



Selbsthilfe
Zentrum
München

FORTBILDUNGEN

für Selbsthilfegruppen
und -initiativen
1. Halbjahr 2026



Selbsthilfezentrum München

Westendstraße 68

80339 München

Tel.: 089 / 53 29 56 - 0

Fax: 089 / 53 29 56 - 49

www.shz-muenchen.de



V.i.S.d.P.: Kristina Jakob

Gedruckt auf Recycling-Papier

Trägerverein des Selbsthilfezentrums München: FöSS e.V.
(Verein zur Förderung der Selbsthilfe und Selbstorganisation e.V.)

Das Selbsthilfezentrum wird gefördert von der Landeshauptstadt München (Sozialreferat und Gesundheitsreferat) sowie von der Fördergemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassenverbände in Bayern



Gefördert von der

Landeshauptstadt
München

AUF EINEN BLICK

- **Social Media Werkstatt – ONLINE** 4
Mittwoch, 21. Januar 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr
Montag, 20. April 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr
- **Info-Abend zur finanziellen Förderung von Selbsthilfe-
gruppen und selbstorganisierten Initiativen aus dem
sozialen Bereich** 5
Donnerstag, 22. Januar 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr
- **Helfen in seelischer Not – Ersthelfer*innen-Kurs für
Selbsthilfe-Aktive** 6
Freitag, 23. Januar 2026, 15 Uhr bis 17 Uhr
- **Austausch-Abend für Selbsthilfe-Aktive
Thema: Gruppenleitung** 7
Mittwoch, 4. Februar 2026, 18 Uhr bis 20 Uhr
- **Der Dialog als Chance, neu und anders miteinander zu
sprechen – Fortbildung und Workshop** 8
Dienstag, 3. März 2026, 10 Uhr bis 16 Uhr - Fortbildung
Dienstag, 10. März 2026, 14 Uhr bis 18 Uhr - Workshop
- **„ChatGPT, leite unser Gruppentreffen!?” Wie KI die
Selbsthilfe unterstützen kann** 9
Freitag, 6. März 2026, 16 Uhr bis 20 Uhr
- **Vielfalt und Diversity – was bedeutet das eigentlich?** 10
Donnerstag, 23. April 2026, 10 Uhr bis 17 Uhr
- **Gemeinnützigkeit: Wie politisch dürfen wir sein? – Online** 11
Donnerstag, 7. Mai 2026, 18 Uhr bis 19 Uhr
- **Grenzen respektvoll setzen.
Die Kraft des „Nein – Sagens“** 12
Montag, 11. Mai 2026, 13 Uhr bis 17 Uhr
- **Austausch-Abend für Selbsthilfe-Aktive
Thema: Erfahrungswerte als Starthilfe** 13
Mittwoch, 27. Mai 2026, 18 Uhr bis 20 Uhr
- **Info-Abend zur finanziellen Förderung von Selbsthilfe-
gruppen und selbstorganisierten Initiativen aus dem
sozialen Bereich – Online** 14
Dienstag, 8. Juni 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr
- **Supervision für Engagierte aus Selbsthilfegruppen, selbst-
organisierten Initiativen und Migrantenorganisationen** 16
Verschiedene Formate und ganzjährige Termine

Social Media Werkstatt - ONLINE

Mittwoch, 21. Januar 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr
Montag, 20. April 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr

Wenn Ihre Gruppe Soziale Medien schon nutzt oder in Zukunft nutzen möchte, dann sind Sie herzlich zur Social Media Werkstatt eingeladen!

Bringen Sie Ihre Fragen zu den Online-Treffen mit. In lockerer Atmosphäre werden wir in der Gruppe nach Lösungen für Probleme suchen und Erfahrungen und Ideen austauschen.

Leitung: Eva Christ (SHZ)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Eva Christ, Tel.: 089/53 29 56 - 18

E-Mail: eva.christ@shz-muenchen.de

Nach der Anmeldung bekommen Sie die Zugangsdaten per E-Mail zugeschickt.

Informationsveranstaltung zum Thema finanzielle Förderung von Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen mit sozialen Themen durch das Sozialreferat der Landeshauptstadt München

Donnerstag, 22. Januar 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr

Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen, die sich mit sozialen Themen befassen, können eine finanzielle Förderung durch die Landeshauptstadt München erhalten. Dazu zählen auch die zahlreichen Initiativen der Migrantenselbstorganisation.

