-6 Stunden) Freude am Umgang mit Kindern
Anmeldung	bis 31. Januar 2019 per E-Mail an m.kraemer@sis-bayern.de
Kosten	keine

11.03.2019	09.00 - 16.00 Uhr	Basisqualifikation I
-------------------	--------------------------	-----------------------------

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

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich
Veranstaltungsort	Pädagogisches Institut Herrnstr. 19, 80538 München
Beschreibung	Diese Veranstaltung will Ehrenamtlichen den Start in ein Engagement im schulischen Bereich erleichtern. Wir setzen uns mit den Themen Rollenklarheit, Abgrenzung, Umgang mit Erwartungen sowie Kommunikation auseinander. Zudem beschäftigen wir uns mit dem Bereich Grenzen und Konflikte: was tun, wenn Grenzen überschritten werden? Wie kann man Konflikte wertschätzend lösen?
Referentin	Claudia Riedle
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 11.02.2019 per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

jeweils 14.03.2019, 09.05.2019, 11.07.2019	17.30 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
---	--------------------------	--------------------------

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

Zielgruppe	Ehrenamtliche
Veranstaltungsort	MVHS Volkshochschule Guardinistr. 90, 81375 München, Raum 1
Beschreibung	Ehrenamtliche des Lesefüchse e.V. lesen Kindern im Alter von vier bis zehn Jahren wöchentlich in Schulen und Bibliotheken vor. An dem Einführungsabend stellen die Lesefüchse sich und ihre Initiative vor und informieren, wie Ehrenamtliche Lesefüchse werden können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	nicht erforderlich
Kosten	keine

23.03.2019	15.00 - 15.45 Uhr	Lesung
-------------------	--------------------------	---------------

Vorleserunde für kleine (und auch große) Bücherratten

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Kinder von freiwillig engagierten Bürgerinnen und Bürgern und Besucherinnen und Besuchern des MünchnerStiftungsFrühlings
Veranstaltungsort	BMW Welt, Am Olympiapark 1, 80809 München, Kinderebene
Beschreibung	Bücher haben etwas Magisches und Geschichten öffnen Türen. Sie entführen uns in andere Welten, lassen uns in andere Personen oder Rollen schlüpfen. Anderen Menschen vorzulesen, seien es Kinder oder Erwachsene, lässt uns das Glück, das wir beim Lesen empfinden, dann auch noch teilen. Ob Bilderbücher, Märchen oder Kurzgeschichten– bei Laura Schneider ist die eigene Freude am Vorlesen spürbar und überträgt sich auf ihr Publikum. Alle Bücherratten sind herzlich willkommen!
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	keine

09.04.2019	09.00 - 16.30 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Fit im Ehrenamt:

Stärken erkennen und Ressourcen nutzen

Freiwilligen-Agentur Tatendrang

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich
Veranstaltungsort	Pädagogisches Institut Herrnstr. 19, 80538 München
Beschreibung	Im ehrenamtlichen Engagement geht es in der Regel darum, Kinder und Jugendliche dabei zu unterstützen, bestimmte Defizite auszugleichen oder aufzuholen. Dabei gerät häufig aus dem Blick, dass sie bereits über viele hilfreiche Ressourcen verfügen. Der Blick auf das, was die Kinder an Talenten und Kompetenzen mitbringen stärkt ihr Selbstvertrauen und ermutigt sie, Herausforderungen selbst zu meistern. Diese Weiterbildung zeigt Ihnen, wie Sie sich als „Schatzsucher“ in Ihrem Ehrenamt betätigen können.
Referentinnen	Christina Bayer und Susanne Loibl
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 09.03.2019 per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

10.05.2019	14.30 - 17.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Fit im Ehrenamt:

Silent Books – textfreie Bilderbücher als Sprechanlass für Kinder und Jugendliche

Freiwilligen-Agentur Tatendrang

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich
Veranstaltungsort	Pädagogisches Institut Herrnstr. 19, 80538 München
Beschreibung	Neuerdings gibt es viele sogenannte „Silent Books“ auch bei uns – textlose Bilderbücher, die sich an eine große Leserschaft aus vielen Altersgruppen und Kulturen richten. Bücher ohne Worte können Kinder zum Reden bringen. Wenn ganze Geschichten mit Bildern erzählt werden, verstehen jedoch nicht alle unbedingt dasselbe. Sprech-, Schreib- und Erzählanlässe mit „Silent Books“ machen die Arbeit im Ehrenamt auch mit Geflüchteten lebendig und fördern die bildnerischen und sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten. Neben dem Kennenlernen beispielhafter Bücher erwarten Sie praktische Übungen, Spiele und methodische Anregungen.
Referentin	Jule Pfeiffer-Spiekermann
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 10.04.2019 per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

16.05.2019	14.30 - 17.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Fit im Ehrenamt:

Beziehung und Bindung im Kinder- und Jugendalter

Freiwilligen-Agentur Tatendrang

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich
Veranstaltungsort	Pädagogisches Institut Herrnstr. 19, 80538 München
Beschreibung	Beziehung und Bindung in Kindheit und Jugend sind von elementarer Bedeutung für die Entwicklung. Für jede pädagogische Arbeit sind die Erkenntnisse der Bindungsforschung von großem Wert. Sie helfen uns, problematische Verhaltensmuster zu verstehen und weisen auf Möglichkeiten hin, wie man durch sensibles pädagogisches Verhalten für Kinder und Jugendliche emotionale Sicherheit schaffen kann.
Referentin	Dr. Nevena Vuksanovic
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 15.04.2019 per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

28.05.2019	14.30 - 17.30 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

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

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich
Veranstaltungsort	Pädagogisches Institut Herrnstr. 19. 80538 München
Beschreibung	In den letzten Jahren hat sich in der Schule vieles verändert. Oft stehen wir als Erwachsene vor eigentlich einfachen Rechenaufgaben und wissen nicht, wie wir sie den Kindern erklären sollen. In diesem Kurs bekommen Sie einen Einblick in die wichtigsten Lehrplaninhalte der Mathematik (Klassen 1-6) und erfahren spielerisch mit viel Material, wie man Kinder nicht nur beim Rechnen unterstützen kann. Anhand zahlreicher praktischer Beispiele werden wir Ihnen zeigen, wie Sie Kindern anschaulich und mit Freude bei mathematischen Aufgabenstellungen und Schwierigkeiten helfen können.
Referentinnen	Susanne Kirchhoff, Susanne Theil
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 30.04.2019 per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

04.06.2019	09.00 - 16.00 Uhr	Basisqualifikation II
------------	-------------------	-----------------------

Fit im Ehrenamt:
Einen Blick riskieren – Gemeinsamkeiten und Unterschiede bei der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen aus verschiedenen Kulturkreisen
Freiwilligen-Agentur Tatendrang

