

Münchner FreiwilligenMesse

Sonntag, 16. März 2025 von 10–17 Uhr
im Neuen und Alten Rathaus am Marienplatz.
Eintritt frei.



DU!

wirst gebraucht ●

Aussteller*innenkatalog

Impressum

Herausgegeben durch:

FöBE – Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement

Dr. Gerlinde Wouters, Michèle Rotter,
Caren Glück, Sandra E. Bauer, Sabine Fincks,
Dr. Doris Schwarzer, Konstantin Kretschmer
Ringseisstr. 8a, 80337 München
Tel. (089) 59 98 90 87-0
www.foebe-muenchen.de
www.muenchner-freiwilligen-messe.de

Layout und Satz:
Martin Hasieber Kommunikationsdesign
mhkd.de

Titelbild:
Ranzinger&Stamml GmbH

Inhaltsübersicht

4	Grußwort von Oberbürgermeister Dieter Reiter
5	Begrüßung durch das FöBE Team
6	Orientierung
8	Ganzjährige Informationen
9	Checkliste für Ihr Engagement
10	Informationen in leichter Sprache
12	Rahmenprogramm
15	Informationen zu den Messe-Ausstellern
16	Übersichtspläne
18	Neues Rathaus – Großer Sitzungssaal
30	Neues Rathaus – Rathausgalerie
50	Altes Rathaus – Prunksaal
72	Organisationen in alphabetischer Reihenfolge
74	FöBE stellt sich vor



Schirmherrschaft
Oberbürgermeister Dieter Reiter

Liebe Münchner*innen,

viele Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt sind in einem bürgerschaftlichen Engagement aktiv. Durch ihren Einsatz bereichern und stärken sie den gesellschaftlichen Zusammenhalt und fördern die Demokratie. Unsere Stadt wäre ohne Freiwillige undenkbar.

Dieses freiwillige Engagement, für das ich mich an dieser Stelle herzlich bedanke, verdient hohe Anerkennung. Es zeigt, dass die Bürger*innen an der Weiterentwicklung und Gestaltung unserer Stadt mitwirken und auch Verantwortung übernehmen wollen.

Freiwilligenarbeit hält fit, macht glücklich und hilft gegen Einsamkeit. Die Möglichkeiten sich zu engagieren sind vielfältig, egal ob im Verein, in der Nachbarschaftshilfe, ob im Sport, kulturell oder sozial. Jede*r kann nach seinen Interessen und Neigungen das perfekte Ehrenamt finden.

Die 19. Münchner FreiwilligenMesse, die wieder im Alten und Neuen Rathaus stattfindet, ist die beste Möglichkeit, sich über

die unterschiedlichsten Angebote zu informieren und das passende Engagement für sich zu finden. Unter dem Überbegriff „Münchenweit Brücken bauen – Du wirst gebraucht“ präsentieren sich 76 Ausstellende vor Ort. Ein anspruchsvolles Rahmenprogramm mit Workshops, Beratungen und Entertainment rundet Ihren Besuch ab.

Für Ihren Messebesuch wünsche ich Ihnen viele neue und interessante Anregungen und Begegnungen.

Der Förderstelle Bürgerschaftliches Engagement (FöBE), allen ehrenamtlichen Helfer*innen, sowie allen Mitwirkenden danke ich für ihren Einsatz und ihr Engagement. Ohne sie könnte diese Messe nicht stattfinden.

Ihr

Dieter Reiter

Liebe Besucher*innen

Herzlich willkommen zur 19. Münchner FreiwilligenMesse, veranstaltet von der Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement (FöBE).

Eine Großstadt wie München lebt von der Beteiligung aller. Dadurch entsteht Zusammenhalt und Verbundenheit. Die individuellen Ideen und Fähigkeiten Einzelner führen zu ehrenamtlichen Engagements, die Münchenweit Brücken bauen.

So entstehen in Nachbarschaftstreffs oder spontanen Hilfsgruppen neue Projekte wie z. B. Reparatur-Cafés, Besuchsdienste, Hausaufgabenbetreuung oder Grünpatenschaften. Ein Ehrenamt ist eine bereichernde Erfahrung und bietet die Chance mitzuwirken und zu unterstützen.

Wir zeigen Ihnen auf der Münchner FreiwilligenMesse vielfältige Möglichkeiten, das für Sie passende ehrenamtliche Engagement zu finden. Besuchen Sie auch unser Rahmenprogramm mit informativen Vorträgen und einer Mitmachaktion.

Wir wünschen Ihnen eine erfüllende Zeit auf der Münchner Freiwilligen-Messe!

Herzlichst

Ihr Messe-Team der Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement (FöBE)



Das FöBE Team

Orientierung

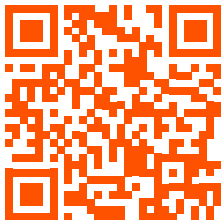
Auf der Münchner FreiwilligenMesse beraten und informieren 76 Messe-Aussteller über ehrenamtliche Einsatzmöglichkeiten.

Die Messe findet am Marienplatz an drei Orten statt. Im Neuen Rathaus im großen Sitzungssaal und in der Rathausgalerie, sowie im Alten Rathaus. Auf Seite 16 dieses Heftes finden Sie eine Übersicht.

Die Ausstellerstände sind in diese Themenbereiche sortiert (siehe Seite 15):

- Gesundheit und Selbsthilfe
- Senior*innen
- Katastrophenschutz und Rettungsdienste
- Kinder und Jugend
- Sport und Kultur
- Inklusion und Vielfalt
- Umwelt, Nachhaltigkeit und Tierschutz
- Engagementberatung und Weiterbildung

Ab Seite 18 finden Sie ausführliche Projektbeschreibungen und Kontakte der Messe-Aussteller.



www.muenchner-freiwilligen-messe.de

Außerdem sind alle Messe-Aussteller mit einem Onlineprofil auf unserer Website www.muenchner-freiwilligen-messe.de vertreten. Hier können Sie auch unsere Live-Aufzeichnungen des Rahmenprogramms verfolgen. Die Profile der Messe-Aussteller und Videos sind auch noch über den Messetag hinaus online zugänglich.

Am Messetag helfen Ihnen gerne Freiwillige bei der Orientierung. Sie erkennen diese an der Warnweste „Messeinformation“. In jeden Ausstellerort finden Sie zudem Infostände des Veranstalters FöBE.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei den vielen Freiwilligen, die uns am Messetag tatkräftig unterstützen!



Ganzjährige Informationen zu freiwilligem Engagement und Ehrenamt – auch online.

Freiwilligenagenturen ...

... beraten und vermitteln Sie persönlich, wenn Sie ein Engagement suchen.

- Freiwilligenagentur Tatendrang: www.tatendrang.de
- Stiftung Gute-Tat: www.gute-tat.de
- Freiwilligen-Zentren München der Caritas:
www.freiwilligenzentren-muenchen.de
- Z'sam. Zentrum für freiwilliges Engagement der
Diakonie München Oberbayern: www.z-sam.de

Landeshauptstadt München

- Landeshauptstadt München, Direktorium:
www.muenchen.de/engagiert-leben
- Landeshauptstadt München, Sozialreferat:
https://stadt.muenchen.de/infos/buergerschaftliches_engagement_im_sozialraum.html
- Unternehmensengagement: www.muenchen.de/csr

FöBE – Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement

- FöBE – Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement:
www.foebe-muenchen.de

Checkliste für Ihr Engagement

Ihre persönlichen Vorüberlegungen:

- Warum möchten Sie sich freiwillig engagieren?
- Was möchten Sie mit Ihrer Tätigkeit erreichen?
- Haben Sie eine konkrete Tätigkeit im Sinn oder suchen Sie Beratung?
- Wie viel Zeit möchten Sie investieren?
- Würden Sie Ihr Ehrenamt mit einer zweiten Person teilen?
- Welche Kompetenzen oder Talente bringen Sie mit und wollen Sie diese einsetzen?
- Möchten Sie Neues lernen oder erleben?
- Wie mobil sind Sie?

Ihre möglichen Fragen an eine Organisation oder Beratungsstelle:

- Bietet die Organisation eine Tätigkeitsbeschreibung?
- Gibt es eine feste Ansprechperson in der Organisation?
- Wird eine Einarbeitung in die freiwillige Tätigkeit angeboten?
- Welche Vorkenntnisse und Voraussetzungen werden erwartet?
- Können Sie eine Schnupperphase durchlaufen?
- Bietet die Organisation Fortbildungen an und wer bezahlt diese?
- Sind Sie während des ehrenamtlichen Engagement versichert?
- Gibt es mehrere Freiwillige in der Einrichtung?
- Fallen Kosten/Aufwendungen an und werden diese erstattet?
- Wie hoch ist der nötige Zeitaufwand für die Tätigkeit und wird auch über dessen Ende gesprochen?

Informationen in leichter Sprache

Münchner Freiwilligen-Messe

Besuchen Sie uns am 16. März 2025 von 10.00 bis 17.00 Uhr



Herzlich willkommen!

Die Münchner Freiwilligen-Messe ist am Sonntag, 16. März 2025.
Sie findet von 10–17 Uhr statt und ist kostenfrei.
Die Freiwilligen-Messe ist im Neuen und Alten Rathaus am Marienplatz.

Die Wege sind gut ausgeschildert.
Freundliche Menschen helfen Ihnen bei der Suche.
Auf der Freiwilligen-Messe werden auch Vorträge und Filme gezeigt.

Wir freuen uns über Ihren Besuch!

Was ist freiwilliges Engagement?

Freiwillige sind Menschen, die anderen helfen.
Sie bekommen kein Geld dafür.
Sie machen das in ihrer Frei-Zeit.
Sie haben Spaß und Freude an ihrem Ehrenamt.
Sie lernen andere nette Menschen kennen.
Die Wörter Ehrenamt und freiwilliges Engagement meinen das Gleiche.

Was mache ich, wenn ich ein freiwilliger Helfer werden möchte?

Zuerst muss ich mich selbst fragen:
Was mache ich gern?
Was macht mir keinen Spaß?
Was passt zu mir?
Wie viel Zeit habe ich?

Freiwillige können viele Dinge tun.

Zum Beispiel:
Kindern und Jugendlichen beim Lernen helfen.
Im Alten-Heim vorlesen.
Mit Hunden spazieren gehen.
Bei einem Fest mithelfen.
Für Jemanden einkaufen gehen.

Wie finde ich ein freiwilliges Engagement?

Auf der Münchner Freiwilligen-Messe.
Es gibt auch ein bestimmtes Büro.
Das Büro heißt Freiwilligen-Agentur.
Die Freiwilligen-Agentur weiß, wo Hilfe gebraucht wird.

Wir wünschen Ihnen viel Freude auf der Freiwilligen-Messe!

Das Rahmenprogramm im Neuen Rathaus, kleiner Sitzungssaal, 2. OG

Die Münchner FreiwilligenMesse bietet Ihnen Begegnungsmöglichkeiten und ein interessantes Rahmenprogramm. Wir freuen uns auf Sie!

Sonntag, 16.03.2025

10:00 Uhr

Eröffnung der Messe

Begrüßung durch Michèle Rotter und
Caren Glück, FöBE

Gespräch mit der dritten Bürgermeisterin
Verena Dietl.

11:30 Uhr

Infoveranstaltung

**Was muss ich wissen, wenn ich mich
freiwillig engagieren möchte?**

Freiwillige und Hauptamtliche unserer Aussteller teilen ihre Erfahrungen und beantworten gerne Fragen aus dem Publikum. Eine Freiwilligenagentur erklärt ihren Beratungsservice und stellt alles Wissenswerte zu einem freiwilligen Engagement vor.

12:45 Uhr

Kurz & Gut

**Freiwilliges Engagement für das
Stadtviertel**

Messe-Aussteller erklären kurz und prägnant, wie man sich im Stadtviertel ehrenamtlich engagieren kann und zeigen vielfältige Einsatzstellen.

14:00 Uhr

Fachveranstaltung

**Münchenweit Brücken bauen – Formate
aus den Stadtvierteln**

**BESONDERS FÜR AUS-
STELLER GEEIGNET!**

Vertreter*innen verschiedener Organisationen stellen Ideen und Formate aus den Münchner Stadtvierteln vor. Wie gelingt gute Vernetzung auch über das Stadtviertel hinaus und wie gestaltet sich ehrenamtliches Engagement zukünftig?

15:00 Uhr

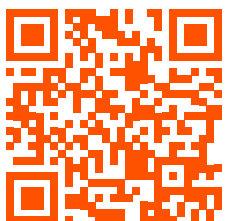
Kreative Mitmachaktion

Lassen Sie sich von einer künstlerischen Mitmachaktion inspirieren und werden Sie Teil des Projekts zum Thema Münchenweit Brücken bauen!

16:45 Uhr

Auf Wiedersehen!

Die FöBE verabschiedet alle Besucher*innen und Aussteller.

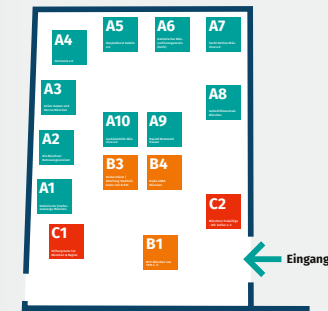


Detaillierte Informationen zu den Ausstellern finden Sie
im Internet unter www.muenchner-freiwilligen-messe.de

Informationen zu den Messe-Ausstellern

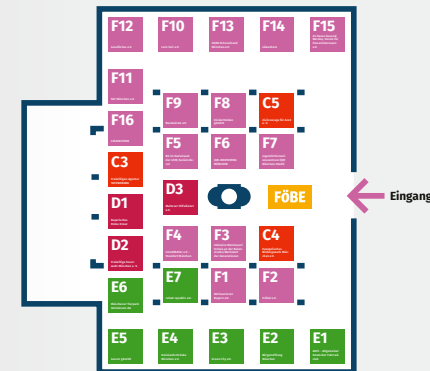
A	Gesundheit und Selbsthilfe	20
B	Sport und Kultur	26
C	Engagementberatung und Weiterbildung	29, 47, 71
D	Katastrophenschutz und Rettungsdienste	32
E	Umwelt, Nachhaltigkeit und Tierschutz	34
F	Kinder und Jugend	38
G	Inklusion und Vielfalt	52
H	Senior*innen	65

Übersichtspläne



Neues Rathaus,
Großer Sitzungssaal, 2. OG

- A Gesundheit und Selbsthilfe
- B Sport und Kultur
- C Engagementberatung und Weiterbildung



Neues Rathaus
Rathausgalerie, EG Innenhof

- D Katastrophenschutz und Rettungsdienste
- E Umwelt, Nachhaltigkeit und Tierschutz
- F Kinder und Jugend
- C Engagementberatung und Weiterbildung



Altes Rathaus, 1. OG

- G Inklusion und Vielfalt
- H Senior*innen
- C Engagementberatung und Weiterbildung

Neues Rathaus

Großer Sitzungssaal, 2. OG
15 Aussteller-Stände

Gesundheit und Selbsthilfe

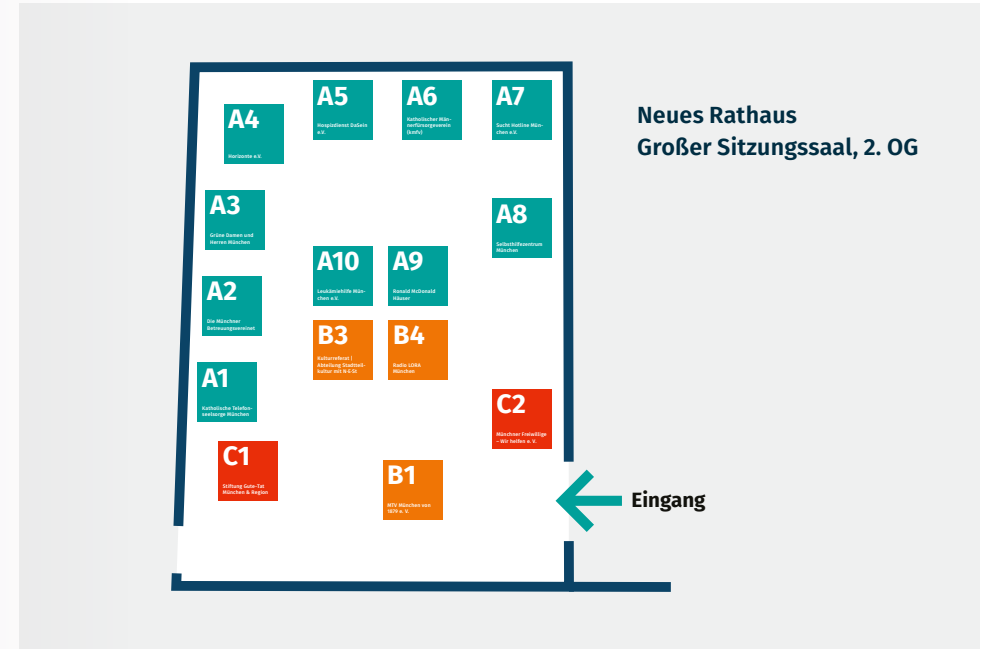
- A1 Katholische Telefonseelsorge München
- A2 Die Münchner Betreuungsvereine
- A3 Grüne Damen und Herren München
- A4 Horizonte e.V.
- A5 Hospizdienst DaSein e.V. Beratung und ambulante Palliativversorgung
- A6 Katholischer Männerfürsorgeverein (kmfv)
- A7 Sucht Hotline München e.V.
- A8 Selbsthilfezentrum München
- A9 Ronald McDonald Häuser in München am Deutschen Herzzentrum & Großhadern
- A10 Leukämiehilfe München e.V.

Sport und Kultur

- B1 MTV München von 1879 e.V.
- B3 Kulturreferat | Abteilung Stadtteilkultur mit N-E-St (Netzwerk Engagement im Stadtteil)
- B4 Radio LORA München

Engagementberatung und Weiterbildung

- C1 Stiftung Gute-Tat München & Region
- C2 Münchner Freiwillige – Wir helfen e.V.