In der Informationsveranstaltung stellen wir die Förderziele der Landeshauptstadt München vor und erklären die Förderrichtlinien. Sie erfahren auch, welche Bedingungen es für die Förderung muttersprachlicher Angebote für Migrantenselbstorganisationen gibt. Darüber hinaus zeigen wir Ihnen, wie ein Antrag für eine Förderung aussieht.

Themen der Veranstaltung sind:

- Wer kann Selbsthilfeförderung beantragen?
- Was kann grundsätzlich gefördert werden?
- Wie erfolgen die Antragstellung und die Begutachtung der Anträge?
- Wer berät bei der Antragstellung?
- Welche Rolle spielt der Selbsthilfebeirat bei der Begutachtung der Anträge?
- Wie ist die Verwendung der Mittel nachzuweisen?

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Sozialreferat der Landeshauptstadt München - Stelle für Bürgerschaftliches Engagement und Selbsthilfeförderung - durchgeführt.

Leitung: Eva Christ (SHZ) und ein/e Mitarbeiter*in des Sozialreferats (Stelle für Gesellschaftliches Engagement/Bürgerschaftliches Engagement)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Eva Christ, Tel.: 089/53 29 56 - 18

E-Mail: eva.christ@shz-muenchen.de

„Helfen in seelischer Not“ Ersthelfer*innen-Kurs für Selbsthilfe-Aktive

Freitag, 23. Januar 2026, 15 Uhr bis 17 Uhr

Der psychische Erste-Hilfe-Kurs „Helfen in seelischer Not“ (HSN) hilft Menschen, in schwierigen Situationen sicher zu handeln.

Immer mehr Menschen erleben seelische Belastungen – im Freundeskreis, in der Familie, am Arbeitsplatz oder im Ehrenamt.

In zwei Stunden lernen die Teilnehmenden mit alltagsnahen Beispielen eine klare Handlungskette kennen: Hinschauen – Sprechen – Netzwerken.

Die Teilnehmenden lernen, Warnzeichen zu erkennen, emphatisch ins Gespräch zu kommen und gezielte Hilfe anzubieten. Ein begleitender Online-Selbstlernteil für Zuhause vertieft das Wissen.

Der Kurs ist praxisnah, wissenschaftlich fundiert und betont auch die Bedeutung von Selbstfürsorge und das Setzen eigener Grenzen.

Leitung: Indira Borcoş und Sven Nähr
(Externe Referenten*innen)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:
Prisca Ludwig, Tel.: 089/53 29 56 - 12
E-Mail: prisca.ludwig@shz-muenchen.de

Austausch-Abend für Selbsthilfe-Aktive

Thema: Gruppenleitung

Mittwoch, 4. Februar 2026, 18 Uhr bis 20 Uhr

An diesem moderierten Austausch-Abend haben Sie Zeit, über Ihre Rolle oder ihr Verständnis von Gruppenleitung in der Selbsthilfe zu sprechen.

Austausch-Abende sind zudem eine tolle Möglichkeit, andere Aktive zu treffen und von anderen Gruppen zu lernen. Von der Selbsthilfe für die Selbsthilfe.

Es können, z.B. folgende Fragen besprochen werden:

- Wie organisieren Sie die Leitung in Ihrer Gruppe?
- Welche Aufgaben sind damit verbunden?
- Wie geht es Ihnen in Ihrer Rolle als Leitung?
- Was kann ich von den anderen lernen?

Wir freuen uns auf Ihre Themen, Ideen und Erfahrungen aus Ihrem Gruppenalltag!

Leitung: Ulrike Zinsler und Prisca Ludwig (SHZ)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Prisca Ludwig, Tel.: 089/53 29 56 - 12

E-Mail: prisca.ludwig@shz-muenchen.de

Der Dialog als Chance, neu und anders miteinander zu sprechen

Fortbildung und Workshop

Dienstag, 3. März 2026, 10 Uhr bis 16 Uhr - Fortbildung
Dienstag, 10. März 2026, 14 Uhr bis 18 Uhr - Workshop

Der Dialog nach David Bohm ist eine besondere Art, miteinander zu sprechen und wirklich zuzuhören. Dabei geht es darum, sich aufmerksam und offen zu begegnen – ohne zu diskutieren oder recht haben zu wollen.