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger im Bildungsbereich
Veranstaltungsort	Pädagogisches Institut Herrnstr. 19, 80538 München
Beschreibung	Im Seminar nähern Sie sich spielerisch und mithilfe methodischer und eindrücklicher theoretischer Impulse dem Begriff „Kultur“. Sie machen sich auf die Suche nach Ihren eigenen kulturellen Prägungen und hinterfragen, wie diese Ihr Verhalten gegenüber anderen Menschen beeinflussen. Sie erhalten Anregungen für interkulturelle Gesprächssituationen.
Referentin	Dr. Barbara Rink
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 15.05.2019 per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

23.03.2019	12.00 - 14.45 Uhr	Vortrag
-------------------	--------------------------	----------------

Starke Frauen – Eine Reise zu mehr Selbstvertrauen

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und alle Besucherinnen des MünchnerStiftungsFrühlings
Veranstaltungsort	BMW Welt, Am Olympiapark 1, 80809 München, Business Center 1a
Beschreibung	Ein interaktiver Vortrag für alle Frauen, die für ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben plädieren. Es geht um ein erhöhtes Frauenbewusstsein. Das Selbstbild braucht kein Idol, es braucht Vorbilder. Was können Sie von Vorbildern lernen? Es fehlt oft an Selbstvertrauen in die eigene Fraulichkeit. Nutzen Sie die Stärken, die Ihnen das Leben mitgegeben hat!
Referentin	Angela Spangenberg Struckmeyer, Personal Coachin
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	keine

23.03.2019	14.00 - 14.45 Uhr	Konzert
-------------------	--------------------------	----------------

Das Alphornkollektiv

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und alle Besucherinnen und Besucher des MünchnerStiftungsFrühlings
Veranstaltungsort	BMW Welt, Am Olympiapark 1, 80809 München, Bühne Auditorium
Beschreibung	„Wer Dich beflügelt, den nimm zum Freund!“ (Meister Eckhart – Leitmotiv des Alphornkollektivs). Das Alphornkollektiv agiert in einem authentischen Kunstverständnis, in dem jeder seinen Platz selbst definiert. Die Events des Kollektivs gehorchen den Gesetzen des kreativen Rauschs. Sie entstehen spontan, emotional und intuitiv, von Situationsenergien aufgeladen. Deshalb folgt die Arbeit des Kollektivs keinem festen Plan oder Programm. Auftritte sind gleichzeitig Erlebnisse auf dem Weg der Findung.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	keine

27.03.2019	18.30 - 20.00 Uhr	Lesung mit Diashow
-------------------	--------------------------	---------------------------

Zwischen Alltag und Bergromantik

Stiftung Gute-Tat München & Region in Kooperation mit der Sektion Gay Outdoorclub im DAV

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Alpines Museum Praterinsel 5, 80538 München, Festsaal
Beschreibung	Auf der Alm ist das Leben immer noch wie vor Jahrhunderten. Die Tage vergehen im Einklang mit der Natur und im Rhythmus der Jahreszeiten. Diese Lesung mit Dia-Show lässt ins echte Almleben eintauchen und spürt Sehnsuchtsorte nah am Himmel auf. Ein Senner und eine Sennerin kommen ebenfalls zu Wort und erzählen aus ihrem harten Alltag am Berg, aber auch, warum sich ein Sommer auf der Alm trotz des enormen Arbeitspensums dennoch lohnt. Autorin: Karin Lochner (www.karinlochner.de), Fotograf: Peter von Felbert (www.felbert.de)
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 21.03.2019 per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	Spenden erwünscht

12.03. und 19.03.2019	18.00 - 20.30 Uhr	Workshop
-----------------------	-------------------	----------

Nur so daher gesagt?

Workshop zum Umgang mit kritischen Aussagen

Münchner Bildungswerk e.V. und Evangelisches Bildungswerk e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	12.03.2019 im EBW, Herzog-Wilhelm-Straße 24, 80331 München 19.03.2019 im MBW, Dachauerstr. 5, 80335 München
Beschreibung	Was mache ich mit Aussagen, die ich schwierig, rassistisch, antisemitisch,...finde? Manchmal fällt es nicht leicht im eigenen Umfeld gut darauf zu reagieren. Nutzen Sie das Seminar um die Hintergründe solcher Aussagen zu erkennen und zu einer eigenen Haltung zu finden. Durch praktische Übungen trainieren Sie Ihre Kommunikation und entwickeln konkrete Ideen, wie Sie reagieren können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	für beide Abende per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	keine

13.03.2019	18.30 - 20.00 Uhr	Vortrag mit Workshop
------------	-------------------	----------------------

„Wilders, Le Pen, Strache und Co.“

Europas Rechte als Gefahr für die Demokratie?

Münchner Bildungswerk e.V. in Zusammenarbeit mit dem Evangelischen Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Münchner Bildungswerk Dachauerstr. 5, 80335 München
Beschreibung	Unsere modernen westeuropäischen Staaten zeichnet eine große Vielfalt aus. Sie sind bunte, demokratische Gesellschaften, die durch rechtspopulistische Parteien stark in Frage gestellt und bekämpft werden. Der Abend soll über rechtspopulistische Parteien in Europa sowie Begriffe wie "Volk", "Leitkultur" und "Rechtsextremismus" aufklären und zeigen, wie moderne Demokratien funktionieren.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

16.03.2019	09.00 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Humanitäres Völkerrecht für Einsteiger*innen
Bayerisches Rotes Kreuz, Kreisverband München

Zielgruppe	Freiwillig Engagierte zwischen 16 und 26 Jahre, die sich für das Humanitäre Völkerrecht interessieren.
Veranstaltungsort	Geschäftsstelle des Münchner Roten Kreuzes Perchtinger Straße 5, 81379 München
Beschreibung	Die Verbreitung des Humanitären Völkerrechts (also den zwischenstaatlichen Vereinbarungen zum Schutz der Opfer bewaffneter Konflikte) ist eine der Aufgaben, mit denen die Bundesrepublik das Rote Kreuz beauftragt hat. Wir unterstützen dieses Ziel mit einem speziellen Seminarangebot. Es richtet sich an junge Menschen von 16 bis 26 Jahren, die noch keine oder geringe Vorkenntnisse haben. In diesem Seminar schaffen wir zunächst ein gemeinsames Verständnis vom Humanitären Völkerrecht, damit wir eine gemeinsame Grundlage haben. Anschließend befassen wir uns in Kleingruppen mit konkreten Fragestellungen anhand von Fallbeispielen. Die Ergebnisse diskutieren wir dann miteinander.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 01.03.2019 per E-Mail an gabriel.buecherl@brk-muenchen.de.
Kosten	keine

19.03.2018	17.00 - 20.30 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Was sind (unsere) Werte? Wertekonflikte als Ausgangspunkte für Wertebildung
Interkulturelle Akademie der Inneren Mission München