© Michael Nagy, Presseamt München

Katholische Telefonseelsorge München

A1

Wir suchen Freiwillige für: den regelmäßigen Dienst am Telefon, auch abends, nachts und an Wochenenden. Der Telefondienst findet an der Dienststelle in zentraler Lage in München statt. Auch Mitarbeit in der Chat- und Mailberatung ist willkommen, dieser kann auch von zu Hause aus durchgeführt werden.

Digitales Engagement bei uns: Chat- und Mailberatung über eine eigene datengeschützte Plattform.

Dafür stehen wir: Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr für Menschen in Not da – nicht nur am Telefon, sondern auch per Chat und Mail. Die Beratung erfolgt kostenfrei und anonym sowie unabhängig von Weltanschauung und Herkunft. Die Telefonseelsorge gibt keine Ratschläge, sondern ermutigt Menschen, eigene Lösungen zu finden.

Kontakt: Ulrike Dahme, Tel. 089 21 37 20 96, udahme@eomuc.de, Postfach 33 03 60, www.erzbistum-muenchen.de/telefonseelsorge

Die Münchner Betreuungsvereine

A2

Wir suchen Freiwillige für: Wir suchen Freiwillige, die einer erwachsenen Person mit Einschränkungen als rechtliche*r Betreuer*in zur Seite stehen und sich für die Belange dieser Person einsetzen möchten. Nach ausführlicher Beratung vermitteln wir eine passgenaue Betreuung. Nach Bestellung durch das Betreuungsgericht führt der*die Ehrenamtliche eigenverantwortlich diese Betreuung. Hierbei ist er*sie an den Betreuungsverein angebunden und wird von diesem durch individuelle Beratung und Fortbildungen unterstützt.

Dafür stehen wir: Als berufliche rechtliche Betreuer*innen unterstützen und vertreten wir Menschen, die aufgrund von Krankheit oder Behinderung ihre Belange ganz

oder teilweise nicht mehr selbst regeln können. Wir suchen, schulen und beraten ehrenamtliche rechtliche Betreuer*innen und Bevollmächtigte. Wir beraten und informieren Münchner Bürger*innen zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung sowie zu allen betreuungsrechtlichen Themen.

Kontakt: Doris Lechner, Tel. 089 12 70 92 72, dlechner@diakonie-muc-obb.de, Seidlstraße 4, 80335 München, <https://stadt.muenchen.de/service/info/betreuung-durch-die-muenchner-betreuungsvereine/10317428/n0>, www.muenchen.info/soz/pub/pdf/45_die_muenchner_betreuungsvereine.pdf

Grüne Damen und Herren München

A3

Wir suchen Freiwillige für: Besuchsdienst und Betreuung in Krankenhäusern, Seniorenzentren und im Kinderzentrum Großhadern. Kinder werden während der Arztgespräche mit Eltern betreut. Wir begleiten Patient*innen zu Untersuchungen und Bewohner*innen zu Veranstaltungen. Wir machen kleine Besorgungen und helfen bei Bedarf beim Ausfüllen von Formularen.

Dafür stehen wir: Freiwillige besuchen Patient*innen im Krankenhaus, versuchen mit denen ein Gespräch zu beginnen, hören vor allem aufmerksam zu und möchten

ihnen den Krankenhausaufenthalt erleichtern. Senior*innen wollen wir den Aufenthalt im Heim angenehm gestalten und Freude in ihren Alltag bringen. Wir wenden uns den Patient*innen und Bewohner*innen mitfühlend und achtsam zu. Zuhören, Trost spenden und Mut machen.

Kontakt: Paul Brouwer, Tel. 089 52 03 24 59, p.brouwer@gmx.de, Sulzkogelstraße 8, 81739 München, www.gruene-damen-muc.de/Wir_nehmen_uns_Zeit, www.gruene-damen-muc.de/Presse_files/MFM_Gruene-Damen-und-Herren.mp4

Horizonte e. V.

A4

Wir suchen Freiwillige für: Wir haben aktuell drei Projekte, für die wir ehrenamtliche Unterstützung suchen und benötigen zudem Betroffene für allgemeine administrative Tätigkeiten und Fundraising: Im „Projekt Wandern“ organisieren Ehrenamtliche etwa alle zwei bis drei Monate eine Wanderung mit. Im „Projekt Kochen“ wird mit Betroffenen gekocht. Beim „Projekt Befreunden“ geht es darum, regelmäßigen Kontakt zu Betroffenen zu halten und gemeinsame Aktivitäten durchzuführen.

Digitales Engagement bei uns: Hauptsächlich Unterstützung bei der Homepagegestaltung, Betreuung der Social Media Kanäle (Instagram und Facebook), Crowdfunding, Pflege der Verteiler, Support bei IT Fragen.

Dafür stehen wir: Wir haben das Ziel, Menschen mit psychischen Störungen wie Depression, Angst oder Trauma sowie Menschen, die ein Risiko für solche Erkrankungen haben, durch Kontakte, Freundschaften und Aktivitäten zu unterstützen. Der Verein möchte zur Entstigmatisierung und Behandlung psychischer Erkrankungen beitragen und eng mit professionellen und Selbsthilfeorganisationen zusammenarbeiten. Zudem wird angestrebt, neue Mitglieder zu gewinnen und den Verein weiterzuentwickeln.

Kontakt: Dr. Herbert Pfeiffer, Tel. 0174 194 18 01, info@verein-horizonte.de, c/o kbo-Isar Amperklinikum Klinik München Nord Haus 7, Sekretariat Frau Lorenz, Kölner Platz 1, 80804 München, <https://horizonte-gegen-depression.de>, www.instagram.com/verein_horizonte

Hospizdienst DaSein e.V. Beratung und ambulante Palliativversorgung

A5

Wir suchen Freiwillige für: Unsere ehrenamtlichen Hospizbegleiter*innen sind ein unverzichtbarer Bestandteil unseres Teams. Die qualifizierten, ehrenamtlich tätigen Hospizbegleiter*innen nehmen sich Zeit für Gespräche mit Patient*innen und deren Angehörigen, für Tag- und Nachtwachen, für praktische Hilfen, für Vorlesen oder Spaziergänge – alles Leistungen, die oft als wesentliche Entlastung und Hilfe wahrgenommen werden.

Dafür stehen wir: Wir begleiten schwer erkrankte Menschen am Lebensende und ihre Angehörigen zugewandt, vertrauensvoll und

professionell. Wir wenden uns im ganzheitlichen Sinne den körperlichen, psychischen, spirituellen und sozialen Bedürfnissen Sterbender zu. Durch unsere langjährige Erfahrung in der Begleitung sterbender Menschen und unsere fachliche Expertise in der Palliativmedizin und -pflege sorgen wir dafür, dass die letzte Lebensphase von Betroffenen würdevoll und wertschätzend gestaltet werden kann.

Kontakt: Dominik Schmidt, T. 089 124 70 51 41, d.schmidt@hospiz-da-sein.de, Karlstraße 55, 80333 München, <https://hospiz-da-sein.de>

Katholischer Männerfürsorgeverein (kmfv)

A6

Wir suchen Freiwillige für: Wir suchen laufend ehrenamtliche Zeitspendende zur Unterstützung der Frauen, Männer und Familien in unseren Einrichtungen. Im Vordergrund stehen Begleitungen zu medizinischen Einrichtungen, Unterstützung im Alltag und bei der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Für unser neues Projekt Zahnmobil suchen wir ab sofort ehrenamtliche Zahnärzt*innen, die Not- und Akutbehandlungen für Wohnungslose und Menschen ohne Krankenversicherung leisten.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Zum Beispiel Unterstützung bei Ausflügen, Festen und Feiern, Projekten, individuellem Hilfebedarf einzelner Betreuer*innen.

Digitales Engagement bei uns: Unterstützung unserer Betreuten beim Umgang mit digitalen Endgeräten.

Dafür stehen wir: Als Fachverband für Wohnungslosen- und Straffälligenhilfe setzt sich der kmfv für wohnungslos, arbeitslos, suchtkrank oder straffällig gewordene Menschen ein. Der kmfv leistet Soziale Arbeit in ambulanten Diensten und stationären Einrichtungen durch Beratung, Betreuung, Psychotherapie und berufliche Wiedereingliederung.

Der kmfv sucht die Zusammenarbeit mit allen gesellschaftlichen Gruppen und kooperiert mit anderen Initiativen. Der kmfv ist sozialpolitisch tätig.

Kontakt: Lilit Lebküchner, Tel. 089 514 18 13, 0173 59 26 44, lilit.lebkuechner@kmfv.de, Kapuzinerstraße 9D, 80337 München, <https://kmfv.de>, www.linkedin.com/company/katholischer-m-nnerf-rsorgeverein, www.instagram.com/kmfv_muenchen

Sucht Hotline München e.V.

A7

Wir suchen Freiwillige für: Unsere telefonische Beratung ist rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr besetzt. Dafür brauchen wir entsprechende Menge an Personal. Die Bewerber*innen, die sich bei uns engagieren möchten, bekommen eine dreimonatige Ausbildung, (einmal die Woche und drei Wochenenden). Es wird erwartet, dass 18 Std. im Monat erbracht werden.

Dafür stehen wir: Mit unserer telefonischen Beratung möchten wir suchtkranken Menschen oder ihren Angehörigen Hilfestellung geben. Wir beantworten auch sonstige Fragen zum Thema Sucht und Suchtmittel.

Kontakt: Christoph Teich, Tel. 089 24 20 80-12, christoph.teich@deutscher-orden.de, Albert Roßhaupter Str. 19, 81369 München, www.suchthotline.de

Selbsthilfezentrum München

A8

Wir suchen Freiwillige für: In den Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen engagieren sich alle Mitglieder ehrenamtlich. Sie unterstützen sich gegenseitig „auf Augenhöhe“ und tragen so zum guten Miteinander und zum Erfolg der Gruppenarbeit bei. Engagieren können sich alle, die ein eigenes Anliegen haben, von einer Krankheit oder einem sozialen Problem selbst oder als Angehörige*r betroffen sind. Momentan haben wir an die 1.300 Gruppen und Initiativen zu den unterschiedlichsten Themen.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Das Engagement in einer Selbsthilfegruppe kann kurzfristig oder langfristig erfolgen. Das kommt jeweils auf die Gruppe und die eigene Motivation an. Viele Gruppen bieten auch Termine zum Kennenlernen an.

Digitales Engagement bei uns: Wir bieten den Selbsthilfegruppen virtuelle Räume über die datenschutzkonforme Plattform Big Blue Button (BBB) mit Server in Deutschland an. Die Gruppen können sich hier in einem vertrauten und sicheren Rahmen selbstständig treffen. Dazu erhalten sie individuelle Beratung und Unterstützung.

Dafür stehen wir: Beratung von Einzelnen oder Gruppen zu allen Fragestellungen rund um die Selbsthilfe. Vermittlung in Selbsthilfegruppen und -initiativen sowie Unterstützung bei Gruppengründungen. Qualifizierungsangebote und Bereitstellung von Räumlichkeiten mit der entsprechenden

Infrastruktur. Kooperation mit psychosozialen und medizinischen Facheinrichtungen.

Kontakt: Karolina Capasso, Tel. 089 53 29 56-16, karolina.capasso@shz-muenchen.de, Westendstraße 68, 80339 München, www.shz-muenchen.de

Ronald McDonald Häuser in München am Deutschen Herzzentrum & Großhadern

A9

Wir suchen Freiwillige für: Einmal in der Woche unterstützen unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen die Familien bei den kleinen Dingen des Alltags, damit ihnen Energie für die kleinen Patienten in der Klinik bleibt. Sie helfen bei häuslichen Belangen und/oder organisatorischen Bürotätigkeiten tatkräftig mit – bei dem, was gerade an diesem Tag gebraucht wird, die Familien verwöhnt oder eine willkommene Ablenkung für die Familien bietet.

der Klinik. So können Eltern und Geschwisterkinder die ganze Zeit beim kranken Kind und als Familie zusammen sein. Denn die Nähe der Familie und ein Ort der Geborgenheit hilft.

Kontakt: Claire Heinrich, Tel. 089 189 50 70, haus.muenchen1@mdk.org, Ronald McDonald Haus München am Deutschen Herzzentrum, Lazarettstr. 40, 80636 München, www.mdk.org/muenchen-herzzentrum, www.mdk.org/muenchen-grosshadern

Dafür stehen wir: Das Ronald McDonald Haus bietet Familien von schwer kranken Kindern ein Zuhause auf Zeit in unmittelbarer Nähe

Leukämiehilfe München e. V.

A10

Wir suchen Freiwillige für: Der Besuchsdienst in den Kliniken wird ehrenamtlich durchgeführt. Wir suchen daher Freiwillige, die einmal nachmittags etwas Zeit für diese Tätigkeit spenden möchten. Auch bei Veranstaltungen freuen wir uns über Ehrenamtliche, die uns am Stand unterstützen. 2025 steht auch ein Benefizkonzert an, bei dem Unterstützung erforderlich sein wird. Auch in der Angehörigenwohnung ließen sich ggf. Freiwillige bei Gesprächsbedarf einsetzen. An erster Stelle steht jedoch der Besuchsdienst in der Klinik.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Gegebenenfalls Unterstützung bei Veranstaltungen, möglich auch Mithilfe am Jahresende bei der Erstellung des Kalenders, mit dem wir jährlich die Kliniken bzw. Krankenzimmer ausstatten.

Digitales Engagement bei uns: Grundsätzlich wäre die Betreuung bzw. der Ausbau der Social Media Kanäle denkenswert. Gegebenenfalls auch Crowdfunding.

Dafür stehen wir: Seit 1991 verfolgen wir das Ziel, hämatoonkologisch Erkrankte und Ihre Angehörigen zu unterstützen. In diesem Zusammenhang ist bereits damals ein ehrenamtlicher Besuchsdienst in Münchner Kliniken eingerichtet worden, der den Betroffenen durch Zuhören und ein Gespräch zur Verfügung steht. Ergänzt wird dieses Angebot durch verschiedene Projekte, wie Musik- oder Yogatherapie, die Angehörigenwohnung und ein Treffen, das eine regelmäßige Basis zum Austausch bietet. Zuhören. Zuwenden. Unterstützen.

Kontakt: Elke Zölzer, Tel. 0151 50 58 91 02, elke.zoelzer@lh-m.de, Goethestraße 72, 80336 München, <https://lh-m.de/>

MTV München von 1879 e.V.

B1

Wir suchen Freiwillige für: Freiwillige bzw. ehrenamtliche Helfer*innen benötigen wir in vielen verschiedenen Bereichen. Im sportlichen Bereich als Trainer*in einer unserer zahlreichen Abteilungen oder Unterstützung für unserer Abteilungsleitungen. Aber auch in Bereichen wie der Pflege unserer Liegenschaften, der Veranstaltungsunterstützung, im Marketing bzw. Sponsoring oder in der Verwaltung werden stets helfende Hände gesucht. Selbst in den Bereichen Hausaufgabenbetreuung oder Social-Media kann man sich einbringen.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes:

Wir bieten jedes Jahr FSJ und Bundesfreiwilligendienst für junge Leute an, die sich vor dem Start ins Berufsleben noch orientieren möchten und bei einem gemeinnützigen Arbeitgeber mit vielen sportlichen Aktivitäten engagieren möchten. In diesem Schuljahr haben wir davon 7 junge Menschen bei uns.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Du kannst uns einmalig bei der Orga des Sommerfestes oder anderen Veranstaltungen helfen oder eine Sponsoring- bzw. Social-Media Kampagne mit vorbereiten.

Digitales Engagement bei uns: Das ist vor allem im Bereich Social-Media möglich, aber auch in anderen Bereichen des Vereins kann man digital von Unterstützung sein.

Dafür stehen wir: Wir möchten möglichst vielen Menschen in München, unabhängig von Alter oder Geschlecht, die Möglichkeit geben, Sport zu bezahlbaren Preisen ausüben zu können. Zudem stehen wir für einen umfangreichen gesundheitssportlichen Ansatz, um das Wohlbefinden unserer Mitglieder zu vermehren und Beschwerden zu verringern. Der MTV bekennt sich zu sozialer, ökologischer und ökonomischer Nachhaltigkeit und versteht sich als Verein für alle – frei von Diskriminierung oder Benachteiligung jeglicher Art.

Kontakt: Manuel Sonnleitner,
Tel. 0159 06 15 23 41,
manuel.sonnleitner@mtv-muenchen.de,
Häberlstraße 11B, 80337 München,
www.mtv-muenchen.de, www.instagram.com/mtv_muenchen_von_1879_ev

**Kulturreferat | Abteilung Stadtteilkultur
mit N-E-St (Netzwerk Engagement im Stadtteil)**

B3

Wir suchen Freiwillige für: Projektarbeit in Stadtteilkulturzentren, bei Kulturvereinen und kulturellen Initiativen. Es gibt dort viele und ganz unterschiedliche Möglichkeiten aktiv zu werden. Freiwilligenprofile informieren Sie über aktuellen Angebote. Auch beim N-E-St und seinen Projekten kann man sich engagieren oder gemeinsame Ideen in die Tat umsetzen.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes:

Einige Stadtteilkulturzentren sind Einsatzstellen für einen „Freiwilligendienst Kultur und Bildung“. Mehr Informationen über das einjährige Engagement und die beteiligten Stadtteilkulturzentren gibt es unter www.freiwilligendienste-kultur-bildung-bayern.de/freiwillige.