Fortbildung: In der Fortbildung wird der sogenannte „Dialogprozess“ und die in dem Prozess wichtigen acht Fähigkeiten geübt. Dazu gehören zum Beispiel:

- die Haltung eines Lernenden einzunehmen
- radikalen Respekt zu zeigen und
- mitfühlend zuzuhören

Diese und andere innere Haltungen helfen dabei, im Gespräch auf Bewertungen wie „richtig“ oder „falsch“ zu verzichten.

Workshop: Im Workshop wollen wir gemeinsam diese Haltungen ausprobieren und den Dialogprozess in der Gruppe erleben. Die Methode hilft Menschen in Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen, alte Themen und Probleme auf neue Weise anzusprechen. Sie unterstützt außerdem eine friedliche, wertschätzende und achtsame Haltung in der Gruppe. So können Missverständnisse und Konflikte seltener entstehen. In den Gesprächen kann dadurch eine neue Qualität des gemeinsamen Denkens und Sprechens entstehen.

Wichtiger Hinweis: Die Fortbildung und der Workshop bauen aufeinander auf, können aber auch einzeln besucht werden. Wenn man die Dialogfortbildung schon früher gemacht hat, kann man auch nur am Workshop teilnehmen.

Leitung: Ina Plambeck (Externe Referentin)

Anmeldung: Bitte melden Sie sich für die Fortbildung und den Workshop einzeln über unser Online-Anmeldeformular an siehe Seite 18 oder:

Karolina Capasso, Tel.: 089/53 29 56 -16

E-Mail: karolina.capasso@shz-muenchen.de

„ChatGPT, leite unser Gruppentreffen!?” Wie KI die Selbsthilfe unterstützen kann

Freitag, 6. März 2026, 16 Uhr bis 20 Uhr

Künstliche Intelligenz (KI) kann vieles erleichtern: Sie schreibt Texte, liefert Ideen und spart Zeit. Doch welche Aufgaben kann KI Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen mit hohen Anforderungen an den Datenschutz wirklich abnehmen?

In diesem praxisorientierten Workshop bekommen Sie einen verständlichen Überblick über KI. Gemeinsam schauen wir uns an, wo KI hilfreich sein kann, probieren praktische Werkzeuge aus und lernen, wie man gut mit KI kommunizieren kann. Dabei geht es vor allem darum, wie KI-Werkzeuge sicher und sinnvoll im Alltag von Selbsthilfegruppen genutzt werden können. Welche Chancen bringen sie und wo liegen die Grenzen?

Egal, ob Sie noch wenig über KI wissen oder schon erste Erfahrungen damit gesammelt haben: Der Workshop lädt ein zum Ausprobieren, Fragenstellen und Austauschen.

Leitung: Eva Christ (SHZ)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Eva Christ, Tel.: 089/53 29 56 - 18

E-Mail: eva.christ@shz-muenchen.de

Vielfalt und Diversity – was bedeutet das eigentlich?

Donnerstag, 23. April 2026, 10 Uhr bis 17 Uhr

Wie können wir sicherstellen, dass in unserer Selbsthilfegruppe oder Initiative verschiedene Perspektiven ihren Platz finden?

In dieser Fortbildung erhalten Sie einen Überblick darüber, welche Gruppen in unserer Gesellschaft von struktureller Diskriminierung betroffen sind und wie Diskriminierung entsteht. Außerdem tauschen Sie sich mit anderen Teilnehmenden darüber aus, wie die eigenen Lebenswege und Erfahrungen mit Diskriminierung zusammenhängen. Wir besprechen auch, welche Möglichkeiten es in Selbsthilfegruppen gibt, gegen Diskriminierung vorzugehen. Ziel der Fortbildung ist, in der eigenen Gruppe einen Raum zu schaffen, in dem sich alle wohlfühlen.

Inhalte der Fortbildung:

- Diversity-Kategorien, Diskriminierungsformen und Mehrfach-Diskriminierungen (Intersektionalität)
- Selbstreflexion über eigene Privilegien (Biographiearbeit)
- Perspektivenvielfalt leben – die Methode der Mahloquet (Dialogverfahren nach dem Social Justice Konzept)
- Strategien gegen Diskriminierung in der Selbsthilfegruppe/Initiative

Wichtiger Hinweis: Das SHZ bietet für die ganztägige Schulung ein Mittagessen an.

Bitte beachten: Zielgruppe sind alle Menschen, die sich zum Thema Diskriminierung informieren möchten. Das Seminar ist nicht als „safer space“ für von struktureller Diskriminierung Getroffene gemacht. Bitte entscheiden Sie eigenverantwortlich, ob Sie teilnehmen möchten.