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Innere Mission München Landshuter Allee 40, 80637 München
Beschreibung	Wie wollen wir zusammenleben – was ist wichtig, was gilt als wertvoll und gut? Im Gespräch mit Geflüchteten geht es nicht nur um praktische Fragen des Alltags in Deutschland, sondern auch um einen Erfahrungsaustausch. Hierbei spielt die Auseinandersetzung mit Werten, welche mitunter auch als fremd erscheinen können, eine wichtige Rolle. Deshalb ist es wichtig, die Bildung und den Umgang mit den eigenen und (vermeintlich) fremden Werten zu reflektieren. Was unterscheidet das Vermitteln von Verhaltensregeln und Normen einerseits von Wertebildung andererseits? Wie können selbst erlebte Wertekonflikte aufgenommen und zu einem Bildungsprozess für alle Beteiligten werden? Mit diesen Fragen beschäftigt sich der interaktive und erfahrungsbezogene Workshop.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 15. März per E-Mail an ika@im-muenchen.de
Kosten	keine

jeweils 21.03.19, 23.05.19, 25.07.19	19.30 Uhr	Infoveranstaltung
--------------------------------------	-----------	-------------------

Herausforderung Integration: Machen Sie mit! INSOMI e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Beschreibung	Alle reden von Integration. Doch das Ankommen in unserer Gesellschaft geschieht nicht von selbst. Wenn auch Sie Verantwortung übernehmen wollen, sind Sie herzlich eingeladen, sich über die Möglichkeiten einer Mentorinnen-, beziehungsweise Mentorinnen-/ Mentorenschaft für Geflüchtete zu informieren. Auf unseren Informationsabenden erfahren Sie, wer INSOMI e. V. ist. Im Mittelpunkt stehen darüber hinaus die Inhalte einer Mentorinnen-/ Mentorentätigkeit und die Möglichkeiten der Unterstützung für die Mentorinnen und Mentoren durch uns.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis einen Tag vor der Veranstaltung per E-Mail an annette.sommer@insomi.org
Kosten	keine

03.04.2019	18.30 - 20.00 Uhr	Workshop mit Diskussion
------------	-------------------	-------------------------

Kultur und Sexualität Aspekte zum Sexualverständnis im Islam Münchener Bildungswerk e.V. in Zusammenarbeit mit AMYNA e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Münchener Bildungswerk Dachauerstr. 5, 80335 München
Beschreibung	Im interkulturellen Kontext entstehen oft Unsicherheiten im Umgang mit dem Thema "Sexualität": Wie kann man über das Thema sprechen ohne persönliche Grenzen, auch unwissentlich, zu überschreiten? Sie erhalten praxisnah und kompakt wichtige Grundinformationen zum islamischen Verständnis von Sexualität und die Möglichkeit, Ihre Fragen und Anliegen einzubringen. Unsere Expertin wird in einem Vortrag mit anschließendem Austausch für Sie da sein.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

08.04.2019	17.30 - 21.00 Uhr	Impulsvortrag, Diskussion
------------	-------------------	---------------------------

**Psychische Erkrankungen bei Geflüchteten
Erkennen und reagieren**

Münchener Bildungswerk e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Münchener Bildungswerk Dachauerstr. 5, 80335 München
Beschreibung	Immer häufiger haben ehrenamtlich Engagierte in ihrer Arbeit mit Menschen zu tun, die keine Kraft haben ihre Zukunft aktiv zu gestalten. Einige fragen nach Jobs und Deutschkursen und können die Termine schließlich nicht wahrnehmen. In solchen Situationen kommen zahlreiche Fragen auf: Sind die Betroffenen depressiv oder traumatisiert? Wie viel Druck darf man ausüben? Wie geht man damit um, wenn Hilfsangebote (Arzt, Therapie, sozialmedizinischer Dienst) nicht angenommen werden? Antworten auf diese Fragen und Hintergrundwissen zu psychischen Erkrankungen gibt Ihnen Dr. Birsan Kahraman.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

06.05.2019	18.30 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Job gesucht!

Rechtliche Hintergründe zur Beschäftigungserlaubnis von Geflüchteten

Münchener Bildungswerk e.V.

in Zusammenarbeit mit Malteser Hilfsdienst e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Münchener Bildungswerk Dachauerstr. 5, 80335 München
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? Rechtsanwalt Felix Briesenick und Jobmentoren-Koordinatorin Rahel Wacker geben darauf Antworten. 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.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

08.05.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

Einführung in das deutsche Gesundheitssystem

Selbsthilfzentrum München

Zielgruppe	Engagierte in Selbsthilfgruppen und -initiativen
Veranstaltungsort	Selbsthilfzentrum München Westendstr. 68, 80339 München, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	Das Ethno-Medizinische Zentrum e. V. (EMZ) setzt sich für die gesundheitliche Teilhabe und Chancengleichheit für Migrantinnen und Migranten ein und hat dafür 2003 das MiMi-Programm (Mit Migranten für Migranten) ins Leben gerufen. Im Rahmen der MiMi-Gesundheitsinitiative werden muttersprachliche und kultursensible Infoveranstaltungen rund um Gesundheitsthemen angeboten. Bei dem Informationsvortrag „Einführung in das deutsche Gesundheitssystem“ werden folgende Aspekte behandelt: Krankenversicherung, Arztbesuch, in der Apotheke, Zahnarztbesuch, Krankenhausaufenthalte und Verhalten bei Notfällen.
Referentin	Ayrin Nazeman, Gesundheitsmediatorin, MiMi-Zentrum für Integration Bayern
Voraussetzungen	Engagement oder Mitglied in einer Selbsthilfgruppe
Anmeldung	eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an ulrike.zinsler@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-21
Kosten	keine

23.05.2018	10.00 - 18.30 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Einführungsseminar Trauma

Interkulturelle Akademie der Inneren Mission München in Kooperation mit der Stiftung Wings of Hope Deutschland

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Innere Mission München Landshuter Allee 40, 80637 München
Beschreibung	Traumatische Erfahrungen sind Extrem-Stresssituationen. Sie erfahren im Seminar, welche körperlichen und emotionalen Auswirkungen auftreten und welche Verhaltensweisen oder Beschwerden Betroffene häufig zeigen. Sie lernen, wie Sie feinfühlig mit traumatisierten Geflüchteten umgehen können und erhalten Tipps zur guten Selbstfürsorge sowie Aktivierung Ihrer eigenen Kräfte und Ressourcen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 16.05.2019 per E-Mail an ika@im-muenchen.de
Kosten	keine

04.06.2019	18.00 - 20.30 Uhr	Aufbauschulung und Austausch
-------------------	--------------------------	-------------------------------------

Traumaspreekstunde

Münchner Bildungswerk e.V. in Zusammenarbeit mit der Interkulturellen Akademie der Inneren Mission

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit
Veranstaltungsort	Münchner Bildungswerk Dachauerstr. 5, 80335 München
Beschreibung	Für alle, die bereits eine Traumafortbildung im Kontext Flucht besucht haben und noch konkrete Fragen haben, kompetenten Rat suchen und sich noch sicherer im Umgang mit traumatisierten Menschen fühlen möchten. Sie erhalten Anregungen und Möglichkeiten zum praxisnahen Austausch mit einer erfahrenen Traumatherapeutin.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