Digitales Engagement bei uns: Für das seit 2020 zwei Mal in der Woche stattfindende „Online-Dialogcafé“ suchen wir Gastgeber*innen

Dafür stehen wir: Im Bereich von Kunst und Kultur gibt es vielfältige Einsatzmöglichkeiten für engagierte Freiwillige, insbesondere bei stadtteilkulturellen Vereinen und Initiativen. Das Kulturreferat berät gerne, wie Sie den passenden Kulturverein für Ihr Engagement finden. Das N-E-St vernetzt das bürgerschaftliche Engagement in Pasing, Obermenzing, Hadern, Feldmoching und im Hasenberg. Auch informiert es über seine aktuellen Projekte und Ideen für (nicht nur kulturell) Engagierte im Stadtteil.

Kontakt: Tatiana Hänert & Katharina Roithmeier, Tel. 089 26 800,
kultur.veranstaltungen@muenchen.de,
Burgstraße 4, 80331 München,
<https://stadt.muenchen.de/infos/stadtteilkulturhaeuser>, www.instagram.com/stadtteilkultur_muenchen

Radio LORA München

B4

Wir suchen Freiwillige für: journalistisches Arbeiten in den Redaktionen und im werktäglichen LORA-Magazin, Mitarbeit in der Sende- und Schnitttechnik, die Öffentlichkeitsarbeit, Bespielen der Social Media-Kanäle, Buchhaltung

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes:

Im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes kann am täglichen LORA-Magazin mitgearbeitet werden. Außerdem ist die Mitwirkung bei einzelnen Redaktionen möglich. Des Weiteren ist die Tätigkeit als Sprecher*in vorgesehen. Zudem ist die Mitarbeit an der Schneidetechnik und Sendetechnik möglich.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Ein kurzfristiges Engagement ist jederzeit möglich! Beginnend mit einem Reinschnuppern in den Sendebetrieb, Hospitationen, etwa bei der Arbeit am werktäglichen LORA-Magazin, dem Sichten und Aufbereiten von Pressemeldungen, werden die Freiwilligen an LORA herangeführt.

Digitales Engagement bei uns: Schneiden von Beiträgen, Mitarbeit in Arbeitsgruppen, die sich online treffen, Öffentlichkeitsarbeit, Betreuung der Social Media-Kanäle

Dafür stehen wir: LORA München ist ein freies Bürger*innenradio. Es wird von ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen betrieben. 250 Radiomacher*innen und 50 Initiativen, Vereine und Organisationen senden über UKW 92,4, DAB+ und über das Internet von Montag bis Donnerstag von 16 – 24 Uhr und am Freitag von 16 – 21 Uhr ein Radioprogramm jenseits des Mainstreams. Das Themenspektrum reicht von Wirtschaft und Soziales über Ökologie und Kultur bis zu multikulturellem Miteinander.

Kontakt: Bernd Heckmair, Tel. 0177 410 28 74, mail@bernd-heckmair.de, Schwanthalerstr. 81, 80336 München, <https://lora924.de>, www.instagram.com/radiolora924

Stiftung Gute-Tat München & Region

C1

Wir suchen Freiwillige für: Auch als Stiftung freuen wir uns über Unterstützung in unseren eigenen Projekten: „Hofkonzerte – Musik gegen die Einsamkeit“, „Miteinander – Mittendrin“. Inklusion jetzt, „Anlaufstelle Laptop-Spenden“

Kurzfristiges Engagement bei uns: Hofkonzerte => einmaliges Konzert als Musiker*in, oder Begleitung als Fotograf*in. Miteinander – Mittendrin => Blog-Beiträge für unseren Stiftungsblog. Laptop-Spenden => gespendete Laptops technisch aufbereiten, Abholung & Transport der Geräte

Digitales Engagement bei uns: Miteinander – Mittendrin => Blog-Beiträge für unseren Stiftungsblog

Dafür stehen wir: Jede*r kann helfen. Ziel unserer Arbeit ist die Weiterentwicklung und Stärkung des bürgerschaftlichen Engagements in allen Bereichen der Gesellschaft. Ob urbanes Gärtnern oder Patenschaften – mit unseren Programmen zeigen wir die Vielfalt der Möglichkeiten zum Engagement und zur Zusammenarbeit auf. Die Zielgruppen, die wir mit unseren Freiwilligen unterstützen zeigen die ganze Bandbreite an gesellschaftlichen Themen und Herausforderungen.

Kontakt: Stefanie Schillings, Tel. 089 45 47 50 04, s.schillings@gute-tat.de, Ridlerstraße 31d, 80339 München, <https://gute-tat-muenchen.blog>, www.instagram.com/gutetatmuenchen

Münchner Freiwillige – Wir helfen e. V.

C2

Wir suchen Freiwillige für: Wir vernetzen projektorientierte Akteur*innen in der Metropolregion München und unterstützen die, die selber Gutes tun wollen. Wir sind offen für neue Projektideen und fördern unbürokratische und spontane Möglichkeiten, um in München zu helfen! Spontanes Engagement muss möglich sein und gute Ansätze dürfen nicht an formalen Hürden scheitern – wir wollen Zukunft möglich machen!

Dafür stehen wir: Aktiv sein für Geflüchtete und ihre Helfer*innen: Dies ist der Leitgedanke des Vereins Münchner Freiwillige – Wir helfen e. V. Ursprünglich 2015 am Münchner Hauptbahnhof entstanden, haben wir es

uns neben der Unterstützung von Geflüchteten heute zur Aufgabe gemacht, vielfältige Projektideen im Bereich des bürgerschaftlichen Engagements zu fördern und Ehrenamtliche bei der Umsetzung ihrer eigenen Ideen zu unterstützen.

Kontakt: Jasmin Ginther, Tel. 089 76 77 28 10, jasmin.ginther@muenchner-freiwillige.de, Tumblingerstraße 50, 80337 München, www.muenchner-freiwillige.de, www.instagram.com/muenchner.freiwillige

Neues Rathaus

Rathausgalerie, EG Innenhof 29 Aussteller-Stände

Katastrophenschutz und Rettungsdienste

- D1 Bayerisches Rotes Kreuz
- D2 Freiwillige Feuerwehr München
gegr. 1866 e. V.
- D3 Malteser Hilfsdienst e. V.

Umwelt, Nachhaltigkeit und Tierschutz

- E1 ADFC – Allgemeiner
Deutscher Fahrradclub
- E2 Bürgerstiftung München
- E3 Green City e. V.
- E4 Kreislaufschränke München e. V.
- E5 Leacor gGmbH
- E6 Münchener Tierpark Hellabrunn AG
- E7 rehab republic e. V.

Kinder und Jugend

- F1 Aktivsenioren Bayern e. V.
- F2 Fröbel e. V.
- F3 Inklusive Montessori Schule an der
Balanstraße / Werkstatt der Generationen
- F4 InteGREATER e. V. – Standort München

F5 Bürgerschaftliches Engagement im
Sozialraum der LHM, Sozialreferat

F6 JOB-MENTORING MÜNCHEN

F7 Jugendinformationszentrum
(KJR München-Stadt)

F8 KinderHelden gGmbH

F9 Nestwärme e. V.

F10 Lern-Fair e. V.

F11 SKF München e. V.

F12 Lesefüchse e. V.

F13 VAMV (Verband alleinerziehender Mütter
und Väter) Ortsverband München e. V.

F14 Löwenherz (Gesellschaft für
Soziale Arbeit)

F15 Zu Hause Gesund Werden, Verein
für Fraueninteressen e. V.

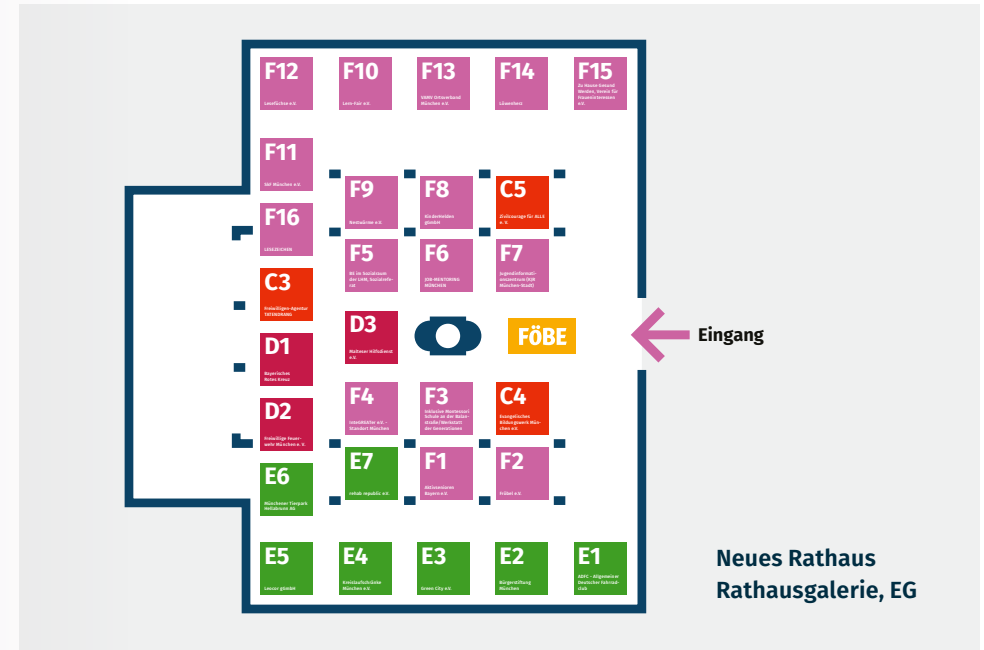
F16 LESEZEICHEN

Engagementberatung und Weiterbildung

C3 Freiwilligen-Agentur TATENDRANG

C4 Evangelisches Bildungswerk
München e. V.

C5 Zivilcourage für ALLE e. V.



Neues Rathaus
Rathausgalerie, EG



© Michael Nagy, Presseamt München

Bayerisches Rotes Kreuz

D1

Wir suchen Freiwillige für: Wir suchen Freiwillige für unsere fünf ehrenamtlichen Gemeinschaften: Bereitschaften (Sanitätsdienst), Bergwacht (Bergrettung), Wasserwacht (Wasserrettung), Jugendrotkreuz (Jugendarbeit), Wohlfahrts- und Sozialarbeit (Unterstützung von Senior*innen, Kindern und Jugendlichen, Geflüchteten, Bedürftigen und kranken Menschen).

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: bei uns können Bufdis und FSJler sowohl im Sanitätsdienst als auch im Rettungsdienst tätig werden.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Hilfe bei Veranstaltungen in unseren sozialen Einrichtungen (zum Beispiel Sommerfest in

Seniorenheim, Flohmarkt), Interkulturelles Begegnungscafé

Dafür stehen wir: Das Bayerische Rote Kreuz ist ein Wohlfahrtsverband und zudem die führende Hilfs- und Rettungsorganisation in Bayern. Das BRK rettet Menschen in Notlagen, bietet Menschen eine Gemeinschaft, steht den Armen und Bedürftigen bei und wacht über das humanitäre Völkerrecht.

Kontakt: Servicestelle Ehrenamt, Tel. 089 23 73-285, servicestelle-ehrenamt@brk-muenchen.de, Perchtinger Str. 5, 81379 München, www.brk-muenchen.de

Freiwillige Feuerwehr München gegr. 1866 e. V.

D2

Wir suchen Freiwillige für: Wir suchen laufend neue Engagierte für den aktiven Feuerwehreinsatz, aber auch Engagierte, die sich auf weiteren Gebieten innerhalb der Feuerwehr engagieren möchten – unabhängig von dem Einsatzdienst.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Der Einsatz erfolgt in der Geschäftsstelle der Freiwilligen Feuerwehr und ist daher sehr breit gefächert. Es besteht die Möglichkeit die gesamte Freiwillige Feuerwehr kennenzulernen.

Dafür stehen wir: Wir möchten in Zukunft die Diversität und Inklusion in der Freiwilligen Feuerwehr München stärken und suchen Menschen, die uns auch außerhalb des notwendigen Einsatzdienstes Lust haben zu unterstützen.

Kontakt: Elena Reumann, Tel. 089 233 53 22 10, ehrenamt@ffw-muenchen.de, Heßstraße 120, 80797 München, www.ffw-muenchen.de

Malteser Hilfsdienst e. V.

D3

Wir suchen Freiwillige für: Katastrophenschutz, soziales Ehrenamt (Besuchs- und Begleitungsdienst, Patientenbegleitdienst, Kulturbegleitdienst, Hospizdienst), Jobmentoring

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Sanitätsdienst, Erste Hilfe Ausbildung, Tagesstätte für Demenziell Früherkrankte

Dafür stehen wir: Katholische Hilfsorganisation mit dem Leitsatz „Den Bedürftigen helfen“ unter dem Motto „Weil Nähe zählt“.

Gemeinsam für sozial schwache und einsame Menschen da sein, in ständiger Bereitschaft im Katastrophenschutz und in der Gemeinschaft Gutes tun.

Kontakt: Barbara Schiele, Tel. 089 43 60 85 02, barbara.schiele@malteser.org, Streitfeldstraße 1, 81673 München, www.malteser-muenchen.de

ADFC – Allgemeiner Deutscher Fahrradclub

E1

Wir suchen Freiwillige für: Wir bieten rund um das Thema Fahrrad eine breite Palette zum Engagement an: <https://muenchen.adfc.de/sei-dabei#c30904> zeigt sie dir im einzelnen. Dazu gehören Aktionen in der Öffentlichkeit, Fahrradtrainings, Mitarbeit im Infoladen und vieles mehr. Der Einsatz richtet sich ganz nach dem individuellen kurz- und langfristigen Zeit-Budget.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Analog zu den Möglichkeiten für ein ehrenamtliches Engagement bei unserem Landesverband in München

Kurzfristiges Engagement bei uns: Ordner*in bei Veranstaltungen, z. B. Radsternfahrt, Aufbau von Infoständen bei Veranstaltungen, z. B. Zamanand oder Ebike Days, Verteilen von Informationsmaterial mit unserem Pedelec-Lastenrad.

Digitales Engagement bei uns: Engagement in unserem IT-Team, Mitarbeit in den Kanälen von Social Media, Unterstützung bei der Betreuung unserer Webseite, Crowdfunding.

Dafür stehen wir: Wir sind die Fahrradlobby. Wir setzen uns dafür ein, dass man überall sicher und bequem radeln kann. Wir wollen gemeinsam aktiv werden. Für die konsequente Förderung des Radverkehrs arbeiten wir mit allen Organisationen zusammen, die sich um mehr Radverkehr, mehr Sicherheit und Umweltschutz im Verkehr kümmern. Wir setzen uns für eine ökologisch vernünftige Verkehrspolitik ein.

Kontakt: Thomas Schubert, T. 08142 667 48 25, thomas.schubert@adfc-muenchen.de, Platenstraße 4, 80336 München, www.adfc-muenchen.de, www.instagram.com/adfc_muc

Bürgerstiftung München

E2

Wir suchen Freiwillige für: Für unseren Vorstand und unseren Stiftungsrat sind wir auf der Suche nach engagierten Freiwilligen, die sich leidenschaftlich für die nachhaltige Entwicklung der Stadt München interessieren und die Möglichkeit haben, ein paar Stunden pro Woche in die Arbeit bei der Bürgerstiftung München zu investieren. Auch in unseren zahlreichen Projekten gibt es immer wieder die Möglichkeit für Ehrenamtlich, sich zu engagieren und einzubringen.

Dafür stehen wir: Die BürgerStiftung München ist eine gemeinschaftliche Stiftung von Münchner*innen für ihre Stadt. Wir fördern bürgerschaftliches Engagement für nachhaltige Entwicklung und die Umsetzung der Agenda 2030.

Kontakt: Carmen Paul, Tel. 089 20 23 81 11, buero@buergerstiftung-muenchen.de, Klenzestraße 37, 80469 München, <https://buergerstiftung-muenchen.de>, www.instagram.com/buergerstiftungmuenchen

Green City e.V.

E3

Wir suchen Freiwillige für: Unsere Einsatzbereiche sind vielseitig und je nach Saison auch ganz unterschiedlich. Wenn Du zum Beispiel einen grünen Daumen hast und gerne gärtnerst, kannst Du bei Projekten wie der Wanderbaumallee oder im Bereich Urbanes Grün helfen. Handwerkliches Geschick und Kreativität sind z. B. auf unseren Kleidertauschpartys von Vorteil. Du bist kontaktfreudig und gehst gerne auf Menschen zu? Wir suchen immer Leute, die unseren Verein bekannter machen!

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Wir bieten jedes Jahr zwei FÖJ-Stellen an (Freiwilliges Ökologisches Jahr). Unsere FÖJler*innen kümmern sich um den Empfang und sind über das Jahr verteilt in Projekten aus allen Bereichen involviert. Sie betreuen auch die Green City Jugend.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Es kommt nicht selten vor, dass wir auch kurzfristig helfende Hände für die Umsetzung von Projekten und Aktionen suchen.

Dafür stehen wir: Green City e.V. ist eine Münchner Umweltorganisation und setzt zahlreiche Projekte in den Bereichen Mobilität, Urbanes Grün, Bildung und Klimaschutz um: Für ein grünes, lebenswertes und zukunftsfähiges München. Wir pflegen eine Kultur der Vielfalt und des Zusammenhalts. Unsere Mission: Gemeinsam meistern wir den Klimawandel und treiben den Wandel der Stadt voran.

Kontakt: Carolin Stanzl, Tel. 089 89 06 68-331, carolin.stanzl@greencity.de, Lindwurmstraße 88, 80337 München, www.greencity.de, www.instagram.com/greencityev/

Kreislaufschränke München e.V.

E4

Wir suchen Freiwillige für: z. B. Standort-Koordinator*in, Schrank-Pat*innen, Hands on: Aufbau, Anstrich und Reparaturen, Fundraising, Eventmanagement für Feste und Veranstaltungen, Monitoring/Evaluation, Organisationsentwicklung, Fahrrad-Transport des Plausch&TauschMobils. Wir bemühen uns um Inklusion, auch in unserem Vereinsleben. Bitte sag uns, was du brauchst, um dich mit uns zu engagieren.