Leitung: Eva Parashar (SHZ)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Eva Parashar, Tel.: 089/53 29 56 - 26

E-Mail: eva.parashar@shz-muenchen.de

Gemeinnützigkeit: Wie politisch dürfen wir sein? – Online

Donnerstag, 7. Mai 2026, 18 Uhr bis 19 Uhr

Was bedeutet das Gemeinnützige Recht für den politischen Handlungsspielraum von eingetragenen Vereinen?

Dürfen Vereine zu Demos gegen einzelne Parteien aufrufen?
Müssen bei Podiumsdiskussionen Vertreter*innen aller Parteien eingeladen werden? Dürfen sich öffentlich geförderte Vereine kritisch zu Parteien äußern?

Joschka Selinger, Rechtsanwalt bei der Gesellschaft für Freiheitsrechte e.V., gibt einen Überblick über die rechtlichen Handlungsspielräume gemeinnütziger Vereine für demokratisches Engagement

Leitung: Joschka Selinger (Externer Referent)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Eva Parashar, Tel.: 089/53 29 56 - 26

E-Mail: eva.parashar@shz-muenchen.de

Nach der Anmeldung bekommen Sie die Zugangsdaten per E-Mail zugeschickt

Grenzen respektvoll setzen. Die Kraft des „Nein-Sagens“

Montag, 11. Mai 2026, 13 Uhr bis 17 Uhr

In dieser Fortbildung erfahren Sie verschiedene Möglichkeiten gesunder Abgrenzung.

Wir alle nehmen in der Welt – körperlich und emotional – einen bestimmten Raum ein. Diesen ganz persönlichen Raum dürfen wir kennen, achten und klar nach außen kommunizieren. Dazu brauchen wir Selbstbewusstsein und ein Gefühl für unsere Bedürfnisse. Doch wie fühlt es sich an, „nein“ oder auch „stop“ zu sagen? Einem Menschen einen Wunsch zu verweigern? Oft befürchten wir, dadurch unbeliebt zu werden. Ist das überhaupt in Ordnung? Können wir das aushalten? Welche Gefühle entstehen dabei? Und was passiert mit uns, wenn wir unsere Grenzen nicht wahren – wenn wir es anderen immer recht machen wollen?

In der Fortbildung erleben Sie die Kraft des „Nein-Sagens“ und wie wir sie in unseren persönlichen Alltag mitnehmen können. Wir freuen uns auf den offenen Austausch und auf Ihre Erfahrungen.

Leitung: Roland Schöfmann (Externer Referent)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe

Seite 18 oder:

Karolina Capasso, Tel.: 089/53 29 56 - 16

E-Mail: karolina.capasso@shz-muenchen.de

Austausch-Abend für Selbsthilfe-Aktive Thema: Erfahrungswerte als Starthilfe

Mittwoch, 27. Mai 2026, 18 Uhr bis 20 Uhr

An diesem moderierten Austausch-Abend sind „Alte Hasen“ aus der Selbsthilfe eingeladen, ihre Erfahrungswerte an „frisch gebackene“ Initiator*innen neuer Gruppen weiterzugeben.

Eine tolle Möglichkeit, auch andere Neueinsteiger*innen und Aktive kennenzulernen, die Vielfalt der Selbsthilfe zu erleben und voneinander zu lernen. Von der Selbsthilfe für die Selbsthilfe.

Mögliche Themen:

- Kontaktaufnahme gestalten
- Erstgespräche führen
- Integration von Neuen
- Was funktioniert besonders gut?

Wir freuen uns auf Best-Practice-Beispiele, Ideen und Erfahrungen aus Ihrem Gruppenalltag!

Leitung: Juri Chervinski und Ulrike Zinsler (SHZ)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Juri Chervinski, Tel.: 089/53 29 56 - 28,
E-Mail: juri.chervinski@shz-muenchen.de

Informationsveranstaltung zum Thema finanzielle Förderung von Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen mit sozialen Themen durch das Sozialreferat der Landeshauptstadt München – ONLINE

Dienstag, 8. Juni 2026, 18 Uhr bis 19:30 Uhr

Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen, die sich mit sozialen Themen befassen, können eine finanzielle Förderung durch die Landeshauptstadt München erhalten. Dazu zählen auch die zahlreichen Initiativen der Migrantenselbstorganisation.