30.06.2019	10.00 - 13.00 Uhr	Impulsvortrag mit Austausch
-------------------	--------------------------	------------------------------------

Gastfreundschaft – Von der Freude einen Gast willkommen zu heißen

Münchner Bildungswerk e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger in der Integrations- und Flüchtlingsarbeit UND Menschen mit Migrationshintergrund
Veranstaltungsort	telefonisch unter (089) 54 58 05-0 erfragen
Beschreibung	Gastfreundschaft spielt in vielen Kulturen eine ganz zentrale Rolle. Wir laden zu einem interkulturellen Workshop-Brunch ein. In lockerer Atmosphäre sprechen wir darüber wie schön Gastfreundschaft ist, wie die eigenen Erfahrungen sind und welche Rolle interkulturelle Hintergründe spielen. Das gemeinsame Essen rundet den Tag ab.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail oder telefonisch
Kosten	keine

10.04., 10.05., 05.06., 29.06. und 26.07.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Grundkurs
--	--------------------------	------------------

Fundraising Lehrgang

IBPro e.V.

Zielgruppe	Engagierte Bürgerinnen und Bürger, die neue Finanzierungswege für soziale Organisationen erschließen möchten, Fundraising-Neulinge, Interessierte Quereinsteigerinnen und Quereinsteiger
Veranstaltungsort	IBPro e. V., Lindwurmstr. 129a, 80337 München, Seminarraum
Beschreibung	Das erste Modul des Fundraising-Lehrgangs erläutert die Grundlagen für erfolgreiches Fundraising. Die Referentinnen Tina Keeling und Christine Gediga erläutern, wie Sie Ihre Organisation finanziell auf nachhaltige Beine stellen. In den weiteren 4 Modulen erfahren Sie alles über Antragsmittel, Öffentlichkeitsarbeit, Organisationsentwicklung und Instrumente des Fundraisings. Ein sechster Seminartag ist frei wählbar und kann zur Vertiefung eines bestimmten Themas gewählt werden. Dieses Seminar kann auch ohne Teilnahme am Lehrgang gebucht werden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@ibpro.de weitere Informationen auf www.ibpro.de
Kosten	890,- Euro für den gesamten Lehrgang 145,- Euro für das wählbare Seminar

17.04.2019	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, Veranstaltungsraum (EG)
Beschreibung	Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen, die sich mit sozialen Themen befassen, können eine finanzielle Förderung durch die Landeshauptstadt München erhalten. In der Veranstaltung werden die Förderrichtlinien und die Förderziele für Selbsthilfegruppen im sozialen Bereich vorgestellt und erläutert. Es wird in die Erstellung von Förderanträgen und Verwendungsnachweisen eingeführt. Zudem werden wichtige Neuerungen in den Förderrichtlinien vorgestellt. Diese Informationsveranstaltung wird in Kooperation mit dem Sozialreferat der Landeshauptstadt München durchgeführt.
Referenten	Erich Eisenstecken (SHZ) und Günter Schmid (Sozialreferat)
Voraussetzungen	Engagement oder Mitglied in einer Selbsthilfegruppe im sozialen Bereich
Anmeldung	eine Woche vor der Veranstaltung per E-Mail an erich.eisenstecken@shz-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 53 29 56-16
Kosten	keine

11.03.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

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

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Wer ältere Menschen ehrenamtlich begleitet, wird oft mit existenziellen Fragen um Leben und Glauben konfrontiert: Was ist der Sinn meines Lebens? Warum muss ich so leiden? Hierbei spielen die Motivation und Spiritualität der Begleiterinnen und Begleiter eine zentrale Rolle. Ihre Einfühlsamkeit kann eine Vertrauensbasis schaffen, damit der ältere Mensch sein Herz öffnet und das, was ihn wirklich beschäftigt, ins Gespräch bringt. Dieses Seminar trägt dazu bei, den Herausforderungen solcher Situationen gewachsen zu sein.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	15,- Euro

12.03.2019	17.30 - 19.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

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

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	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	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	keine

14.03.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Spaziergang im Sitzen – Eine Erzählrunde zur Biografiearbeit

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	„Spaziergang im Sitzen“ beschreibt eine Erzählrunde zur Biografiearbeit, die für Bewohnerinnen und Bewohner von Alten- oder Pflegeheimen konzipiert ist. Ohne sich vom Stuhl fortbewegen zu müssen, können „Spaziergänge im Kopf“ unternommen werden – vor allem in die Geschichte(n) und somit die Biografien der Menschen selbst. Dabei können sich die Teilnehmenden individuell, aber auch gemeinsam, erinnern und neue Geschichten können entstehen. Dies können sie als positiv erleben und es dient der Stärkung des Selbstbewusstseins. Im Seminar erleben Sie eine Erzählrunde und üben Storytelling.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

18.03.2019	13.00 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Falsche Beamte, Enkeltrick, Dämmerungseinbrüche

Fortbildung für Tätige in der Altenhilfe (I170000)

Münchner Volkshochschule in Kooperation mit dem Evangelischen Bildungswerk München e.V. und dem Münchner Bildungswerk.

Zielgruppe	Ehren-/Hauptamtlich Tätige in der Altenhilfe
Veranstaltungsort	Münchner Volkshochschule Stadtbereichszentrum Ost Severinstr. 6, 81541 München
Beschreibung	Ob Trickbetrügereien am Telefon oder falsche Polizistinnen und Polizisten an der Haustüre, überwiegend gehen die Betrügerinnen und Betrüger Seniorinnen und Senioren an, um deren Unsicherheit und mögliche körperliche Einschränkungen schamlos auszunutzen. Kriminalrat Arno Helfrich von der Opferschutzstelle der Münchner Polizei stellt in seinem Vortrag die aktuellen Tricks der Betrüger vor, gibt Tipps und beantwortet Fragen, wie man die Maschen erkennt und Schaden verhindert.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	telefonisch unter (089) 480 06-62 39/-67 50 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	keine

jeweils 23., 24.03.2019 06., 07.04.2019 11., 12., 18., 19.05.2019 13., 14., 20., 21.07.2019	jeweils 09.00 - 17.30 Uhr	Schulung
--	------------------------------	----------

Schulung zur Alltagsbegleiterin und zum Alltagsbegleiter

Dein Nachbar e.V.