Kurzfristiges Engagement bei uns: bei Events (z. B. Messen, Eröffnungsfeiern, Stadtteilstefen, Ausstellungen), Einmalige Mithilfe beim Aufbau eines Kreislaufschranks, Transport von Dingen durch die Stadt, Räum- und Reparaturtage, Inklusive Freiwilligentage

Dafür stehen wir: Mit den Münchner Kreislaufschränken bieten wir ein niederschwelliges Angebot, unkompliziert Alltagsgegenstände in der Nachbarschaft zu tauschen. Dies spart Ressourcen und belebt die Nachbarschaft. Die bisherigen Vereins-Standorte

werden gerne und viel genutzt. Eine Ausweitung ist in vielen weiteren Stadtvierteln gewünscht. Dadurch kann noch mehr Menschen die Umstellung auf nachhaltigen Konsum erleichtert werden.

Kontakt: Hannah Patalong, T. 0151 43 11 28 71, kontakt@kreislaufschaenke.de, Willy-Brandt-Allee 26, 81829 München, www.kreislaufschaenke.de, www.instagram.com/kreislaufschaenke_muenchen

Leocor gGmbH

E5

Wir suchen Freiwillige für: Leitung, Organisation und Unterstützung von monatlichen Treffs zu Klima, Umwelt und Natur (Naturgarten-treffs, Klimatreffs) in verschiedenen Stadtteilen Münchens. Die Treffs finden je nach Ausrichtung in Nachbarschaftstreffs statt oder auch draußen (Naturgarten-treffs).

Kurzfristiges Engagement bei uns: bei Klimatreffs, z. B. Hilfe beim Flyern/Bewerben im Vorfeld, Verteilung von Postkarten u.ä.

Digitales Engagement bei uns: Unterstützung Social Media, Bewerbung unserer Treffs u.ä.

Dafür stehen wir: Wir engagieren uns bei der „Klimainitiative München“ in verschiedenen Stadtvierteln und möchten die Themen Umwelt, Natur und Klima niederschwellig zu den Menschen bringen. Durch eine breite Palette von Themenangeboten (von Balkonsolar über Elektromobilität, Kochen, Einmachen, Artenvielfalt durch Wildpflanzen für den Naturgarten bis hin zu Klimapsychologie) versuchen wir möglichst viele, unterschiedliche Menschen zu erreichen und sie für ein Engagement für ihr Viertel zu gewinnen.

Kontakt: Elisabeth Frank, Tel. 0170 381 41 91, elisabeth.frank@leocor.org, Sickenbergerstraße 12, 80997 München, https://leocor.org/

Münchener Tierpark Hellabrunn AG

E6

Wir suchen Freiwillige für: Unsere ehrenamtlichen Artenschutzbotschafter*innen sind kompetente Ansprechpartner*innen für Besuchende an Infomobilen und bei Sonderveranstaltungen. Sie faszinieren und informieren Klein und Groß mit spannenden Geschichten und Exponaten aus der Natur über die Tiere Hellabrunns und Schutzprojekte

aus der ganzen Welt. Zudem helfen sie bei Naturschutzmaßnahmen im Tierpark.

Dafür stehen wir: Heimische und exotische Tiere kennenlernen, ferne Welten entdecken, eintauchen in eine wundervolle Parklandschaft und dabei spielend lernen. Das alles kann man im Münchner Tierpark Hellabrunn. So versteht sich der Tierpark als

Bildungs- und Naturschutzeinrichtung mit dem Ziel, seine Besucher*innen für Biodiversität zu begeistern und über Natur- und Artenschutz zu informieren.

Kontakt: Julia Knoll, Tel. 089 625 08-037, julia.knoll@hellabrunn.de, Tierparkstraße 30, 81543 München, www.hellabrunn.de, www.facebook.com/tierparkhellabrunn

rehab republic e. V.

E7

Wir suchen Freiwillige für: Wir haben eine Vielzahl von Projekten, die sich über Unterstützung freuen. Du kannst dich für Müllvermeidung, mehr vegane Snacks bei Bäckereien, ein nachhaltigeres Olympiadorf und vieles mehr einsetzen. Dabei ist es dir überlassen, ob du lieber bei der Durchführung einer Aktion unterstützt oder selbst eine Veranstaltung organisierst, ob du deine Talente lieber allein von Zuhause aus einbringst oder vor Ort im Team Projekte vorantreibst. Ideen haben wir genug!

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Seit 2020 bieten wir jedes Jahr einer jungen, motivierten Person die Möglichkeit, sich im Rahmen eines Freiwilligen Ökologischen Jahres mit uns für ein nachhaltigeres München zu engagieren. Weitere Informationen dazu gibt es unter: www.foej-bayern.de/

Kurzfristiges Engagement bei uns: Neben langfristig Engagierten freuen wir uns auch über tatkräftige Unterstützung bei der Vorbereitung und Durchführung von einzelnen Veranstaltungen.

Digitales Engagement bei uns: Auch wenn wir am liebsten vor Ort und gemeinsam an unseren Projekten arbeiten, gibt es auch die Möglichkeit, uns digital zu unterstützen. Zum Beispiel bei der Pflege unserer Homepages oder der Betreuung unserer Social Media-Kanäle.

Dafür stehen wir: Wir zeigen, dass ein nachhaltiger Lebensstil auch Spaß macht und eine Bereicherung auf allen Ebenen darstellen kann. Mit niedrigschwelligen Aktionsformaten, wie z. B. Müllsammel-Aktionen, Kleider-tausch- oder Schnibbelparties laden wir Interessierte dazu ein, nachhaltige Alternativen einfach mal auszuprobieren.

Kontakt: Sabrina Türschmann, Tel. 0176 47 08 11 59, mitmachen@rehab-republic.de, Dachauer Str. 112d, 80636 München, www.rehab-republic.de, www.instagram.com/rehabrepublic

Aktivsenioren Bayern e. V.

F1

Wir suchen Freiwillige für: Wir suchen Kolleg*innen für die Betreuung der Schüler*innen sowie für betriebswirtschaftliche Unterstützung von Existenzgründer*innen und kleine und mittlere Unternehmen. Im schulischen Umfeld arbeiten wir immer im Team. Die Einarbeitung und Unterstützung untereinander ist für uns selbstverständlich.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Mitwirkung an Workshops für Kinder und Jugendliche, Erarbeitung neuer Unterstützungsangebote für unsere Schulen etc.

Digitales Engagement bei uns: Erstellung von digitalen Unterlagen und Inhalten, Recherche zu Ausbildungsmöglichkeiten und Praktikplätzen etc.

Dafür stehen wir: Die Aktivsenioren Bayern unterstützen Schüler*innen der Münchener Mittelschulen beim Übergang von Schule in den Beruf. Wir geben Orientierung und helfen bei wichtigen Schritten inklusive individueller Übungen im Bewerbungsablauf. Wir begleiten außerdem Existenzgründer*innen, kleine und mittlere Unternehmen (KMU) sowie gemeinnützige Organisationen bei betriebswirtschaftlichen Aufgaben und unterstützen Sie bei der Entwicklung, Optimierung und Umsetzung Ihres Geschäftskonzeptes.

Kontakt: Manfred Metzger-Buschor,
Tel. 0172 669 06 66,
manfred.metzger@aktivsenioren.de,
Landshuter Allee 11, 80637 München,
www.aktivsenioren.de

Fröbel e. V.

F2

Wir suchen Freiwillige für: Unseren Kindern vorlesen, Bewegungsaktivitäten anbieten, Bäume pflanzen oder experimentieren: Mit Ihrem Engagement können wir Projekte und Aktivitäten realisieren, die sonst nicht möglich wären. Ob einmalig oder langfristig – Sie können Ihre Stärken, Talente und Erfahrungen an die Kinder weitergeben und besondere Momente des Lernens mit unseren pädagogischen Fachkräften schaffen. Das können künstlerische, wissenschaftliche und sportliche Angebote sein, aber auch Gärtnern oder Gestalten uvm.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: in einem unserer Kindergärten oder Kinderkrippen zur Unterstützung im pädagogischen Alltag.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Unterstützung bei Veranstaltungen (z. B. Feste), Ausflügen, Tageseinsätzen (z. B. Garteneinsatz) oder nach Absprache

Dafür stehen wir: „Kompetenz für Kinder“ – Mit diesem Leitgedanken betreiben wir als gemeinnütziger, überregionaler Träger Kindergärten, Horte und familienunterstützende Leistungen. Unsere Häuser sind Orte, in denen alle Kinder und ihre Familien

willkommen sind. Dabei spielt es keine Rolle, wo sie herkommen, welche Sprache sie sprechen oder woran sie glauben. Alle dürfen sich zu Hause und wohlfühlen, die unsere Werte von Gemeinschaftlichkeit, Vielfalt, Chancengleichheit und Demokratie teilen.

Kontakt: Katja Labidi, Tel. 030 212 35-378,
katja.labidi@froebel-gruppe.de,
Alexanderstraße 9, 10178 Berlin,
www.froebel-gruppe.de/ehrenamt

Inklusive Montessori Schule an der Balanstraße / Werkstatt der Generationen

F3

Wir suchen Freiwillige für: Unsere ehrenamtlichen Senior-Expert*innen engagieren sich in Schule/Hort mit eigenen Projekten und Ideen. Sie bringen ein, was IHNEN selber Freude macht und setzen dies zusammen mit den Pädagog*innen um. Die Bandbreite ist groß: Handwerken, Handarbeiten, Zeitzeug*in sein, Musik machen, Literatur nahebringen, Natur erforschen, diskutieren ... Wir sind offen für (fast) jede Idee.

Schüler*innen ein „Gespräche über den Frieden“. Wir sind immer offen für neue digitale Ideen und Formate.

Dafür stehen wir: Die WERKSTATT DER GENERATIONEN – Jung und Alt machen Schule und stärken den sozialen Zusammenhalt! In unserer Inklusiven Montessori Schule an der Balanstraße bringen Engagierte der älteren Generation ihre Erfahrungen, Leidenschaft und Interessen als Senior-Expert*innen in den Schulalltag der 1.–10. Klassen ein. Jung und Alt sind gemeinsam aktiv und lernen miteinander, voneinander und übereinander. Die Lebenswelten der Generationen bleiben so im gemeinsamen Tun und mit viel Freude verbunden.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Neben dem ehrenamtlichen Engagement in der Werkstatt der Generationen bieten wir in jedem Schuljahr Stellen für Personen an, die für ein Schuljahr als Schulbegleiter*innen in einer Lerngruppe tätig sein möchten.

Digitales Engagement bei uns: Gespräche und Austausch der Generationen können durchaus auch digital erfolgen. So führten zum Beispiel mehrere unserer Senior-Expert*innen in einem digitalen Talk mit

Kontakt: Anke Koenemann,
Tel. 089 909 01 78 55,
a.koenemann@montessori-muenchen.de,
Balanstraße 73, 81541 München,
www.monte-balan.de

InteGREATER e.V. – Standort München

F4

Wir suchen Freiwillige für: den gemeinnützigen Verein InteGREATER e.V., die als sogenannte InteGREATER*innen ihre persönlichen Bildungsbiografien – mit allen Herausforderungen und Erfolgen – mit Jugendlichen teilen. Besonders junge Menschen mit Migrationsgeschichte sollen so motiviert werden und durch authentische Vorbilder sehen: „Wenn wir es geschafft haben, dann schafft Ihr es auch!“

Kurzfristiges Engagement bei uns: Unterstützung im Netzwerken, Sponsoring (Akquise von finanziellen Mitteln für die Vereinsarbeit, Kooperationen z. B. mit Firmen) Schulakquise (Recherche und Ansprache von Schulen z. B. über Schulsozialarbeiter*in, Lehrkraft für Berufsorientierung, Schulleitung), Social Media Content Generierung.

Dafür stehen wir: Im Verein InteGREATER e.V. setzen sich junge Menschen mit Migrationsbiografie ein, um Schüler*innen durch ihre eigenen Erfahrungen zu inspirieren. In unseren Workshops informieren wir über vielfältige Bildungsmöglichkeiten sowie Hilfsangebote und tragen dazu bei, die Wahrnehmung der Erfolgsgeschichten von Menschen mit Migrationsbiografie in Deutschland zu stärken. Unser Ziel ist es, positive Vorbilder zu schaffen und Bildungserfolge sichtbar zu machen.

Kontakt: Mai, muenchen@integreater.de, Hauptsitz: Wallstraße 65, 10179 Berlin, www.integreater.de, www.instagram.com/integreatermuenchen

Bürgerschaftliches Engagement im Sozialraum der LHM, Sozialreferat F5

Wir suchen Freiwillige für: Unterstützung bei Behördenangelegenheiten, Lernhilfe für Kinder und Erwachsene, Senioren*innenbegleitung, Ausflüge und Freizeitgestaltung für Kinder, Familien und Senioren*innen, handwerkliche Hilfe im Haushalt

Digitales Engagement bei uns: Wenn allen Beteiligten eine digitale Umsetzung möglich ist und dies mit dem Engagement vereinbar ist, können Sie die Engagements auch digital ausführen bspw. als Videocalls.

Dafür stehen wir: Unser Ziel ist es gemeinsam mit Ihnen Münchner*innen zu unterstützen, die es aus finanziellen oder sozialen Gründen nicht selbst können. Mit uns haben Sie ein erfahrenes Team an Ihrer Seite, dass Sie in Ihrem Engagement individuell begleitet und mit fachlichem Wissen unterstützt.

Kontakt: Team Bürgerschaftliches Engagement, Tel. 089 233-484 54, engagement.soz@muenchen.de, Ridlerstraße 75, 80339 München, https://stadt.muenchen.de/infos/buerger-schaftliches_engagement_im_sozialraum

JOB-MENTORING MÜNCHEN

F6

Wir suchen Freiwillige für: JOB-MENTOR*INNEN: Sie unterstützen direkt an einer von 25 Mittelschulen im Einzelcoaching bei der Berufsfindung, im Bewerbungsprozess und bei der Berufsvorbereitung und arbeiten mit Lehrkräften, Schulsozialarbeit, Jade und der Berufsberatung der Arbeitsagentur gemeinsam an einer intensiven Vorbereitung der Jugendlichen auf das Berufsleben. SOCIAL-MEDIA-MANAGER*IN: Wir wollen uns digital besser aufstellen und suchen dringend Unterstützung bei der Betreuung von Social Media Kanälen.

Digitales Engagement bei uns: Die Betreuung unserer Social Media Kanäle ist fast ausschließlich digital möglich.

Dafür stehen wir: JOB-MENTORING MÜNCHEN hilft Münchner Mittelschüler*innen eine Lehrstelle zu finden. Nur 30% der Jugendlichen erhalten bei Beendigung der Mittelschule einen Ausbildungsplatz. Genau das schafft JOB-MENTORING MÜNCHEN Abhilfe. Mit unserer Unterstützung beginnen jedes Schuljahr rund 65 % der betreuten Schüler*innen eine Ausbildung.

Kontakt: Claudia Lusskandl, Tel. 089 122 21 97-60, c.lusskandl@job-mentoring-muenchen.de, Lamontstraße 11, 81669 München, www.job-mentoring-muenchen.de

Jugendinformationszentrum (KJR München-Stadt)

F7

Wir suchen Freiwillige für: Wir selbst suchen keine Freiwilligen, informieren aber über Möglichkeiten und Formate für junge Menschen (meist 18 bis 27 Jahre), sich im Rahmen eines Freiwilligendienstes im Ausland zu engagieren.

Dafür stehen wir: Das Jugendinformationszentrum München (JIZ, früher IFO) wurde im Jahr 1967 gegründet. Es ist eine Informations- und Beratungsstelle für Jugendliche und junge Erwachsene sowie alle Personen, die beruflich oder privat mit jungen Menschen zu tun haben. Aufgabe des JIZ ist, Jugendliche zu

sie betreffenden und interessierenden Themenbereichen zu informieren und zu beraten. Darüber hinaus wenden sich Personen(gruppen), die mit Jugendlichen zu tun haben, an das JIZ.

Kontakt: Michael Graber, Tel. 089 550 52 15 50, m.graber@jiz-muenchen.de, Oberanger 6, 80331 München, www.jiz-muenchen.de, www.facebook.com/JIZ.Muenchen

KinderHelden gGmbH

F8

Wir suchen Freiwillige für: Gemeinsam lachen, lernen, einem Kind ungeteilte Aufmerksamkeit schenken und es in seinem Selbstwertgefühl stärken – bei KinderHelden unterstützen ehrenamtliche Mentor*innen Münchner Grundschulkinder mit erschwerten Startbedingungen. Mind. 1 Jahr lang treffen sich die individuell zusammengestellten Tandems ca. 2h/Woche (auch hybrid möglich: digital & persönlich), lernen spielerisch, entdecken Stärken sowie Interessen und unternehmen gemeinsame Freizeitaktivitäten.

Digitales Engagement bei uns: Durch unser digitales Mentoringprojekt „Fit für Fünf“ unterstützen ehrenamtliche Mentor*innen Viertklässler*innen beim Übergang in die fünfte Klasse. Das Projekt unterscheidet sich vom Engagement innerhalb Münchens dadurch, dass die Mentor*innen ortsunabhängig Kinder rein digital begleiten.

Dafür stehen wir: Wir sind eine gemeinnützige Organisation mit dem Ziel Grundschulkinder mit erschwerten Startbedingungen durch individuelles Mentoring stark für die Herausforderungen ihres Alltags zu machen. Wir möchten den Kindern zu mehr Teilhabe, Bildungschancen und Integration verhelfen – frühzeitig, gezielt und individuell. Zuletzt konnten wir so 1.200 Kinder/Jahr bundesweit fördern. In München sind wir an acht Kooperationsschulen aktiv und wollen so viele Kinder wie möglich unterstützen.