In der Informationsveranstaltung stellen wir die Förderziele der Landeshauptstadt München vor und erklären die Förderrichtlinien. Sie erfahren auch, welche Bedingungen es für die Förderung muttersprachlicher Angebote für Migrantenselbstorganisationen gibt. Darüber hinaus zeigen wir Ihnen, wie ein Antrag für eine Förderung aussieht.

Themen der Veranstaltung sind:

- Wer kann Selbsthilfeförderung beantragen?
- Was kann grundsätzlich gefördert werden?
- Wie erfolgen die Antragstellung und die Begutachtung der Anträge?
- Wer berät bei der Antragstellung?
- Welche Rolle spielt der Selbsthilfebeirat bei der Begutachtung der Anträge?
- Wie ist die Verwendung der Mittel nachzuweisen?

Die Online-Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Sozialreferat der Landeshauptstadt München - Stelle für Bürgerschaftliches Engagement und Selbsthilfeförderung - durchgeführt.

Leitung: Eva Parashar (SHZ) und ein/e Mitarbeiter*in des Sozialreferats (Stelle für Gesellschaftliches Engagement/ Bürgerschaftliches Engagement)

Anmeldung: Über unser Online-Anmeldeformular siehe Seite 18 oder:

Eva Parashar, Tel.: 089/53 29 56 - 26

E-Mail: eva.parashar@shz-muenchen.de

Nach der Anmeldung bekommen Sie die Zugangsdaten per E-Mail zugeschickt.

DIE REFERENTINNEN UND REFERENTEN

Mitarbeiter*innen des Selbsthilfenzentrums München:

Juri Chervinski

Lehramt

Eva Christ

Allgemeine und Vergleichende Literaturwissenschaft M.A.

Prisca Ludwig

Soziologin M.A.

Eva Parashar

Ethnologin M.A., Social Justice und Diversity Trainerin

Ulrike Zinsler

Dipl. Soz.-Päd. (FH)

Gastreferent*innen:

Indira Borcoş

Psychologin

Sven Nähr

Psychologischer Heilpraktiker

Ina Plambeck

Ethnologin und Religionswissenschaftlerin M.A., zertifizierte Mediatorin und Supervisorin

Roland Schöfmann

Dipl. Soz.-Päd. (FH), Heilpraktiker (Psychotherapie), Gestalt- und Tanztherapeut (IGE), TRE (Tension & Trauma Releasing Exercises) Provider (Niba e.V.)

Joschka Selinger

Rechtsanwalt (Gesellschaft für Freiheitsrechte e.V.)

Supervision für Engagierte in Selbsthilfegruppen, selbstorganisierten Initiativen und Migrantenorganisationen

In der Supervision nehmen Sie sich Zeit und schauen sich die Arbeit in Ihrer Gruppe einmal neu und anders an.

Sie treffen sich mit anderen Engagierten und einem Profi (Supervisor*in). Gemeinsam sprechen Sie über Fragen und Herausforderungen in Ihrer Gruppe. Zusammen mit den anderen Teilnehmenden und dem*der Supervisor*in entwickeln Sie neue Ideen und Lösungen.

In der Supervision können Sie alle Fragen aus Ihrer Arbeit in der Gruppe besprechen.

Zum Beispiel:

- Wie gehen wir mit Konflikten in der Gruppe um?
- Was tue ich, wenn ich mich als Leitung überlastet fühle?
- Was tun wir mit unterschiedlichen Wünschen in der Gruppe?
- Wie entwickeln wir eine gemeinsame Vision für die Zukunft?

Unsere Supervisions-Angebote:

Offene „Support-Gruppe“ mit Erich Eisenstecken

Hier können Leitungen und Mitglieder aus verschiedenen Initiativen teilnehmen. Eine dauerhafte Teilnahme ist nicht notwendig. Wir arbeiten mit gegenseitiger Unterstützung an Ihren aktuellen Themen.

Feste „Ressourcen-Gruppe“ mit Ina Plambeck

Hier können Leitungen und Mitglieder aus verschiedenen Initiativen teilnehmen. Wir arbeiten gemeinsam ressourcenorientiert an Ihren Themen. Eine Teilnahme an mehreren Terminen pro Jahr ist möglich.

Gruppensupervision für Ihre Gruppe oder Ihr Leitungsteam

Hier kann eine ganze Gruppe für sich einen Termin für die Supervision buchen und an ihren spezifischen Themen arbeiten. Sie können einen individuellen Termin mit dem*der Supervisor*in vereinbaren – im SHZ oder am Ort Ihrer Gruppentreffen.