Zielgruppe	Freiwillige Helferinnen und Helfer, die ältere hilfsbedürftige Menschen im Alltag unterstützen möchten
Veranstaltungsort	Dein Nachbar e.V. Agnes-Bernauer-Str. 90, 80687 München
Beschreibung	Die Schulung vermittelt Basiswissen über Krankheitsbilder und den Umgang mit pflegebedürftigen Menschen. Sie lernen Methoden und Möglichkeiten der Betreuung und Kommunikationsarten kennen und erwerben Handlungskompetenzen. Die Schulung ist sehr kurzweilig und praxisnah und wird von erfahrenen Pflegefachkräften durchgeführt.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	2 Wochen vor Schulungsbeginn per E-Mail an info@deinnachbar.de
Kosten	für ehrenamtliche Helfer des Vereins kostenfrei

26.03.2019	10.00 - 16.30 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Opernworkshop „Parsifal“: Richard Wagners Bühnenweihfestspiel in drei Aufzügen

Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, Seminarraum, 3. Stock
Beschreibung	In Parsifal nimmt Richard Wagner die Gralsthematik des Lohengrin wieder auf, die Gralswelt hat sich jedoch verändert, ist selbst rettungsbedürftig geworden. Gralskönig Amfortas erliegt der verführerischen Kundry, eine Verfehlung! Tief verwundet verweigert er seither sein Amt. Hilfe kann nur ein Außenstehender bringen: Parsifal, der reine Tor. In Wagners letzte und sehr komplexe Oper möchten wir Sie einführen. Parsifal steht in einer Neuproduktion auf dem Spielplan der Bayerischen Staatsoper. Aufführungen sind am 24.03., 28.03., 31.03.2019.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 19.03.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	20,- Euro

29.03.2019	10.00 - 16.30 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Mit Schwung und Elan ins Frühjahr – Tanzen im Sitzen für AnfängerInnen und NeueinsteigerInnen
Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG
Beschreibung	Es erwarten Sie abwechslungsreiche Tänze im Sitzen mit unterschiedlicher Musik in verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Diese werden je nach Leistungsvermögen in der eigenen Gruppe individuell eingeführt. Instrumente und Handgeräte verleihen dem Tanztag ein besonderes Flair. Bitte bringen Sie folgende Hefte mit: TEM2 i.S. Teil 1 und 2 CD Nr. VKJK 0623 Weiterbildung 16 i.S. CD Nr. VKJK 0804, zu bestellen bei verband@seniorentanz.de .
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 15.03.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

03.04.2019	13.00 - 17.00 Uhr	Workshop
-------------------	--------------------------	-----------------

Literaturworkshop „Parsifal“: „In einem Eisenarm wurde ich noch nie recht warm“
Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, Seminarraum, 3. Stock
Beschreibung	Mit diesen Worten vertröstet eine Angebetete ihren Ritter. In Wolfram von Eschenbachs Parzival geht es so gar nicht wagnerisch-entsagend zu: die berühmte hohe Minne ist keineswegs nur platonisch, Erotik eine schöne Selbstverständlichkeit, wie auch Parzivals Frauenbegegnungen. Unter diesem Gesichtspunkt widmen wir uns Wolframs Werk und stellen eine Auswahl durchaus vergnüglicher Original-Textstellen vor. Dieser Workshop ist eine empfehlenswerte Ergänzung zum Opernworkshop.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 27.03.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	10,- Euro

08.04.2019	18.00 - 19.30 Uhr	Vortrag mit Fragerunde
------------	-------------------	------------------------

“Neue Altersbilder” – Wenn ich alt bin, werd’ich...? Grenzenloser Aktivismus versus Ruhe im Alter
Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat München & Region, Ridlerstraße 31 d, 80339 München
Beschreibung	Über den unschätzbaren Wert älterer und alter Gehirne: Neue fundierte Gewissheiten aus der Gehirnforschung zu den Stärken des Gehirns ab dem 50. Lebensjahr, die mit alten Gewissheiten aufräumen und dem Alter scheinbar kaum noch Grenzen setzen. Aber ‘Wer oder Was’ gibt ‘Wie’ dem immer länger andauernden Alterungsprozess ohne Schönfärberei Sinn? Welche Altersbilder sind heute zeitgemäß und hilfreich als Vorbereitung auf eine Gesellschaft im demografischen Wandel? Wie lange sollten wir arbeiten, wie viel Neues uns immer wieder zumuten, und wie viel Introversion ist notwendig für einen gelungenen Alterungsprozess? Die Herausforderungen neuer Grenzverschiebungen im Alter als Spagat zwischen Selbstoptimierung, Zweckoptimismus, Selbst- oder Fremdbestimmung und dem notwendigen Bedürfnis, endlich in Ruhe altern zu dürfen.
Referentin	Dagmar Wagner
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 01.04.2019 per E-Mail an muenchen@gute-tat.de
Kosten	10,- Euro

11.04.2019	13.00 - 17.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

GROßE FRAUEN – klein geredet
Entwicklung des Frauenbildes von der Antike bis zur Moderne – Teil II
Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, Seminarraum, 3. Stock
Beschreibung	Schon immer gab es erfolgreiche Frauen, deren Leistungen ignoriert oder von der Nachwelt klein geredet wurden. In unserer Reihe setzen wir uns mit der Entwicklung des Frauenbildes auseinander und gehen der Frage nach, warum Frauen, die nicht dem traditionellen Rollenbild entsprachen, vergessen bzw. ihre Biografien umgedeutet wurden. Wir widmen uns in einem zweiten Teil der Reihe mit großen Frauen aus dem Mittelalter bis zur Renaissance, deren außergewöhnliche Lebenswege wir kreativ mit Vortragselementen lebendig werden lassen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 04.04.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	10,- Euro

30.04, 03.05, 07.05, 10.05 und 14.05.2019	09.30 - 15.45 Uhr	Kurs
--	--------------------------	-------------

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

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und pflegende Angehörige
Veranstaltungsort	Seminar für ehrenamtliche pflegerische Dienste Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Der Kurs vermittelt Kenntnisse zu folgenden Themen: Einführung und Gesprächsführung, das soziale Umfeld, Soziale Hilfen/Pflegeversicherung, Sensibler Umgang mit anderen Kulturen, Seelsorge, Wohnformen im Alter, Rechtsfragen für Helferinnen und Helfer und gesunde Ernährung im Alter.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 23.04.2019
Kosten	20,- Euro

06.05.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Die vier Geschenke der Hochaltrigkeit – Versteckte Potentiale entdecken und kreativ nutzen *Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk*

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Dachauer Straße 5, 80335 München, 2. Stock
Beschreibung	Die letzte Lebensphase und gerade auch Hochaltrigkeit birgt eine Vielzahl von Potentialen, auch bei Menschen mit Demenz. Der renommierte Gerontopsychologe Andreas Kruse benennt vier Potentiale: die vier Geschenke der Hochaltrigkeit. Im Seminar geht es darum, diese Ressourcen und Gewinne für die Begleitung an Demenz erkrankter und hochaltriger Menschen kreativ zu nutzen. Im Seminar erleben Sie den Einsatz kreativer Übungen u. a. aus der Biografiearbeit und erhalten praktische Ideen zur Umsetzung im Alltag.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

07.05.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Positives Zeiterleben – Meine Zeit im Alter gestalten