Kontakt: Klara Spiesberger, Tel. 0176 55 72 35 54, klara.spiesberger@kinderhelden.info, Tassiloplatz 25, 81541 München, www.kinderhelden.info, www.instagram.com/kinder_helden_ggmbh/

Nestwärme e. V.

F9

Wir suchen Freiwillige für: Die Mitgestaltung und Durchführung unserer Freudenmomente im Stadtgebiet München. Im Fokus dieses Engagements stehen das Gemeinschaftsgefühl, das Miteinander von Engagierten und Familien. Somit wird der Freudenmoment ein bereicherndes Erlebnis für alle Beteiligten. Ein Freudenmoment ist ein besonderes, inklusives Erlebnis für die ganze Familie – für Kinder, die mit einer Beeinträchtigung oder

chronischen Erkrankung leben, für ihre Geschwister und Eltern.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Wir suchen immer wieder Unterstützung für die Begleitung und Durchführung einzelner Freudenmomente.

Dafür stehen wir: Nestwärme steht für Inklusion und Solidarität, für Miteinander, Gemeinschaft und Geborgenheit für alle. Nestwärme bietet vielfältige Angebote für Familien mit beeinträchtigten Kindern, Angebote zur Stärkung der seelischen Gesundheit sowie vielfältige Engagement-Möglichkeiten mit großer Wirkung.

Kontakt: Lukas Schachtschneider, Tel. 0157 37 62 58 12, lukas.schachtschneider@nestwaerme.de, Liebfrauenstraße 9, 54290 Trier, www.nestwaerme.org, www.nestwaerme.org/engagieren/engagement-muenchen

Lern-Fair e. V.

F10

Wir suchen Freiwillige für: Unterstütze Schüler*innen online bei ihren schulischen Aufgaben und begleite sie auf ihrem Weg zum selbstständigen Lernen in der 1:1-Lernunterstützung. Schon mit einer Stunde pro Woche kannst du viel bewirken. Gib Gruppennachhilfe in strukturierten Kursen und Repetitorien, um bestimmte Themenfelder zu wiederholen und Fragen von Schüler*innenseite zu beantworten. Bringe dich ein bei Konversationskursen in der deutschen Sprache, um geflüchteten Schüler*innen das Ankommen zu erleichtern.

Dafür stehen wir: Wir möchten Schüler*innen, die im herkömmlichen Bildungssystem nicht die nötige Unterstützung erhalten, effektiv und gezielt fördern. Wir schaffen ein niedrigschwelliges digitales Ehrenamt für die junge und für die älteren Generationen, für Menschen, unabhängig von ihrer persönlichen Situation, ob ältere Menschen, Menschen mit körperlicher Behinderung oder engagierte im ländlichen Raum. Unser Ziel: gerechte Bildung für alle! Unser Beitrag zur Förderung des gesellschaftlichen Zusammenhalts.

Digitales Engagement bei uns: Online Schüler*innen bei ihren schulischen Aufgaben unterstützen und auf ihrem Weg zum selbstständigen Lernen in der 1:1-Lernunterstützung begleiten. Schon mit einer Stunde pro Woche, Gruppennachhilfe in strukturierten Kursen und Repetitorien, Konversationskurse in der deutschen Sprache

Kontakt: Paula Zupke, Tel. 0157 73 84 81 24, paula.zupke@lern-fair.de, Glückstraße 1, 53115 Bonn, www.lern-fair.de, www.instagram.com/lern.fair

SkF München e. V.

F11

Wir suchen Freiwillige für: Vielfältigste Aufgaben in unseren Einrichtungen, z. B. Patenschaften für Kinder und Familien, Kinderbetreuung, schulische Unterstützung (bes. Naturwissenschaften, Mathe), Hilfe beim Deutschlernen, handwerkliche Hilfe, Umgang mit Laptop & Co., Begleitung zu Terminen, Mithilfe im Ehrenamtsteam des Kindersachen-Secondhand-Ladens.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: In unseren drei Kinderkrippen kann ein FSJ absolviert werden. Interessent*innen wenden sich direkt an die Leiterinnen der Einrichtungen: Kinderkrippe Klitzeklein (Sendling), Kinderkrippe Haus Maria Thalkirchen (Thalkirchen), Kinderkrippe Haus Monika (Pasing).

Kurzfristiges Engagement bei uns: Punktuelle handwerkliche Unterstützung auf Abruf bzw. nach Bedarf, Unterstützung bei Ausflügen oder Veranstaltungen und Festen.

Dafür stehen wir: Der SkF München e. V. ist ein Frauenfachverband mit vielfältigen Tätigkeitsfeldern (gegr. 1906). Rund 400 Mitarbeiter*innen und ca. 260 Ehrenamtliche setzen sich für Frauen, Familien und Kinder in Not ein – überkonfessionell, individuell und flexibel. Die Schwerpunkte des Vereins liegen in der Kinder- und Jugendhilfe, den Mutter-Kind-Häusern, der Schwangerschaftsberatung, der Wohnungslosen- und Straffälligenhilfe sowie im Schutz von gewaltbetroffenen Frauen und Kindern.

Kontakt: Mechthild Laier, Tel. 089 55 98 12 41, ehrenamt@skf-muenchen.de, Dachauer Str. 48, 80335 München, www.skf-muenchen.de, www.instagram.com/skf_muenchen

Lesefüchse e. V.

F12

Wir suchen Freiwillige für: das wöchentliche dialogische Vorlesen in Münchner Grundschulen und Stadtteilbibliotheken sowie für die wöchentliche 1:1 Einzel-Leseförderung in Grundschulen (Lesementoring).

Dafür stehen wir: Lesen können ist eng an das Lesen wollen gebunden. Lesefüchse e. V. möchte Lesefreude bei Kindern wecken, die ohne Bücher aufwachsen. Wenn Kindern vorgelesen wird, wächst ihre Neugier auf Geschichten und sie genießen persönliche

Zuwendung. Dialogisches Vorlesen fördert die aktive Kommunikation und erweitert den Wortschatz. Die Konzentrationsfähigkeit und Fantasie werden geschult. All dies erleichtert das Lernen und erhöht die Chance auf eine erfolgreiche Schul- und Ausbildungszeit.

Kontakt: Christine Koch, Tel. 089 72 01 61 41, info@lesefuechse.org, Blütenburgstraße 61, 80636 München, www lesefuechse.org

VAMV (Verband alleinerziehender Mütter und Väter)
Ortsverband München e. V.

F13

Wir suchen Freiwillige für: Für unsere regelmäßigen Treffs, die alleinerziehenden Eltern teilen und ihren Kindern die Möglichkeit geben sollen, sich in angenehmer Atmosphäre auszutauschen, sich untereinander zu vernetzen und einfach eine gute Zeit zu haben, suchen wir Ehrenamtliche sowohl in der Kinderbetreuung als auch in der Treffeitung. Zudem sucht unser gemeinnütziger Verein engagierte Personen für eine ehrenamtliche Vorstandstätigkeit. Gemeinsam möchten wir uns für Alleinerziehende in München stark machen.

Dafür stehen wir: Der VAMV OV München stellt seit Jahrzehnten ein umfangreiches und spezifisches Angebot für alleinerziehende

Eltern zur Verfügung. Er ist neben der Beratungsstelle, in der das Team der hauptamtlichen Mitarbeiter*innen zu allen Fragen rund um das Alleinerziehen berät, ein wichtiger Treffpunkt für Alleinerziehende und deren Kinder und fungiert als Ort der Begegnung und des Austauschs. Ein respektvolles Miteinander zwischen Hauptamtlichen, Ehrenamtlichen und Besucher*innen ist uns dabei wichtig.

Kontakt: Christina Höfel, Claudia Liszewski, Tel. 089 692 70 60, info@vamv-muenchen.de, Ramersdorfer Str. 1, 81669 München, www.vamv-muenchen.de, www.instagram.com/vamv_muenchen

Löwenherz (Gesellschaft für Soziale Arbeit)

F14

Wir suchen Freiwillige für: Patenschaften für Kinder und Jugendliche. Die Pat*innen treffen sich regelmäßig (Häufigkeit und Zeitpunkt werden mit Pat*innen und der Familie abgestimmt) mit dem Patenkind und sind eine weitere Bezugs- und Ansprechperson außerhalb der Familie. Der Schwerpunkt kann im Bereich Lernhilfe oder Freizeit liegen oder eine Mischung aus Beidem.

Dafür stehen wir: Durch die Patenschaften werden sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche (und dadurch auch deren Familien) unterstützt. Dadurch soll

Chancengleichheit und ein solidarisches Miteinander gefördert werden. Die Kinder und Jugendlichen werden in ihrer Entwicklung gefördert und unterstützt und die Pat*innen erweitern ebenfalls die eigene Perspektive.

Kontakt: Sarah Knieps, Tel. 0176 15 78 47 85, Cornelia Groß, Tel. 0151 58 18 86 29, loewenherz@gfsa-muenchen.de, Brecherspitzstraße 8, 81541 München, https://gfsa-muenchen.de/unsere-angebote/loewenherz

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

F15

Wir suchen Freiwillige für: Unsere Freiwilligen betreuen kurzzeitig erkrankte und genesende Kinder in der vertrauten elterlichen Wohnung und schenken ihnen damit Zeit und Zuwendung zum Gesundwerden. Für berufstätige oder sich in Ausbildung befindende Eltern bedeutet die flexible, zuverlässige Einsatzbereitschaft unserer Freiwilligen und die fürsorgliche individuelle Betreuung ihres Kindes eine enorme Entlastung.

Dafür stehen wir: Wir leisten mit der kurzfristigen und unbürokratischen Vermittlung unserer Freiwilligen zu Familien mit einem akuten Betreuungsengpass einen wichtigen Beitrag zum generationenübergreifenden

gesellschaftlichen Zusammenhalt. Mit unserem Betreuungsangebot für kranke und genesende Kinder unterstützen wir Eltern maßgeblich bei der Herausforderung Familienfürsorge und Berufstätigkeit zu vereinbaren. Erkrankte Kinder von 0 bis 12 Jahren bekommen Zeit und Zuwendung, um in Ruhe daheim gesund zu werden.

Kontakt: Inga Fischer,
Tel. 089 290 44 78, fischer@zhgw.de,
c/o Verein für Fraueninteressen e. V.,
Alzheimer Eck 13, 80331 München,
www.zhgw.de,
www.facebook.com/zuhausesgesundwerden

LESEZEICHEN

F16

Wir suchen Freiwillige für: Die Lesepatenschaften finden einmal pro Woche für eine Schulstunde in einer 1:1 Situation an einer der 70 Münchner Kooperationsschulen statt. Die Freiwilligen gehen gezielt auf die individuellen Bedürfnisse der Kinder ein und bauen eine verlässliche Beziehung zu ihnen auf. Unter dem Motto „Bildung durch Bindung stärken“ soll spielerisch und ohne Leistungsdruck die Lese- und Lernfreude geweckt und das Selbstbewusstsein der Schüler*innen gestärkt werden.

Dafür stehen wir: LESEZEICHEN setzt sich mit dem Modell der Lesepatenschaften dafür ein, Schüler*innen beim Erwerb der Schlüsselkompetenzen Lesen und Sprache zu

unterstützen, da diese wichtige Voraussetzungen für eine erfolgreiche Schullaufbahn sind. Außerdem beflügelt Lesen die Phantasie, macht selbstbewusst und verschafft faire Bildungschancen. Bei LESEZEICHEN engagieren sich Freiwillige, die ihre Zeit, Fähigkeiten und Empathie zur Verfügung stellen, um Kinder mit weniger guten Bildungschancen zu unterstützen.

Kontakt: Sandra Hédiard,
Tel. 089 452 24 11 22,
team@lesezeichen-muenchen.de,
Alzheimer Eck 13, Rgb., 80331 München,
<https://lesezeichen-muenchen.de/>

Freiwilligen-Agentur TATENDRANG

C3

Wir suchen Freiwillige für: TATENDRANG vermittelt Freiwillige in mehr als 400 gemeinnützige Organisationen und Projekte in München mit einer Vielfalt an Engagement-Angeboten. Egal, ob Sie sich sozial, kulturell oder ökologisch engagieren möchten, wir finden das richtige Angebot für Sie. Wir freuen uns auch über Ihre Talente, Erfahrungen und eigenen Projektideen. Für unser Projekt „FREIZEIT hoch2“ suchen wir Ehrenamtliche als Freizeitpartner*innen für Menschen mit Behinderung.

Kurzfristiges Engagement bei uns: In unserem Projekt „Whats to do?“ vermitteln wir Kurzeinsätze in gemeinnützigen Organisationen, z.B. Hilfe bei Veranstaltungen, Festen und Aktionen, bei Lerntagen etc. Sie können mithelfen und lernen so unkompliziert ganz unterschiedliche Engagement-Bereiche und Zielgruppen kennen.

Digitales Engagement bei uns: Webseiten-Check für Gemeinnützige, Social Media Kanäle bespielen, Texte und Videos erstellen oder

Online-Coaching für Geflüchtete und Jugendliche – es gibt viele Möglichkeiten, sich digital zu engagieren.

Dafür stehen wir: Das TATENDRANG-Team berät Sie persönlich und individuell über Engagement-Möglichkeiten in über 400 Organisationen und Projekten. Gemeinsam finden wir das Engagement, das zu Ihnen passt und Freude macht. Wir vermitteln Aufgaben in unterschiedlichsten Bereichen und für jedes Zeitbudget. Im Projekt „Whats to do?“ informieren wir via WhatsApp über flexibles Engagement (Kurzeinsätze). Freiwillige im Bildungsbereich profitieren von den kostenfreien Weiterbildungen unserer „Lernpaten-Akademie“.

Kontakt: Ute Bujara, Renate Volk,
Tel. 089 452 24 11-0, info@tatendrangs.de,
Alzheimer Eck 13 Rgb., 80331 München,
<https://tatendrangs.de>, https://www.instagram.com/tatendrangs_fwa

Evangelisches Bildungswerk München e. V.

C4

Wir suchen Freiwillige für:

1. fahren und begleiten – Friedhofsfahrer*innen für Friedhofsbesuche. Ihre Aufgaben: Abholung der Fahrgäste mit unserem Auto, Fahrt ans Grab, unterstützende und fürsorgliche Begleitung, Rückfahrt zum Wohnort.
2. Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen im Café für die Seele. Ihre Aufgabe: wichtig ist es,

einfach da zu sein, zuzuhören und die Tischgespräche zu begleiten.

Dafür stehen wir: Beratung, Qualifizierung und Begleitung von Haupt- und Ehrenamtlichen für soziales, kirchliches und kulturelles Engagement. Wir bieten Weiterbildung an für Ehrenamtliche, Vereine, Kirchengemeinden, ältere Menschen, Menschen mit

Behinderung. Wir bieten Beratung an rund um das Selbsthilfethema Medien und sind Stützpunkt für Verbraucherbildung. Wir vermitteln Freiwillige in andere Einrichtungen/Initiativen/Projekte.

Kontakt: Dr. Felix Leibrock,
Tel. 089 55 25 80-51,
felix.leibrock@ebw-muenchen.de,
Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München,
www.ebw-muenchen.de,
www.instagram.com/ebw_muenchen

Zivilcourage für ALLE e. V.

C5

Wir suchen Freiwillige für: In folgenden Bereichen suchen wir Mitmacher*innen: TRAINER*INNEN, PR & MARKETING (Social Media), IT, FINANZEN, Unterstützung bei Events mit z. B. Info-Stand oder bei Messen.

Digitales Engagement bei uns: Unterstützung bei der Gestaltung der Homepage, Betreuung der Social Media Kanäle, Administration der Mitglieder auf diversen IT-Plattformen, Technische Verwaltung des vierteljährlichen Newsletters, Abhalten von Online-Trainings, ggf. online-Sitzungen oder Besprechungen.

Dafür stehen wir: Zivilcourage für ALLE sind sozial engagierte, motivierte und unfassbar nette Menschen, die sich aktiv für gesellschaftliche Werte einsetzen. Werde Teil

unserer offenen Zivilcourage-Truppe und gestalte mit großem Freiraum die Arbeit unseres Vereins mit. UNSERE MISSION ist es, Zivilcourage zu fördern und zu verbreiten, indem wir offene und buchbare Trainings, Vorträge sowie Stadtspaziergänge und öffentlichkeitswirksame Aktionen anbieten.

Kontakt: Susanne Singer, Tel. 089 120 9 64 71,
info@zivilcourage-fuer-alle.de,
Lena-Christ-Weg 5, 85649 Brunnthal,
<https://zivilcourage-fuer-alle.de>,
www.facebook.com/zivilcourage.fuer.alle,
www.instagram.com/zivilcourage_fuer_alle

Altes Rathaus

Prunksaal, 1. OG 31 Aussteller-Stände

Inklusion und Vielfalt

- G1 Diakonie München und Oberbayern e.V.
- G2 BiB e.V.
- G3 ArrivalAid gUG
- G5 IG-InitiativGruppe – Interkulturelle Begegnung und Bildung e.V.
- G6 Lebenshilfe München e.V. Stadt und Landkreis
- G7 Mama lernt Deutsch beim Verein für Fraueninteressen e.V.
- G8 Münchner Tafel e.V.
- G9 IN VIA München e.V., Fachbereich Migration
- G10 Offene Behindertenarbeit evan. in der Region
- G11 Internationaler Bund e.V. Wohnungslosenhilfe Bayern Ambulante Hilfen
- G12 Sehbehindert – aber Richtig e.V.
- G13 Münchner Flüchtlingsrat e.V.
- G14 Projekt-Laden International Haidhausen
- G15 Patenprojekt „BiP Begegnung in Patenschaften“, Sozialreferat, LHM
- G16 Sozialverband VdK Bayern e.V. – Kreisverband München
- G17 Sub e.V. - Schwul-queeres Zentrum in München

- G18 Über den Tellerrand kochen München e.V.
- G19 MORGEN e.V., Netzwerk Münchner Migrant*innenorganisationen
- G20 Nachbarschaftstreffs München
- G21 ZIRKEL für kulturelle Bildung e.V.