Evangelisches Bildungswerk München

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Im Gegensatz zum klassischen Zeitmanagement geht es beim positiven Zeiterleben um Achtsamkeit, Hingabe und darum, die Zeit anders zu erleben. Ältere Menschen können davon profitieren und das Gefühl von Fülle spüren: Die Zeit lässt sich individuell begreifen und das Leben kann präventiv und positiv gestaltet werden. Mit Übungen und mentalen Techniken wird ein Erlebnisraum eröffnet - weg vom Gefühl getrieben und zeitlich gestresst zu sein, ob durch Ehrenämter, Familie oder andere Verpflichtungen - hin zu einem Gefühl, Zeit in Fülle zu besitzen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	40,- Euro / Ehrenamtliche 30,- Euro

08.05.2019	09.30 - 17.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Singen und Bewegung – Vom Walzer bis zur Tarantella

Evangelisches Bildungswerk München und Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, Angehörige und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, 3. Stock
Beschreibung	Tanzen im Sitzen fördert – besonders auch bei hochbetagten Menschen – Konzentration, Koordination, Beweglichkeit, bringt Freude in geselliger Runde und verbessert somit das Allgemeinbefinden. An diesem Seminartag lernen Sie Tänze im Sitzen kennen, die in einfachen Bewegungsformen nach Jahreszeiten und Fahrtenliedern auf ansprechende Musik choreografiert sind. Das gesamte Programm eignet sich für bewegungseingeschränkte und demenziell erkrankte Menschen. Auch für die Mitgestaltung von Festen und Feiern bieten sich die Choreografien an.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an service@ebw-muenchen.de
Kosten	45,- Euro / Ehrenamtliche 25,- Euro

09.05.2019	14.00 - 17-30 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

**Notfälle bei älteren Menschen
Ein Erste - Hilfe - Kurs für Helfer*innen und Angehörige**

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	Ehrenamtliche in der Seniorinnen- und Seniorenbegleitung
Veranstaltungsort	Offene Altenarbeit der Hilfe im Alter gGmbH, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Plötzliche Zustandsveränderungen können Zeichen von Notsituationen sein, auf die schnell reagiert werden muss. Reicht es aus, den Menschen zu beruhigen oder sollte der Notarzt geholt werden? Es geht an diesem Nachmittag darum, kritische Situationen bewerten und einschätzen zu lernen. Dazu werden wir mögliche Symptome betrachten und eine Einordnung nach Schweregrad vornehmen. Damit Sie bei medizinischen Notfällen mit Seniorinnen und Senioren adäquat reagieren können, erfahren und probieren Sie hilfreiches Verhalten in kritischen Situationen aus: Vom Stuhl gefallen, Atemnot oder Schmerzen in der Brust, sind nur einige Beispiele, die wir besprechen und bearbeiten. Anhand von Fallbeispielen werden Handlungsabläufe praktisch geübt.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 02.05.2019
Kosten	keine

14.05.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
-------------------	--------------------------	--------------------------

Hilfe für Senioren in stationären Alten- und Pflegeheimen und ab 2019 ambulante Hilfe zur Pflege – die Leistungen der Sozialhilfe durch den Bezirk Oberbayern

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. - Betreuungsverein

Zielgruppe	Interessierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Regionalbüro Oberbayern der Bayerischen Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Arnulfstr. 22, 80335 München, 2.Stock, Nähe Hbf
Beschreibung	Herr Jens Bürger vom Bezirk Oberbayern beschreibt die Sozialhilfeleistungen bei der Pflege im Heim und klärt auf über einzusetzendes Vermögen und etwaige Ansprüche gegenüber Dritten. Auch die ambulante Hilfe zur Pflege wird thematisiert. Fragen können im Anschluss gerne gestellt werden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 13.05.2019 per E-Mail an betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de oder telefonisch unter (089) 820 62 05 bzw. (089) 89 69 12 32
Kosten	keine

17.05.2019	10.00 - 16.30 Uhr	Tanz-Seminar
-------------------	--------------------------	---------------------

Tanz zur Maienzeit
Seniorentanz von Gestern bis Heute
Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, EG
Beschreibung	Wer kennt sie noch: Die Show of Your Lady oder den Bossa Nova? An diesem Tag begegnen Sie Tänzen aus dem reichhaltigen Programm des Seniorentanzes seit über 30 Jahren. Ob bei Tänzen im Block oder im Kreis, als Paartanz, Quadrille oder Gasse, als Tanzleiterin können Sie in einer vielfältigen Auswahl neue Impulse erhalten. Herzlich eingeladen sind Sie auch, wenn Sie einfach nur mittanzen möchten.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 03.05.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	26,- Euro

22.05.2019	13.00 - 16.00 Uhr	Vortrag
-------------------	--------------------------	----------------

Nicht mit uns! – Sicherheit für Senioren bei Trickdiebstahl (I170020)
Münchner Volkshochschule

Zielgruppe	Seniorinnen und Senioren
Veranstaltungsort	Münchner Volkshochschule, Stadtbereichszentrum Ost Severinstr. 6, 81541 München
Beschreibung	Sie erhalten einen Überblick über die aktuelle Kriminalitätsentwicklung bei den Betrugsmaschen in München und die besonderen Gefährdungen im Bereich des Trickdiebstahls an der Haustür, am Telefon, auf der Straße und im Internet. Polizeihauptkommissar Dieter Heumann von der Polizeiinspektion 23 gibt Ihnen Tipps und Ratschläge, wie Schaden verhindert und das persönliche Sicherheitsempfinden gestärkt werden kann und wie man sich im Falle eines Falles verhalten soll.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	telefonisch unter (089) 480 06-62 39/-67 50 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	keine

22.05.2019	15.00 - 17.00 Uhr	Vortrag
------------	-------------------	---------

»Wir riefen Arbeitskräfte, und es kamen Menschen«

Ein Zeitzeugengespräch

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	Ehrenamtliche in der Seniorinnen- und Seniorenbegleitung
Veranstaltungsort	Offene Altenarbeit der Hilfe im Alter gGmbH Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Die Vielfalt Deutschlands hat tiefe Wurzeln, denn als 1960 das Anwerbeabkommen zwischen Deutschland und Griechenland geschlossen wurde, machte sich auch die Familie unseres Referenten auf den Weg. Constantinos Gianacacos wird uns aus seinem bewegten Leben berichten - von Griechenland, von München, vom Ankommen und Abreisen und einer Zeit, die unsere Stadt bis heute prägt.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 15.05.2019
Kosten	keine

03.06.2019	16.00 - 18.00 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

Mit Qigong die Lebensgeister wecken

Bewegung und Anregung für und mit Älteren

Seminar für mehrsprachige Helferinnen und Helfer

Zielgruppe	Ehrenamtliche in der Seniorinnen- und Seniorenbegleitung
Veranstaltungsort	Offene Altenarbeit der Hilfe im Alter gGmbH, Landshuter Allee 38b, 80637 München
Beschreibung	Qigong Übungen sind sanfte weiche Bewegungen, die unsere Energie zum Fließen bringen. Wir werden durch belebende Selbstmassagen, Klopfmassagen und Dehnübungen die Atmung und das Qi anregen und beleben. Die Übungen lassen sich gut in den Alltag integrieren und haben eine körperlich sowie seelisch stärkende Wirkung. Vom klassischen Qigong gehen wir über zu einfachen Bewegungen, die sich auch sehr gut zur Anregung und Motivation Älterer eignen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 27.05.2019
Kosten	keine