Senior*innen

- H1 Fachstelle Alten- und Service-Zentren (ASZ), LHM Sozialreferat
- H2 Alzheimer Gesellschaft München e.V.
- H3 Freunde alter Menschen e.V.
- H4 MÜNCHENSTIFT GmbH
- H5 Retla e.V.
- H6 Seniorennet-Süd e.V.
- H7 WiAC e.V. - Wohnen im Alter im Cosimapark
- H8 ZAB e.V. - Zusammen Aktiv Bleiben

Engagementberatung und Weiterbildung

- C6 z'sam – Zentrum für freiwilliges Engagement, Diakonie München und Oberbayern
- C7 Münchner Bildungswerk e.V.
- C8 Freiwilligen-Zentren München der Caritas



© Michael Nagy, Presseamt München

Diakonie München und Oberbayern e.V.

G1

Wir suchen Freiwillige für:

- Engagier Dich als Brückenbauer*in und werde Multiplikator*in für Themen des älter Werdens in muttersprachlichen Communities
- Engagier Dich als Ansprechpartner*in für wohnungs- und obdachlose Menschen in der Teestube.
- Engagier Dich als Unterstützer*in in unserer vielfältigen Nachbarschaft
- Engagier Dich als Lernhelfer*in für geflüchtete Kinder in den Unterkünften
- Engagier Dich als Textilexpert*in und hilf Menschen in sozialen Notlagen das passende Kleidungsstück zu finden

Dafür stehen wir: Zusammen wachsen in Vielfalt! Vielfalt bedeutet für uns nicht nur ein breites Spektrum an Engagementformen und -möglichkeiten, sondern auch die bunte Mischung der Menschen, mit denen wir gemeinsam positive Veränderungen bewirken. Als Diakonie setzen wir uns für ein vielfältiges Engagement ein und fördern eine inklusive Gesellschaft. Wir unterstützen Menschen in ihren unterschiedlichen Lebenssituationen und tragen dazu bei, dass jeder die Hilfe und Anerkennung erhält, die er benötigt.

Kontakt: Sabine Bankauf, Tel. 089 54 24 50 24, ehrenamt@diakonie-muc-obb.de, Landshuter Allee 40, 80637 München, www.diakonie-muc-obb.de/ehrenamt

BiB e.V.

G2

Wir suchen Freiwillige für: Freizeitgestaltung mit Kindern und Jugendlichen mit Behinderung. Menschen die durch die Betreuungsleistung eine Familie unterstützen und so neue Möglichkeiten für diese schafft.

von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung bei zu tragen. Zudem setzen wir uns ein für die Begegnung von Menschen mit und ohne Behinderung, für die Verwirklichung des Inklusionsgedanken.

Dafür stehen wir: Wir haben uns zum Ziel gesetzt, Kinder und Jugendliche mit Behinderung, deren Familienmitglieder und Angehörige zu unterstützen sowie zur Integration

Kontakt: Martin Faber, Tel. 089 124 79 69 32, martin.faber@bib-ev.org, Seeriederstraße 25, 81675 München, www.bib-ev.org, www.instagram.com/bib.ev

ArrivalAid gUG

G3

Wir suchen Freiwillige für: Freiwillige bei ArrivalAid können Migrant*innen und Geflüchtete in verschiedenen Programmen unterstützen: bei allgemeinen alltäglichen Integrationsschritten, bei der Job- und Ausbildungssuche, in einer Ausbildung, zur Vorbereitung einer Anhörung beim BAMF, als Sprachmittler*in, als Trauma-Ersthelfer*in, in der Freizeit oder bei sportlichen Aktivitäten und Menschen mit Flucht- oder Migrationsgeschichte mit Behinderung und/oder chronischen Krankheit bei allgemeinen Integrationsschritten.

Dafür stehen wir: Unser Ziel ist es, Menschen mit Flucht- und Migrationsgeschichte einen guten Einstieg in das Leben in Deutschland zu ermöglichen. Wir wollen sie bei allen wichtigen Schritten der Integration in Deutschland unterstützen – vom Asylantrag über die Arbeitssuche bis zur Anmeldung im Sportverein.

Kontakt: Gerhard Grunick, Tel. 089 55 87 16 89, gerhard.grunick@arrivalaid.org, Ringseisstraße 11a, 80337 München, www.arrivalaid.org, www.instagram.com/arrivalaid_gug

IG-InitiativGruppe – Interkulturelle Begegnung und Bildung e. V. G5

Wir suchen Freiwillige für: Ehrenamtliche unterstützen Menschen mit Migrations- und Fluchterfahrung in 1:1 Begleitung oder in Kleingruppen durch klassische Nachhilfe, Prüfungsvorbereitung, Vorlesen, Konversation, beim Berufseinstieg oder kreative Sprachförderanlässe. Sie sind an einem Projekt der IG angebunden oder individuell unterwegs. Sie gehen auf die individuellen Bedürfnisse der Lernenden ein und gestalten die Lernstunde selbstverantwortlich.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Kurzfristiges Engagement ist an einzelnen Tagen z. B. beim Erstellen von Bewerbungsunterlagen möglich und in einem Zeitrahmen von 4–12 Wochen in der Prüfungsvorbereitung.

Dafür stehen wir: Die InitiativGruppe e. V. setzt sich seit über 50 Jahren für die Integration von Menschen mit Migrations- und Fluchterfahrung ein. Der Schwerpunkt des Bürgerschaftlichen Engagements in der IG ist die Lernunterstützung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Kontext von Schule und Beruf. Wir fördern damit Chancengleichheit, Partizipation und Integration.

Kontakt: Frau Einhauser, Frau Gaidosch-Nwankwo, Frau Yağın, Tel. 089 54 46 71-70, ehrenamt@initiativgruppe.de, Karlstraße 50, 80333 München, <https://buergerengagement.initiativgruppe.de/buergerengagement/ehrenamt/anmeldung-kontakt.html>, www.instagram.com/initiativgruppe

Lebenshilfe München e. V. Stadt und Landkreis G6

Wir suchen Freiwillige für: Die gemeinsame Freizeitgestaltung von Menschen mit und ohne Behinderung im Rahmen der offenen Behindertenarbeit (OBA), aber auch im Familienunterstützenden Dienst (FUD) für die stundenweise Betreuung und Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Ein Bundesfreiwilligendienst ist bei uns für alle Altersgruppen und in unterschiedlichen Bereichen der Lebenshilfe München möglich.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Bei Projekten und einmaligen Angeboten im Freizeitprogramm.

Dafür stehen wir: Mit einer hohen Motivation und Fachkompetenz betreuen unsere Mitarbeiter*innen täglich über 700 Kinder und Jugendliche, etwa 900 erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung und deren Angehörige. Viele dieser Angebote sind nur mit dem Engagement von Freiwilligen möglich. Ziel ist es, Menschen mit Behinderung möglichst viele Angebote zur sozialen Teilhabe zu ermöglichen, Begegnungen zu schaffen und Familien im Alltag zu unterstützen.

Kontakt: Frau Cetin und Frau Enzinger, Tel. 089 693 47-143 oder 089 693 47-142, oezge.cetin@lebenshilfe-muenchen.de, St.-Quirin-Str. 13a, 81549 München, www.lebenshilfe-muenchen.de, www.instagram.com/lebenshilfe.muenchen

Mama lernt Deutsch beim Verein für Fraueninteressen e. V. G7

Wir suchen Freiwillige für: Wir suchen ehrenamtliche Kinderbetreuerinnen und Lernbegleiterinnen, die Lust haben unsere Teams an einen der 30 Standorte in München zu verstärken.

Dafür stehen wir: Mama lernt Deutsch richtet sich an Frauen mit Migrationshintergrund, die Deutsch lernen oder ihre Kenntnisse verbessern möchten. Das Projekt hilft den Teilnehmerinnen, sich im Alltag besser zurecht zu finden, sei es bei Arztbesuchen,

Elterngesprächen oder beim Einkaufen. Das Besondere dabei: Kinder dürfen dabei sein! Das Projekt fördert aber nicht nur die sprachliche Integration der Mütter, sondern unterstützt sie auch dabei, sich in ihrem neuen Lebensumfeld besser zurechtzufinden.

Kontakt: Gabriele Keller, Tel. 0159 06 55 20 39, g.keller-mld@fraueninteressen.de, Altheimer Eck 13 Rgb., 80331 München, www.mama-lernt-deutsch.de

Münchner Tafel e. V. G8

Wir suchen Freiwillige für: Wer ehrenamtlich tätig sein möchte, hat bei der Münchner Tafel eine große Auswahl: Von Ausgabe-Helfer*in bis zum*zur Fahrer*in. Je nach persönlichen Vorlieben und Fähigkeiten, findet man hier immer eine Aufgabe, die Spaß macht. Wer lieber an der frischen Luft ist, sollte es doch mal an einer Ausgabestelle versuchen oder als Fahrer*in eines unserer Transporter.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes

Dafür stehen wir: Helfen macht glücklich! Jede Woche sammeln wir über 180 Tonnen einwandfreie Lebensmittel, um diese an über 21.000 Menschen zu verteilen, die dringend

Unterstützung benötigen. Hierzu gehören viele von Altersarmut betroffene Senior*innen, psychisch und physisch Kranke, Alleinerziehende mit Kindern sowie Familien, die am Existenzminimum leben. Diese nachhaltige und wertvolle Arbeit lebt vom einzigartigen Engagement unserer ehrenamtlichen Helfer*innen.

Kontakt: Evelyn Schaflitzl, Tel. 0173 435 58 75, schaflitzl@muenchner-tafel.de, Schäftlarnstraße 10, Städtisches Kontorhaus Zi. 226, 81371 München, <https://muenchner-tafel.de>, www.facebook.com/muenchnertafel

IN VIA München e. V., Fachbereich Migration

G9

Wir suchen Freiwillige für: In den Lerneinheiten trifft sich ein*e Ehrenamtliche*r mit einer*m Schüler*in/Azubi. Sie lernen, wiederholen und üben die Themen aus der Schule in Deutsch, Englisch und Mathematik oder fachbezogene Themen aus der Berufsschule. Die Behördenbegleiter*innen und Übersetzer*innen unterstützen die Klient*innen während einer Beratung bei IN VIA oder bei Außenterminen. Sie übersetzen in die oder aus der Muttersprache und geben Halt durch ihre Präsenz.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Kurzfristige Einsätze sind in allen Bereichen möglich. Es bedarf dieser vor Prüfungen oder Schulaufgaben, beim Erstellen einer Präsentation oder bei der Vorbereitung eines Referats sowie bei einer Anhäufung behördlicher Termine. Über Einsätze bei sog. Lernsamstagen freuen wir uns ebenso.

Digitales Engagement bei uns: Die Lerneinheiten können auch digital durchgeführt werden. Sie finden über unser Zoom-Konto

statt und werden von den Mitarbeiter*innen auch digital betreut. Durch die Bildschirmteilung können die gewünschten Lerninhalte bearbeitet und die Ergebnisse verschickt werden.

Dafür stehen wir: Gesellschaftliche Teilhabe für alle wird im Fachbereich Migration großgeschrieben. Sie wird u.a. durch Unterstützung von Migrant*innen und Geflüchteten in schulischer, beruflicher und sozialer Hinsicht realisiert. Durch Beratungs-, Bildungs- und Begegnungsangebote fördern wir die individuellen Fähigkeiten und Potentiale der Klient*innen/Teilnehmer*innen. Dies führt zu größerer Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und unterstützt Menschen dabei, sich besser in Deutschland zurecht zu finden.

Kontakt: Alice Goldbergova,
Tel. 089 548 88 95-0, 0157 80 69 23 06,
ehrenamt@invia-muenchen.de,
Goethestraße 12/3.OG, 80336 München,
www.invia-muenchen.de,
www.instagram.com/invia_muenchen

Offene Behindertenarbeit evan. in der Region

G10

Wir suchen Freiwillige für: Ehrenamtlich Tätige mit und ohne Beeinträchtigung können sich in allen Bereichen unserer Arbeit engagieren, z. B. bei unterschiedlichen Veranstaltungen, Sportgruppen, Senior*innenangeboten, Reisen oder in unserem inklusiven Cafébetrieb hinter und vor der Theke.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Unsere Organisation bietet sowohl das FSJ, als auch Plätze des Bundesfreiwilligendienstes an und hierzu auch gegebenenfalls Wohnraum in München. Bitte bei Interesse bei Kathy Mörtel Tel.: (089) 12 66 11 55 oder unter kathy.moerth@elkb.de melden. Wir freuen uns auf Sie!

Kurzfristiges Engagement bei uns: In unserer Einrichtung gibt es immer wieder Veranstaltungen (Sommerfeste, Sportveranstaltungen, Weihnachtsfeiern oder Mottopartys), bei denen wir uns sehr freuen, wenn wir Menschen für ein kurzfristiges Engagement finden können (z. B. für Busfahrten, Sportstationen, am Grill oder als Nikolaus...)

Dafür stehen wir: Die Offene Behindertenarbeit organisiert Freizeit-, Bildungs-, Sport-, Reise- und Beratungsangebote für und mit Menschen mit Lernschwierigkeiten. Diese Angebote für Kinder, Jugendliche,

Erwachsene und Senior*innen sind so gestaltet, dass Menschen mit und ohne Behinderung gleichberechtigt daran teilnehmen können. Im Zentrum steht immer der Gedanke der Selbstbestimmung, Autonomie, individuellen Freizeitgestaltung und der Teilhabe am gesellschaftlichen, politischen, kulturellen Leben.

Kontakt: Brigitte Troßmann, T. 089 12 66 11 64, brigitte.trossmann@elkb.de, Blütenburgstraße 71, 80636 München, www.oba-muenchen.de, Facebook, Instagram

Internationaler Bund e. V. Wohnungslosenhilfe Bayern Ambulante Hilfen

G11

Wir suchen Freiwillige für: Umzugshelfer*in, Handwerkliche Unterstützung, Sprachförderung, Hilfe bei Antragsstellungen, Unterlagen sortieren, EDV-Hilfen, Wohnungssuche, Arbeitssuche und Bewerbung, Begleitung zu einfachen Terminen (z. B. Behördengängen), Alltagspraktische Trainings, Einkaufshilfe, Freizeitbegleitung, Beschäftigung mit Kindern

Kurzfristiges Engagement bei uns: Nach Absprache mit der fallführenden Sachbearbeitung begleitet/unterstützt der*die Freiwillige einen Haushalt einmalig oder kurzfristig, je nach Bedarf bei oben genannten Tätigkeiten.

Dafür stehen wir: Unsere Ziele sind Vermeidung von Wohnungslosigkeit, dauerhafter Wohnungserhalt, Lösung sozialer Probleme, Hilfe zur Selbsthilfe. Durch ganzheitliche Unterstützung fördern wir eine nachhaltig selbständige Befähigung der Haushalte zur Mietfähigkeit. Hierzu wollen wir Haushalten ehrenamtliche Unterstützung zur Ergänzung der professionellen Hilfen anbieten. Wohnen ist nicht nur Grundrecht, sondern existenziell für die Teilhabe an der Gesellschaft. Wohnraum bietet Schutz, Sicherheit und Stabilität.

Kontakt: Jenny Machalke,
Tel. 089 997 40 60 17, jenny.machalke@ib.de, Aidenbachstraße 52a, 81379 München, www.internationaler-bund.de/standort/210038

Sehbehindert – aber Richtig e. V.

G12

Wir suchen Freiwillige für: die Unterstützung bei Veranstaltungen wie Team Events für Unternehmen, Corso Leopold und Spendenbazar sowie für organisatorische Aufgaben, die unseren sehbehinderten Sozialpädagogen*innen etwas schwerer fallen.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Wir organisieren Team Events für Unternehmen oder nehmen an Messen/Straßenfesten/Bazaren teil, um Spenden generieren zu können. Hierfür benötigen wir für die Tagesveranstaltungen Unterstützung wie z.B. beim Auf- & Abbau, Transport, Standdiensten oder Mitorganisation.

Digitales Engagement bei uns: Unterstützung bei Crowdfunding, Kontaktieren von potentiellen Partnern für die Tombola, Mitbetreuung der Social Media Kanäle

Dafür stehen wir: Durch eine Sehbehinderung oder Blindheit ist das alltägliche Leben jeden Tag aufs Neue eine Herausforderung, die es erst einmal zu bewältigen gilt. Unser Verein setzt sich deshalb für Menschen mit Sehbehinderung oder Blindheit und deren Angehörige ein. Ziel ist es, diese Menschen zu stärken und sie auf ihrem Weg zu unterstützen. Wir sind der Überzeugung, dass wir als selbst Betroffene die Bedürfnisse am besten kennen und setzen genau an diesem Punkt mit Workshops, Vorträgen & Diskussionen an.

Kontakt: Daniel Musizza, T. 089 20 00 43 530, d.musizza@sehbehindert-aberrichtig.de, c/o Impact Hub, Gotzinger Str. 8, 81371 München, www.sehbehindert-aberrichtig.de, www.instagram.com/sehbehindert_aber_richtig

Münchner Flüchtlingsrat e. V.

G13

Wir suchen Freiwillige für: unterschiedlichste Bereiche: in der Beratung, bei der Unterstützung zur Wohnungssuche, als Pat*in, als Dolmetscher*in, als Nachhilfelehrer*in, in der Öffentlichkeitsarbeit. Wir freuen uns sehr, euch bei uns willkommen zu heißen. Gemeinsam versuchen wir für jede Person das passende Engagement zu finden.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Organisation und Durchführung von Infoständen oder Veranstaltungen wie dem Weltflüchtlings-tag, bei Fundraisingkampagnen, Mithilfe im Büro, etc.