26.06.2019	10.00 - 14.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

**Ist das Barock oder Rokoko?
Für EinsteigerInnen und Fortgeschrittene**
Evangelisches Bildungswerk München e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche
Veranstaltungsort	ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, Seminarraum, 3. Stock
Beschreibung	Im Seminar steht mit der Baustilkunde wieder die Architektur in ihren vielfältigen Erscheinungsformen im Mittelpunkt. Woran kann man die Epochen wie Renaissance, Barock, Jugendstil oder andere erkennen? Der Kurs wendet sich besonders an ehrenamtliche Gästeführerinnen und -führer, Einsteigerinnen und Einsteiger, genauso wie Fortgeschrittene, die für ihre Arbeit mehr Sicherheit im Umgang mit den Baustilen gewinnen wollen. Der Kurs besteht aus einem Theorieteil in den Seminarräumen sowie einem anschließenden kleinen Stadtspaziergang mit Architekturbeispielen.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 12.06.2019 per E-Mail an service@ebw-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 55 25 80-0
Kosten	12,- Euro incl. Imbiss; für Ehrenamtliche von mmaas trägt das ebw die Kosten

04.07.2019	09.30 - 16.00 Uhr	Fortbildung
-------------------	--------------------------	--------------------

Die langen Schatten des Krieges reichen bis ins hohe Alter
Evangelisches Bildungswerk München e.V. in Kooperation mit dem Münchner Bildungswerk

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger und / oder Hauptamtliche in der Seniorenarbeit
Veranstaltungsort	ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München, Seminarraum 3. Stock
Beschreibung	Als ehren- oder hauptamtliche Mitarbeitende sind Sie in Gesprächen „über den Krieg“ besonders gefordert. Die Frage ist, ob man dieses Thema ansprechen soll oder es besser ist „Altes ruhen zu lassen“. Dieser Fortbildungstag soll Sie in der Begleitung von betroffenen Seniorinnen und Senioren, vorwiegend Kriegskindern, stärken. Mit Hilfe von kollegialer Beratung, Inputs von erfahrenen Kolleginnen und Kollegen und mit dem Blick auf Eigenes.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 20.06.2019 per E-Mail an mbw@muenchner-bildungswerk.de telefonisch unter (089) 54 58 05-0, oder per Fax an (089) 54 58 05-25
Kosten	40,- Euro / Ehrenamtliche 20,- Euro

21.03., 28.03. und 04.04.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Grundlagenkurs
-------------------------------	-------------------	----------------

Ehrenamt "rechtliche Betreuung"

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. – Betreuungsverein

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, die eine rechtliche Betreuung übernehmen wollen
Veranstaltungsort	Regionalbüro Oberbayern der Bayerischen Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Arnulfstr. 22, 80335 München, 2.Stock, Nähe Hbf
Beschreibung	Die Qualifizierung gibt eine Einführung in das Betreuungsrecht: sie erklärt die Rolle und den Auftrag der rechtlichen Betreuerin, des rechtlichen Betreuers und die Zusammenarbeit mit dem Betreuungsgericht (Teil 1); die rechtlichen Grundlagen zur Gesundheitsvorsorge, den Aufgabenkreis Aufenthaltsbestimmung und die Voraussetzungen für Freiheitsentziehung (Teil 2); die Vermögenssorge, Behörden-, Heim- und Wohnungsangelegenheiten (Teil 3).
Voraussetzungen	Interesse und persönliches Zutrauen, eine rechtliche Betreuung zu übernehmen
Anmeldung	bis 20.03.2019
Kosten	keine

23.03.2019	09.30 - 15.30 Uhr	Workshop
------------	-------------------	----------

„Inklusion – was ist das? Praktische Erfahrungen in der Sportart Klettern.“

Aktiver Workshop mit Selbsterfahrung

„Ich will da rauf!“ e. V.

Zielgruppe	Menschen mit und ohne Behinderung ab 18 Jahren, die Interesse an der Sportart Klettern und dem Thema Inklusion haben.
Veranstaltungsort	DAV Kletter- und Boulderzentrum München-Süd Thalkirchnerstr. 207, 81371 München, Seminarraum
Beschreibung	Was ist Inklusion? Am Beispiel vom Kletterverein „Ich will da rauf!“ zeigen wir, dass Inklusion ganz einfach funktionieren kann. Im Theorieteil geht es um den Begriff Inklusion, wir erarbeiten den Unterschied von Inklusion und Integration und geben einen kleinen Überblick über verschiedene Behinderungen. Im Praxisteil klettern wir gemeinsam und simulieren die Herausforderungen von Kletterern mit Behinderung. Auch Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Klettererfahrung und Menschen mit Behinderung sind willkommen.
Voraussetzungen	Klettererfahrung nicht notwendig!
Anmeldung	bis 17.02.19 per E-Mail an bekka.rist@iwdr.de oder telefonisch unter (089) 25 00 39 31
Kosten	keine

25.03.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Ausstellung mit Impulsvortrag und Musik
-------------------	--------------------------	--

Selbstbestimmt! Was heißt hier Inklusion?

Stiftung Gute-Tat München & Region

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Stiftung Gute-Tat, Ridlerstraße 31d, 80339 München
Beschreibung	Wie lassen sich Barrieren überwinden? Wie kann es gelingen, trotz einer Behinderung gleichberechtigt am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben? Was bedeutet Inklusion im Alltag? Gute-Tat lädt in Kooperation mit der Zukunftsstiftung Ehrenamt Bayern (Jusra Al-Kaisi, Geschäftsführung) zum Besuch dieser Wanderausstellung der Landeshauptstadt München ein. Nach einem Impulsvortrag zum Thema Inklusion und Ehrenamt (Irmgard Badura, Beauftragte der Bayerischen Staatsregierung für die Belange von Menschen mit Behinderung; angefragt) gibt es ein Get-Together mit einem kleinen Imbiss, musikalisch begleitet vom Duo Klangskulpturen. Die Ausstellung kann bis 30. April besichtigt werden.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 18.03.2019 per E-Mail an muenchen@gute-tat.de für die Ausstellung telefonisch unter (089) 45 47 50 04
Kosten	keine

04.04., 11.04., 25.04. und 02.05.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Schulungsreihe
--	--------------------------	-----------------------

Rechtliche Betreuung als Ehrenamt

Betreuungsverein der Inneren Mission München (BIMM)