Digitales Engagement bei uns: Eine Form des digitalen Engagements findet z. B. in der Online-Sprechstunde für Geflüchtete – rund ums Thema Wohnen statt. Hier beraten Ehrenamtliche über Zoom in Breakout-Sessions zu verschiedenen Themen der Wohnungssuche. Viele Engagementmöglichkeiten sind aber nach Bedarf auch digital machbar.

Dafür stehen wir: Der Münchner Flüchtlingsrat setzt sich für die Rechte der Geflüchteten und Migrant*innen in München und darüber hinaus ein. Wir fordern die Wahrung der Menschenrechte für alle Menschen

unabhängig ihrer Herkunft und Nationalität. Dazu gehört für uns insbesondere das Recht auf ein unversehrtes, selbstbestimmtes Leben auch außerhalb des eigenen Nationalstaates. Wir fordern Schutz und Rechte für Menschen, die fliehen mussten. Wir treten gemeinsam für eine offene und solidarische Gesellschaft ein.

Kontakt: Amjad Abo Huwajj, Tel. 089 12 02 17 16, aktiv@muenchner-fluechtlingsrat.de, Dachauer Str. 17, 80335 München, <https://muenchner-fluechtlingsrat.de>, www.instagram.com/muenchnerfluechtlingsrat

Projekt-Laden International Haidhausen

G14

Wir suchen Freiwillige für: Die Unterstützung bei den Hausaufgaben und zusätzliche Lernstunden für Grund- und Förderschulkinder aus Familien mit Migrations- oder Fluchtgeschichte, sowie Hilfe beim Deutschlernen für Frauen unterschiedlicher Herkunft und aufgrund guter Erfahrung suchen wir dringend ein Lesehund Team (in Zusammenarbeit mit dem Lesehund Verein)

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes:

Seit 1996 bieten wir eine Stelle für das FSJ in der interkulturellen Arbeit im Projekt-Laden an. In Kooperation mit dem SFZ (Sonderpädagogisches Förderzentrum) ist der Projekt-Laden für die OGS (Offene Ganztagschule) in der Kirchenstraße zuständig, auch dort gibt es eine FSJ-Stelle.

Dafür stehen wir: Die Tür des Projekt-Ladens steht Familien, Frauen und Kindern verschiedener Herkunft offen, und allen, die Interesse an einem interkulturellen Miteinander haben und eine Gruppe oder Veranstaltung besuchen möchten. Wir leben und erleben kulturelle Vielfalt und finden dabei Gemeinsamkeiten für eine verbindende und zukunftsfähige Basis. Im „Miteinander“ entdecken und stärken wir Ressourcen – in einer Atmosphäre, in der sich jede*r angenommen fühlen kann.

Kontakt: Heidi Philipps, Tel. 089 48 36 68, h.philipps@projekt-laden.de, Wörthstraße 24, 81667 München, <https://www.projekt-laden.de>

Patenprojekt „BiP Begegnung in Patenschaften“, Sozialreferat, LHM G15

Wir suchen Freiwillige für: Klassische Patenschaften und Kurzzeitpatenschaften

Kurzfristiges Engagement bei uns: Unsere Kurzzeitpatenschaften sind auf 3–6 Monate begrenzt. Hier geht es beispielsweise um Lernhilfe für Kinder oder auch Erwachsene, Hilfe beim Erstellen von Bewerbungsmappen, Ausbildungsplatzsuche etc.

Digitales Engagement bei uns: Einfache digitale Möglichkeiten wie die Nutzung von WhatsApp erleichtern eine schnelle Unterstützung bei Fragen des Alltags. Besonders bei den Kurzzeitpatenschaften wie Lernhilfe hat sich eine Kombination von präsenten und digitalen Treffen sehr gut etabliert.

Dafür stehen wir: Bei BiP begleiten Freiwillige vor allem Geflüchtete und Menschen mit Migrationshintergrund, die in sozialpädagogisch begleiteten Pensionen oder Wohnungen leben. Es gibt zwei Arten von Patenschaften. In einer klassischen spricht man miteinander Deutsch, unterstützt bei Behördlichem oder verbringt einfach gemeinsam freie Zeit. Bei einer Kurzzeitpatenschaft geht es um ein konkretes Thema wie Lernhilfe, Erstellen von Bewerbungsunterlagen oder Ähnliches.

Kontakt: Aya Weinert und Tanja Perumal, Tel. 089 233 406 72 und 089 233 404 27, bip.soz@muenchen.de, Franziskanerstr. 8, 81669 München, www.muenchen.de/patenprojekt

Sozialverband VdK Bayern e. V. – Kreisverband München G16

Wir suchen Freiwillige für: In den 49 Münchner Ortsverbänden ist ein Engagement für die Betreuung der Mitglieder, die Organisation und Durchführung von Vorträgen, Festen und inklusiven Ausflügen möglich. Die Vorstandschaft setzt sich aus Ortsvorsitzendem*er, Stellvertreter*in, Kassierer*in, Schriftführer*in, Vertreterin der Frauen, Vertreter*in der jüngeren Generation und Beisitzer*innen zusammen. Im Kreisverband ist ein Engagement als Pflegebegleiter*in, Berater*in für Barrierefreiheit oder als Freizeitbegleiter/in möglich.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Vor allem das Ehrenamt der VdK-Freizeitbegleiter*innen ist ein eher kurzfristig ausgelegtes

Ehrenamt. Die inklusiven Freizeiten für Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 22 Jahren finden z. B. in den Ferien statt. Die übrigen Ehrenämter sind eher für langfristiges Engagement ausgelegt.

Digitales Engagement bei uns: In den entsprechenden Ortsverbänden freut sich die Vorstandschaft über Freiwillige, die die Homepagepflege des Ortsverbands übernehmen oder ggf. bei dem Versand von Newslettern über das interne System unterstützen. Hierfür wird man z. B. als Beisitzer*in in die Vorstandschaft gewählt.

Dafür stehen wir: Der Sozialverband VdK ist ein gemeinnütziger Verein mit aktuell mehr als 2 Millionen Mitgliedern deutschlandweit. Er bietet sozialrechtliche Beratung bei Fragen und Problemen im Bezug auf Rente, gesetzlichen Kranken- und Pflegeversicherung, der Anerkennung ihrer Schwerbehinderung oder anderem. Er ist nah an den Menschen: In rund 2000 VdK Ortsverbänden engagieren

sich ehrenamtliche Mitglieder für Mitglieder z. B. mit der Organisation von Vorträgen, Festen und inklusiven Ausflügen.

Kontakt: Corinna Backmann, Tel. 089 89 08 32-320, kv-muenchen@vdk.de, Grillparzerstraße 16, 81675 München, <https://bayern.vdk.de/vor-ort/kv-muenchen>, www.instagram.com/vdk_muenchen

Sub e. V. – Schwul-queeres Zentrum in München G17

Wir suchen Freiwillige für: Den größten Bereich bietet unser ehrenamtlich organisierter Café/Barbetrieb, hier kann man sich ehrenamtlich hinter der Theke engagieren. Zusätzlich kann man uns in den Bereichen Sexuelle Gesundheit – Präventionsarbeit, als Mentor*in im Bereich Geflüchtetenberatung, im Patenprogramm für queere Senior*innen und in vielen weiteren Bereichen unterstützen.

Veranstaltungen und vielen weiteren Bereichen, ist ehrenamtliches Engagement möglich.

Dafür stehen wir: Das Ehrenamt ist das Herz und die Seele des Sub! Zentrale Bereiche des Hauses werden ehrenamtlich organisiert und durchgeführt! Über 180 Menschen engagieren sich, zusammen mit dem hauptamtlichen Team, ehrenamtlich im Sub und machen es zu dem was es ist!

Kurzfristiges Engagement bei uns: z. B. an unserer Theke kann man auch nur einmalig und/oder kurzfristig unterstützen.

Digitales Engagement bei uns: Bei der Betreuung der Social-Medialkanäle, unserer IT-Infrastruktur, dem Streamen unserer

Kontakt: Raphael Kosecki, Tel. 089 856 34 64-12, ehrenamt@subonline.org, Müllerstraße 14, 80469 München, <https://subonline.org>, www.instagram.com/sub_szene_muc

Über den Tellerrand kochen München e.V.

G18

Wir suchen Freiwillige für: Organisation von Kochevents: Vorbereitung von Rezept und der Küche, Anleitung der Teilnehmenden als Koch/Köchin, Unterstützung bei den Events: die Einkäufe für die Kochevents oder andere Besorgungen im Voraus erledigen und beim Event unterstützen, Fotos machen: die schönen Erinnerungen vom gemeinsamen Event fotografisch festhalten. In Frauen*-Tandems unterstützt du deine Partnerin beim Deutschlernen durch eure Gespräche, Neue Ideen für Veranstaltungen

Frauenprojekt und unserer Gastro Akademie schaffen wir durch interkulturelle Kochveranstaltungen, bunte Begegnungsevents und tolle Kurse, Räume für Begegnungen auf Augenhöhe, Vielfalt und Gemeinschaft. Zusammen entdecken wir neue Geschmäcker, bauen Brücken und ermöglichen eine offene Gesellschaft!

Kontakt: Mohamad Kord,
Tel. 0160 234 80 84, mohamad.kord@ueberdentellerrand-muc.org,
Guldeinstraße 29, 80339 München,
<https://ueberdentellerrand.org/satelliten/muenchen>, www.instagram.com/muenchen_ueber_den_tellerrand

Dafür stehen wir: Wir bringen Menschen mit und ohne Flucht- und Migrationserfahrung zusammen durch die Liebe zum Kochen! Mit unserer lebendigen Community, unserem

MORGEN e.V., Netzwerk Münchner Migrant*innenorganisationen G19

Wir suchen Freiwillige für: Bei uns kann man sich in unterschiedlichen Projekten und Themenfeldern engagieren: Kunst und Kultur, Anti-Rassismus, Muttersprache und Mehrsprachigkeit und globales Lernen. Zudem organisieren wir viermal im Jahr Veranstaltungen, die Freiwillige mitgestalten können.

zu werden. Wir sind offen und freuen uns über deine Ideen!

Kurzfristiges Engagement bei uns: Wir suchen Personen die Freude haben uns bei Veranstaltungen zu unterstützen. Das kann beim Auf- und Abbau sein, oder bei der Betreuung von Infoständen. Hierbei ist man eingebunden in ein Team das aus Freiwilligen unserer Mitgliederorganisationen, aus den unterschiedlichen Communities, besteht.

Digitales Engagement bei uns: Wir suchen Freiwillige, die gerne digitale Patenschaften übernehmen möchten, oder uns bei der Durchführung von Online-Veranstaltungen oder Crowdfunding-Aktionen helfen.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes:

Wir bieten viele Einsatzfelder für einen Bundesfreiwilligendienst. Wenn du mehrsprachig bist, kannst du bei der Kommunikation mit verschiedenen Zielgruppen unterstützen. Wir wünschen uns Mithilfe bei der Planung und Koordination von Veranstaltungen. Es gibt die Möglichkeit im Bereich social media aktiv

Dafür stehen wir: MORGEN e.V. ist der dynamische Zusammenschluss von Migrant*innenorganisationen, der sich für die Stärkung der Teilhabe und des Engagements von Menschen mit Migrationsbiografie einsetzt. Mit über 100 Mitgliedsorganisationen, die mehr als 50 verschiedene Sprachen repräsentieren, sind wir eine vielfältige und lebendige Gemeinschaft. Unser Fokus liegt auf der Förderung von Vernetzung und Austausch

sowohl untereinander als auch mit anderen Gruppen, Personen und Institutionen in der Stadt.

Kontakt: Juliette Bethancourt,
Tel. 0176 42 08 60 94,
j.bethancourt@morgen-muenchen.de,
Arnulfstraße 197, 80634 München,
www.morgen-muenchen.de,
www.instagram.com/morgen.ev

Nachbarschaftstreffs München

G20

Wir suchen Freiwillige für: in den 53 Nachbarschaftstreffs gibt es sehr viele Möglichkeiten, sich zu verwirklichen und andere dazu zu animieren, mitzumachen wie z. B. (regelmäßige) Gruppen anbieten und dies zu allen Themenbereichen wie Gesundheit, Baby, Sport, Nachhilfe, Demokratie, Sprachkurse, Nachhilfe uvm., eigene Ideen und Aktionen umzusetzen – auch spontan!, die Unterstützung der Treffleitungen, saisonale Aktionen wie z. B. Hochbeete bauen, Patenschaften anregen usw.

Digitales Engagement bei uns: Wir unterstützen digitale Formate wie die Umsetzung von Online-Kursen von EUCH für EUCH. Beim Thema Social Media freuen wir uns über Unterstützung und frische Ideen!

Dafür stehen wir: Von EUCH – für EUCH, macht was draus! Egal, woher Du kommst, wie jung oder alt Du bist, welche Sprache Du sprichst oder gehandicapt bist – bringe Deine Stärken & Ideen ein und teile sie erfolgreich mit anderen. Wir bieten dazu unser Know-how, ein großes Netzwerk, Räume, Empathie und viel Erfahrung an, damit Deine Idee, Dein Projekt oder Aktion umgesetzt werden kann. So gedeihen Vertrauen, Nähe und gelebte, aktive Nachbarschaften.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Flexibilität & spontane Unterstützung – immer sehr gerne: zu aktuellen Themen geplante Aktionen, Ferien, Feiertage, Projekte, die für einen kurzen Zeitraum laufen, Vertretung für Gruppen, Aktionen, Unterstützung bei Aktionen wie z. B. Ausflüge.

Kontakt: Susanne Schulze,
Tel. 0151 40 60 64 23,
team-foev@muenchner-wohnen.de,
Gustav-Heinemann-Ring 111, 81739 München,
<https://nachbarschaftstreff-muenchen.de/>

ZIRKEL für kulturelle Bildung e.V.

G21

Wir suchen Freiwillige für: Wir suchen Ehrenamtliche, die regelmäßig Menschen mit Beeinträchtigungen bei alltäglichen Aufgaben begleiten und unterstützen. Junge Menschen im Alter von 16–26 Jahren vermitteln wir im Tandem. Wer sich alleine wohlfühlt, kann gerne kann alleine begleiten und unterstützen. Wir schulen alle Ehrenamtlichen in einer Basis-Schulung. Wir bieten kreative und partizipative Gruppentreffen, ergänzende Schulungen und bei Interesse Plattformen für öffentliche Auftritte (Bühne, Radio, Presse).

kulturellen, sozialen oder Bildungs-Hintergründen. Wir setzen uns ein für eine freundliche, offene und wertschätzende Kommunikation. Wir fördern Inklusion, Bildungsgerechtigkeit und Chancengleichheit.

Kontakt: Alessandro Grasso,
Tel. 0172 593 83 42,
info@zusammenkommen.de,
Neumarkter Str. 63, 81673 München,
www.zirkelev.de,
www.zusammenkommen.org (im Aufbau)

Dafür stehen wir: Wir wünschen uns eine gute Vernetzung von Menschen mit unterschiedlichen Lebenserfahrungen,

Fachstelle Alten- und Service-Zentren (ASZ), LHM Sozialreferat

H1

Wir suchen Freiwillige für: die 33 ASZ im Münchner Stadtgebiet: Mithilfe im Rahmen der Senior*innenbegleitung, im Rahmen des Sozialen Mittagstisches und Cafeteria, im Rahmen hausmeisterlicher Tätigkeiten im ASZ, im Rahmen von Verwaltungstätigkeiten, Vorbereitung und Durchführung von Gruppenangeboten, Kursen und Veranstaltungen.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Mithilfe und Übernahme von Aufgaben im ASZ. Näheres erfahren Sie bei den Ehrenamtskoordinator*innen der einzelnen ASZ in Betriebsträgerschaft der Landeshauptstadt, Wohlfahrtsverbände und Vereine.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Unterstützung bei Ausflügen, Mithilfe bei Veranstaltungen, bei Versandtätigkeiten, bei digitalen Auftritten und bei Aktionen.

Digitales Engagement bei uns: Digitale (Lern) Patenschaften, Durchführung von Smartphone/Tablet-Sprechstunden im ASZ, Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit.

Dafür stehen wir: Die Münchner ASZ sind Wegbegleiter im Alter und sind offen für Alle, unabhängig von der Herkunft, geschlechtlichen Identität, sexueller Orientierung, Religion und der körperlichen und geistigen Fähigkeiten. Die ASZ unterstützen den Erhalt der Selbstständigkeit und gesellschaftlichen Teilhabe, den Verbleib in der eigenen häuslichen Umgebung, den Erhalt psychischer und physischer Gesundheit und der Vermeidung von Vereinsamung und Ausgrenzung.

Kontakt: Charlotte Erben, Tel. 089 233-683 75, offene-altenhilfe.soz@muenchen.de, St.-Martin-Str. 53, 81669 München, www.muenchen.de/asz

Alzheimer Gesellschaft München e.V.

H2

Wir suchen Freiwillige für: die ehrenamtliche Begleitung für Menschen mit Demenz. Gemeinsame Freude bei Aktivitäten wie zum Beispiel Fahrradfahren, Spaziergängen, Museums- und Konzertbesuchen, Gesellschaftsspielen, Backen oder Kochen. Die Begleitung erfolgt meist einmal pro Woche für zwei Stunden. Aber auch unregelmäßige Einsätze nach Absprache sind möglich.

Dafür stehen wir: Die Alzheimer Gesellschaft München e.V. versteht sich als Einrichtung der Selbsthilfe. Als Interessenvertretung von

Menschen mit Demenz, deren Angehörigen und Bezugspersonen aus deren sozialen Umfeld gibt sie diesen eine Stimme in der Öffentlichkeit.

Kontakt: Monika Gelderblom, Tel. 089 47 51 85, monika.gelderblom@agm-online.de, Josephsburgstraße 92, 81673 München, www.agm-online.de, www.facebook.com/AlzheimerGesellschaftMuenchen, www.instagram.com/alzheimergesellschaft

Freunde alter Menschen e. V.

H3

Wir suchen Freiwillige für: Zentraler Bestandteil unserer Arbeit sind unsere Besuchspartnerschaften. Hier besucht ein Freiwilliger eine ältere Person. Für dieses Engagement wünschen wir uns Zuverlässigkeit und Kontinuität über einen längeren Zeitraum, damit Vertrauen aufgebaut werden kann. In unserem Koordinationsteam helfen Sie aktiv bei der Vermittlung der Besuchspartnerschaften mit (flexibler Zeiteinteilung). Es gibt auch die Möglichkeit, regelmäßige Veranstaltungen zu organisieren oder bei Ausflügen zu helfen.

Dafür stehen wir: Wir stiften Besuchspartnerschaften zwischen Freiwilligen und einsamen Menschen über 75 Jahre. Unser Anliegen ist es, dauerhafte Freundschaften zu schaffen, die auf gegenseitigem Respekt aufbauen. Oft können hochaltrige Menschen ihre Wohnung nicht mehr ohne fremde Hilfe verlassen. Wir schaffen soziale Kontakte und persönliche Begegnungen, um so der Isolation und Einsamkeit entgegenzuwirken.

Kontakt: Michaela Münz, Tel. 089 32 63 75 00, muenchen@famev.de, Konrad Celtis Str. 30, 81369 München, www.famev.de

MÜNCHENSTIFT GmbH

H4

Wir suchen Freiwillige für: ... den Besuch von einer/m Bewohner*in: Gemeinsam bei einer Tasse Kaffee zu plaudern oder im Garten zu spazieren hat schon so manches erstaunliche Gespräch mit Erinnerungsfaktor hervorgerufen ... das Leiten von Gruppenangeboten: Eine Bingorunde, Yogastunde, Literaturkreis oder ein Männerstammtisch – es gibt so vieles, was unsere Bewohner*innen lieben ... das Unterstützen bei hauseigenen Veranstaltungen: Mit dem Ausschenken von Kaffee gewinnt man direkt die Herzen unserer Bewohner*innen.

Dafür stehen wir: Wir ermöglichen Ihnen und unseren Senior*innen unvergessliche Begegnungen mit gemeinsamen Erlebnisse. In unseren neun Alten- und Pflegeheimen mit unseren Gärten und Cafeterien bieten wir vielfältige Engagementmöglichkeiten. Gemeinsam mit der wertvollen ehrenamtlichen Unterstützung arbeiten wir für die Lebensfreude im Alter und gegen die Einsamkeit. Zudem können wir so die soziale Teilhabe unserer Bewohner*innen im Viertel weiterhin ermöglichen und ausbauen.

Kontakt: Birgit Buckan, Tel. 089 620 20-340, birgit.buckan@muenchenstift.de, Kirchseeoner Str. 3, 81669 München, www.muenchenstift.de/ehrenamt

Kurzfristiges Engagement bei uns: Unterstützung bei Ausflügen und Veranstaltungen

Retla e. V.

H5

Wir suchen Freiwillige für: Telefonpatenschaften. Als Telefon-Engel telefonieren Sie regelmäßig mit einem älteren, einsamen Menschen und werden zu geschätzten Gesprächspartner*innen.

Dafür stehen wir: Retla e. V. ist ein Förderverein, der das Leben von älteren Menschen in unserer Gesellschaft verbessern will. Retla unterstützt und initiiert Projekte, die Senior*innen Lebensfreude schenken und sucht nach neuen Wegen für ein

solidarisches Miteinander. Was heißt denn nun Retla? Lesen Sie es rückwärts. Wir schauen eben aus einer neuen Perspektive auf das Alter. Weil wir alten Menschen etwas zurückgeben wollen: Leben, Sinn und Zuversicht. Eben das, was sie uns ihr ganzes Leben lang gegeben haben.

Kontakt: Karin Georgi, Tel. 0176 60 39 54 68, karin.georgi@retla.org, Von-der-Tann-Str. 10, 80539 München, <https://retla.org>

Seniorennet-Süd e. V.

H6

Wir suchen Freiwillige für: Als Referent*innen, um unseren Mitgliedern Kenntnisse im Umgang mit PC, Tablet und Smartphone beizubringen bzw. zu vertiefen. Z. B. Microsoft Office, WhatsApp, YouTube, Einstellungen usw.

Dafür stehen wir: Senior*innen PC, Tablet und Smartphone Kenntnisse zu übermitteln und vertiefen. Zu erreichen, das ältere Mitmenschen sich in der digitalen Welt nicht abgehängt fühlen.

Digitales Engagement bei uns: Online Kurse, Betreuung Sozialer Medien

Kontakt: Monika Willms, Tel. 0176 72 25 01 08, monika.willms@seniorennet-sued.de, Am Vorfluter 10, 85464 Finsing, www.seniorennet-sued.de

WiAC e. V. – Wohnen im Alter im Cosimapark

H7

Wir suchen Freiwillige für: Als Alltagsbegleiter*in übernehmen Sie stundenweise die wertvolle Aufgabe, Menschen zu beschäftigen oder zu begleiten. Sie helfen älteren Menschen oder Personen mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen spontan oder regelmäßig bei einfachen

Alltagsaufgaben. Dazu gehören beispielsweise: Einkäufe erledigen, zu Terminen begleiten, Technische Unterstützung bieten, Hilfe bei hauswirtschaftlichen Aufgaben leisten, Begleitung bei Spaziergängen oder Ausflügen, Betreuung und Beschäftigung der Personen

Dafür stehen wir: Unsere Mission ist es, Menschen dabei zu unterstützen, ein selbstständiges Leben bis ins hohe Alter zu führen. Egal in welcher Lebenssituation – wir bieten rasche und unbürokratische Hilfe für Menschen jeden Alters. Wir begleiten Sie, beraten Sie und bieten Ihnen Entlastung durch unsere ehrenamtlichen Alltagshelfer*innen. WiAC

e.V. ermöglicht einfache Handreichungen für den Alltag, um ein eigenständiges Leben zu bewahren und das soziale Umfeld unserer betreuten Personen zu erhalten.

Kontakt: Laura Mayer, Tel. 089 96 28 00 84, laura.mayer@wiacev.de, Stolzingstraße 40, 81547 München, <https://wiacev.de>

ZAB e.V. – Zusammen Aktiv Bleiben

H8

Wir suchen Freiwillige für: Digitallotsen*innen-Menschen, die sich mit Bedienung von Handys oder Tablets „fit“ fühlen (ggf. auch in Teilbereichen) und älteren Menschen helfen wollen, Alltagsbegleitung für ältere Menschen zur Freizeitgestaltung und leichte Dienste – keine Putztätigkeit oder hauswirtschaftliche Hilfe!, kurzfristige Hilfe für Veranstaltungen, z. B. beim München Marathon, Busfahrer*in für Kleinbus und Leiter*in für unsere Radgruppe und Sportkurse, Bundesfreiwilligendienstler*in für beide Projekte Juki + Senior*innen.

Anbieter des Bundesfreiwilligendienstes: Die Stelle für einen Bundesfreiwilligendienst im ZAB ist sehr abwechslungsreich. Die Aufgaben reichen von Verwaltungstätigkeiten wie z. B. Werbeflyer gestalten über Alltagshilfe für Senioren*innen bis zu Sport mit Kindern- und Jugendlichen.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Einmaliges ehrenamtliches Engagement für mehrere Stunden wie z. B. beim München Marathon (Streckenposten oder Versorgungsstand), beim ZAB Sommerfest, Versandaktion der Programmhefte.

Digitales Engagement bei uns: Freiwillige, die sich digital „fit“ fühlen, verbindet der ZAB mit älteren Menschen, die Hilfe bei der Bedienung des Handys/Tablets benötigen. Zur Vorbereitung auf die Tätigkeit erhalten die Helfer*innen eine kostenlose Schulung der VHS als Digitallose*in. (gefördert d. die Stadt München)

Dafür stehen wir: Der „ZAB“ ist ein gemeinnütziger Verein für Freizeit, Soziales und Gesundheit. Ziel ist es, generationenübergreifend digital und sozial „zusammen aktiv zu sein“. Ein vielfältiges Programm in den Bereichen Bildung, Kultur und Sport soll jung & alt motivieren, ihre Freizeit und den Alltag positiv zu gestalten. Unser Team aus Sozial- und Sportpädagogen*innen erweitert durch viele ehrenamtliche Helfer*innen unterstützt und begleitet die Menschen dabei.

Kontakt: Andrea Zimmermann-Wallner, Tel. 089 29 99 20, zab@zab-ev.de, Rumfordstraße 21a, 80469 München, <https://zab-ev.de>, www.facebook.com/zusammenaktivbleibenzab

z'sam – Zentrum für freiwilliges Engagement, Diakonie München und Oberbayern

C6

Wir suchen Freiwillige für: Wir vermitteln Freiwillige an gemeinwohlorientierte Einrichtungen aus den verschiedenen Engagementbereichen. Auch im z'sam selbst gibt es zahlreiche Möglichkeiten sich zu engagieren und seine Ideen einzubringen.

Kurzfristiges Engagement bei uns: Viele unserer Partnerorganisationen bieten kurzfristige Engagementmöglichkeiten an. Bei der Vermittlung berücksichtigen wir gerne deinen Wunsch. Als Freiwillige*r im z'sam kannst du jederzeit flexibel und kurzfristig bei unseren Veranstaltungen unterstützen.

Dafür stehen wir: Das Freiwilligenzentrum z'sam ist ein Ort für Begegnung und Austausch zu allen Fragen und Themen rund um Mitwirkungs- und Gestaltungsmöglichkeiten. Wir sind Anlaufstelle für engagierte Menschen und Organisationen, die sich für ein soziales Miteinander in unserer Stadtgesellschaft einsetzen wollen.

Kontakt: Sabine Bankauf, Tel. 089 542 45 02 4, info@z-sam.de, Theresienstraße 63, 80333 München, www.z-sam.de

Münchner Bildungswerk e.V.

C7

Wir suchen Freiwillige für: unsere tollen Fortbildungen.

Dafür stehen wir: Das Münchner Bildungswerk bietet Interessierten und freiwillig Engagierten Weiterbildungsmöglichkeiten an. Ziel ist es, theoretisches und praktisches Wissen für verschiedene Engagementfelder zu vermitteln, damit Sie sich im Ehrenamt gut unterstützt und sicher fühlen.

Kontakt: Melanie Mohr-Barthel, Tel. 089 54 58 05-13, mmohr-barthel@muenchner-bildungswerk.de, Dachauer Str. 5, 80335 München, www.muenchner-bildungswerk.de/veranstaltungen, www.muenchner-bildungswerk.de/veranstaltungen/freiwilligenakademie

Freiwilligen-Zentren München der Caritas

C8

Kurzfristiges Engagement bei uns: Sie wollen was Gutes tun? Sie können oder wollen sich aber nicht regelmäßig oder länger engagieren? Sie wollen mal reinschnuppern? Sie wollen spontan entscheiden? Registrieren Sie sich und bekommen Sie per E-Mail einmalige und zeitlich begrenzte Engagement-Möglichkeiten in verschiedenen Bereichen.

Digitales Engagement bei uns: Wir suchen Freiwillige, die uns unterstützen möchten bei der Gestaltung unserer Website und Betreuung des Instagram Accounts.

Dafür stehen wir: Wir fünf Freiwilligen-Zentren der Caritas in München begleiten am Ehrenamt Interessierte beim Suchen und Finden ihres neuen Engagements. Ob im sozialen, kulturellen oder ökologischen Bereich: bei unseren über 600

Kooperationspartner*innen finden wir ein Engagement, das individuell passt. Wir bieten dazu ein persönliches Beratungsgespräch an und klären hier die Fragen: Wen würden Sie gerne unterstützen? Was passt am besten zu Ihrem Alltag? Was entspricht Ihren Interessen, Fähigkeiten und zeitlichen Kapazitäten? Wir unterstützen Freiwillige auch bei eigenen Projektideen oder Initiativen, wenn sie noch nicht genau wissen, wie oder wo sie sie umsetzen können.

Kontakt: Daniela Wiedemann,
Tel. 089 74 55 95 18,
fwz-sued@caritasmuenchen.org,
Königswieser Str. 12, 81475 München,
www.freiwilligenzentren-muenchen.de,
www.instagram.com/freiwilligenzentren.muc

Ausstellerinnen und Aussteller in alphabetischer Reihenfolge

A		H	
ADFC.....	34	Horizonte e.V.	21
Aktivsenioren Bayern e.V.	38	Hospizdienst DaSein e.V.....	22
Alzheimer Gesellschaft München e.V.	65		
ArrivalAid gUG.....	53	I	
B		IG-InitiativGruppe.....	54
Bayerisches Rotes Kreuz	32	IN VIA München e.V.....	56
BiB e.V.	52	Inklusive Montessori Schule an der	
Bürgerschaftliches Engagement im		Balanstraße/Werkstatt der Generationen.....	39
Sozialraum der LHM, Sozialreferat	40	InteGREATER e.V.	40
Bürgerstiftung München.....	34	Internationaler Bund e.V.....	57
D		J	
Diakonie München und Oberbayern e.V.	52	JOB-MENTORING MÜNCHEN.....	41
Die Münchner Betreuungsvereine	20	Jugendinformationszentrum (KJR	
		München-Stadt).....	41
E		K	
Evangelisches Bildungswerk München e.V....	47	Katholische Telefonseelsorge München	20
F		Katholischer Männerfürsorgeverein	22
Fachstelle Alten- und Service-Zentren	65	KinderHelden gGmbH	42
Freiwilligen-Agentur TATENDRANG	47	Kreislaufschränke München e.V.....	35
Freiwillige Feuerwehr München	32	Kulturreferat Abteilung Stadtteilkultur	
Freiwilligen-Zentren München der Caritas	70	mit N-E-St.....	27
Freunde alter Menschen e.V.	66	L	
Föbel e.V.	38	Lebenshilfe München e.V.	54
G		Leocor gGmbH	36
Green City e.V.....	35	Lern-Fair e.V.	43
Grüne Damen und Herren München	21	Lesefüchse e.V.....	44
		LESEZEICHEN	46
		Leukämiehilfe München e.V.....	25
		Löwenherz.....	45

M		S	
Malteser Hilfsdienst e.V.	33	Sehbehindert – aber Richtig e.V.	58
Mama lernt Deutsch beim		Selbsthilfezentrum München	23
Verein für Fraueninteressen e.V.....	55	Seniorennet-Süd e.V.....	67
MORGEN e.V.....	62	SkF München e.V.	44
MTV München von 1879 e.V.	26	Sozialverband VdK Bayern e.V.	60
Münchener Tierpark Hellabrunn AG	36	Stiftung Gute-Tat München & Region	29
MÜNCHENSTIFT GmbH.....	66	Sub e.V.....	61
Münchner Bildungswerk e.V.	69	Sucht Hotline München e.V.....	23
Münchner Flüchtlingsrat e.V.	58		
Münchner Freiwillige – Wir helfen e.V.	29	U	
Münchner Tafel e.V.	55	Über den Tellerrand kochen München e.V. ...	62
N		V	
Nachbarschaftstreffs München	63	VAMV Ortsverband München e.V.....	45
Nestwärme e.V.....	42	W	
O		WiAC e.V.....	67
Offene Behindertenarbeit evan.	56	Z	
P		ZAB e.V.	68
Patenprojekt „BiP“, Sozialreferat LHM.....	60	ZIRKEL für kulturelle Bildung e.V.....	64
Projekt-Laden International Haidhausen	59	Zivilcourage für ALLE e.V.....	48
R		Zu Hause Gesund Werden.....	46
Radio LORA München	28	z'sam	69
rehab republic e.V.....	37		
Retla e.V.....	67		
Ronald McDonald Häuser in München	24		

FÖBE ist und steht für ...

FÖBE, die Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement, ist seit 1999 die Netzwerk- und Fachstelle für das Ehrenamt und das Bürgerschaftliche Engagement in München. Wir setzen uns strategisch und fachlich dafür ein, die Rahmenbedingungen für das Engagement kontinuierlich weiterzuentwickeln.

Unsere Wege dazu sind:

- Information
- Beratung von Organisationen und Vereinen
- Qualifikation der Freiwilligenkoordinator*innen und Fachaustausch
- Vernetzung
- Impulse in die Stadtgesellschaft, die Verwaltung und Politik

Wir machen uns stark für eine offene und solidarische Bürgergesellschaft. Alle Menschen sind gleich viel Wert und bringen sich für das Miteinander sowie den gesellschaftlichen Zusammenhalt ein. Bürgerschaftliches Engagement zu fördern, bedeutet, Teil eines positiven Wandels in der Gesellschaft zu sein.

Unser vielfältiges Angebotsspektrum umfasst:

Fachforum Bürgerschaftliches Engagement + Servicestelle für Vereine + Raumbörse + Akademie für Freiwilligenkoordination + Anlaufstelle Schule@Ehrenamt + Netzwerk Münchner Schülerpaten + Münchner FreiwilligenMesse + Stadtteilbezogene Freiwilligenmessen + Newsletter + Geschäftsstelle Fachbeirat Bürgerschaftliches Engagement.





*Förderstelle für
Bürgerschaftliches
Engagement*

Veranstalterin der Münchner FreiwilligenMesse ist FÖBE, die Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement (BE). FÖBE als Netzwerkstelle für BE hat das Ziel, das freiwillige Engagement fachlich und strategisch zu gestalten.

FÖBE organisiert in Kooperation mit der Landeshauptstadt München die Münchner Freiwilligen-Messe.

FÖBE wird gefördert durch das Sozialreferat und das Direktorium der Landeshauptstadt München.



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat

www.foebe-muenchen.de
www.muenchner-freiwilligen-messe.de