Zielgruppe	Mitbürgerinnen und Mitbürger, die sich sozial engagieren wollen oder Angehörige, die eine rechtliche Betreuung übernehmen müssen.
Veranstaltungsort	Seidlstr. 4, 80335 München, 1.Stock, grüner Schulungsraum
Beschreibung	Die Schulungsreihe vermittelt Informationen über das Betreuungsrecht, Voraussetzungen, die eine ehrenamtliche Betreuerin/ ein ehrenamtlicher Betreuer erfüllen muss und Aufgaben und Pflichten einer rechtlichen Betreuerin/ eines rechtlichen Betreuers.
Voraussetzungen	Alltagskompetenz, Einfühlungsvermögen, Verhandlungsgeschick, Konfliktfähigkeit und die Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung
Anmeldung	bis 29.03.2019 per E-Mail bimm@im-muenchen.de oder telefonisch unter (089) 12 70 92-71
Kosten	10,- Euro

14.04.2019	09.30 Uhr - ca. 16.30 Uhr	Grundkurs
------------	---------------------------	-----------

Grundkurs für neue Ehrenamtliche im Strafvollzug

LAG e.V. Landesarbeitsgemeinschaft ehrenamtlicher Mitarbeiter im Strafvollzug Bayern e.V.

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger
Veranstaltungsort	Bodenschwinghhaus, Schillerstr. 25, 80336 München
Beschreibung	Ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer tragen dazu bei, dass die Gefangenen den „Kontakt nach draußen“ nicht verlieren und helfen ihnen, während der Haft oder auch nach der Entlassung besser zurechtzukommen. Für das Gelingen der ehrenamtlichen Betreuung sind ein paar Grundkenntnisse im Bereich Strafvollzug förderlich. Diese Kenntnisse werden in diesem Grundkurs vermittelt.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 01.04.2019 per E-Mail an hundertwasser59@web.de
Kosten	keine

16.07.2019	18.00 - 20.00 Uhr	Infoveranstaltung
------------	-------------------	-------------------

Ehrenamt rechtliche Betreuung –

Ein Gewinn für beide Seiten

Bayerische Gesellschaft für psychische Gesundheit e. V. – Betreuungsverein

Zielgruppe	Freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, die ehrenamtlich eine rechtliche Betreuung übernehmen wollen
Veranstaltungsort	Regionalbüro Oberbayern der Bayerischen Gesellschaft für psychische Gesundheit e.V. Arnulfstr. 22, 80335 München, 2. Stock, Nähe Hbf
Beschreibung	Informationen zu den Aufgaben und Tätigkeiten der ehrenamtlich rechtlichen Betreuerin und des ehrenamtlichen rechtlichen Betreuers, so dass die Besucherin und der Besucher abklären kann, ob sie oder er dieses besondere Ehrenamt ausüben möchte.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	bis 15.07.2016 per E-Mail an betreuungsverein-muenchen@bgfpg.de oder telefonisch unter (089) 820 62 05 bzw. (089) 89 69 12 32
Kosten	keine

23.03.2019	09.30 - ca. 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 Arbeitskolleginnen und -kollegen weiterzugeben. Ziel unserer Trainings ist es, Ihnen Handlungskompetenzen zu vermitteln, die Sie in Ihrem Alltag praktisch anwenden können. Sie erlernen konkrete Strategien, mit denen Sie im Rahmen Ihrer Möglichkeiten sinnvoll eingreifen können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	per E-Mail an info@zivilcourage-fuer-alle.de oder auf der Homepage www.zivilcourage-fuer-alle.de
Kosten	10,- Euro

11.05.2019	10.00 - 16.00 Uhr	Seminar
------------	-------------------	---------

Streitet Euch! Was gegen Parolen und Populismus wirklich hilft.
Ein Training zum Umgang mit Stammtischparolen (I110168)
Münchener Volkshochschule

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	Guardini90 Guardinstr. 90, 81375 München
Beschreibung	Man erlebt es immer wieder: Im Gespräch mit Außenstehenden oder in der Familie werden abwertende oder gar hasserfüllte Ansichten geäußert. Oft verharren wir dann in einer lähmenden Ohnmacht. Dabei lebt unsere Demokratie von (auch) kontrovers geführten Auseinandersetzungen. Das Ziel des Seminars ist es, Sie zu ermutigen, sich auch an Diskussionen um polarisierende Themen zu beteiligen. Auf eine handlungsorientierte Weise lernen Sie im Seminar, wie Sie Stammtischparolen begegnen können.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	telefonisch unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	18,- Euro

11.05.2019 21.05.2019	10.00 - 14.00 Uhr 18.00 - 21.00 Uhr	Workshop
--	--	-----------------

Reden über Hass-Reden oder: Wie argumentiert man gegen "Hate Speech"? (I110172)

Münchner Volkshochschule

Zielgruppe	offen
Veranstaltungsort	MVHS in Moosach, Bauburgerstr. 6a, 80992 München
Beschreibung	Soziale Medien sind ein perfektes Trainingsfeld, wenn man lernen will zu argumentieren. Das Phänomen "Hate Speech" ist in ihnen weit verbreitet, die Wutbürgerinnen und Wutbürger im Netz bekommen viel Aufmerksamkeit. Wie aber findet die schweigende Mehrheit Gehör? In diesem Workshop erkunden wir, wie man mit (solidarischem) Argumentieren wirksame Gegenrede(n) erzeugen kann, und was das für den alltäglichen Umgang in sozialen Netzwerken bedeutet. Zwischen den beiden Seminartagen können Sie das Gelernte online üben, wenn gewünscht mit Unterstützung des Dozierenden. So erleben und reflektieren wir die Wirkungsweise sozialer Medien "live".
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	telefonisch unter (089) 480 06-62 39 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	25,- Euro

15.05.2019	13.00 - 16.00 Uhr	Seminar
-------------------	--------------------------	----------------

Nicht mit uns! – Zivilcourage, Selbstsicherheit und Eigenschutz für Senioren (I170010)

Münchner Volkshochschule

Zielgruppe	Seniorinnen und Senioren
Veranstaltungsort	Münchner Volkshochschule Stadtbereichszentrum Ost Severinstr. 6, 81541 München
Beschreibung	Ziel des Kurses ist es, älteren Bürgerinnen und Bürgern 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 bedrohliche Situationen vermeiden und entschärfen kann. Der Kurs wird von Beamtinnen und Beamten der Polizeiinspektion 23 (Giesing) durchgeführt.
Voraussetzungen	keine
Anmeldung	telefonisch unter (089) 480 06-62 39/-67 50 oder auf der Homepage www.mvhs.de
Kosten	keine

06.07.2019

10.00 - 17.00 Uhr

Seminar

Zivilcourage für alle (I110184)*Münchener Volkshochschule in Zusammenarbeit mit dem Verein "Zivilcourage für alle".*

Zielgruppe	Interessierte
Veranstaltungsort	Münchener Volkshochschule Neuhauser Trafo Nymphenburger Str. 171a, 80634 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	15,- Euro

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