NEU:

**Supervisionsgruppe für Migrantenselbstorganisationen
mit Ina Plambeck und Erich Eisenstecken**

Hier treffen sich Engagierte aus

Migrantenselbstorganisationen. Sie erhalten professionelle Unterstützung bei allen Fragen zu Ihrer Initiative, tauschen sich mit anderen Engagierten aus und empowern sich gegenseitig.

In allen vier Gruppen ist auch eine Anmeldung von zwei Personen pro Gruppe willkommen!

Leitung: Ina Plambeck (Ethnologin und Religionswissenschaftlerin M.A., zertifizierte Mediatorin und Supervisorin) und Erich Eisenstecken (Diplom-Soziologe, Systemischer Berater und Supervisor, SG)

Kontakt und Anmeldung:

E-Mail: supervision@shz-muenchen.de,
Telefon: 089/53 29 56 - 0

Informationen und Terminübersicht:



WICHTIGE HINWEISE

Für wen?

Dieses Fortbildungsprogramm ist für alle Mitglieder von Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeinitiativen. Sie können kostenlos an den Fortbildungen teilnehmen.

Anmeldung

Online-Anmeldeformular unter:

oder über die jeweilige Ansprechperson.



Für die Anmeldung brauchen wir folgende Angaben:

- Nachname und Vorname
- Name der Gruppe
- Adresse
- Telefonnummer
- E-Mailadresse

Die Anzahl der Plätze ist begrenzt. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an.

Anmeldeschluss

Wenn nichts anderes angegeben ist, dann ist der Anmeldeschluss eine Woche vor der Veranstaltung.

Wenn Sie sich angemeldet haben, dann ist der Platz für Sie reserviert.

Bitte melden Sie sich ab, wenn Sie nicht kommen können.

Bei der Anmeldung werden personenbezogene Daten aufgenommen (Art. 6, Abs. 1b DS-GVO).

Sie finden alle Informationen dazu auf unserer Homepage unter der Rubrik Fortbildungen. Wenn Sie Fragen zum Datenschutz haben, dann melden Sie sich bitte bei:

Angelika Pfeiffer (Datenschutzbeauftragte)

E-Mail: angelika.pfeiffer@shz-muenchen.de

Ort der Veranstaltung

Wenn nichts anderes angegeben ist, dann finden unsere Angebote im Veranstaltungsraum (VR) im Selbsthilfezentrum München statt.

Selbsthilfenzentrum München
Westendstraße 68
80339 München

Tel.: 089/ 53 29 56 0
Fax: 089/ 53 29 56 49
info@shz-muenchen.de
www.shz-muenchen.de

Barrierefreiheit

Im Selbsthilfezentrum München gibt es eine Induktionsanlage.

Bitte sagen Sie uns bei der Anmeldung Bescheid, wenn Sie diese nutzen möchten oder Unterstützung brauchen. Der Zugang in das Selbsthilfezentrum München ist barrierefrei.

Sagen Sie uns bitte 4 Wochen vor der Veranstaltung Bescheid, wenn Sie einen Gebärdendolmetscher brauchen. Wir prüfen gerne, ob Gebärdendolmetscher*innen verfügbar sind.

Bitte sagen Sie uns, wenn Sie individuelle Bedarfe haben.

Zur Information: Das Fortbildungsprogramm ist, soweit möglich, in vereinfachter Sprache geschrieben.

Ihre Ideen

Wenn Sie Ideen für Fortbildungen im Bereich Selbsthilfe haben, dann sagen Sie uns gerne Bescheid.

Wenn es möglich ist, dann nehmen wir Ihre Ideen gerne in das nächste Programm auf.

Weitere Angebote

für Fortbildungen für ehrenamtlich Engagierte:

Seko Selbsthilfekoordination Bayern
www.seko-bayern.de)

FÖBE Förderung Bürgerschaftliches Engagements
www.foebe-muenchen.de)

LBE Landesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement Bayern
www.lbe.bayern.de)

Sie können im Selbsthilfezentrum München immer folgende **Angebote** kostenlos nutzen:

- Beratung zu Gründungen von neuen Gruppen
- Beratung bei Konflikten
- Beratung zu Entwicklungen der Gruppe (zum Beispiel bei einem Wechsel der Gruppenleitung)
- Beratung zu allen Fragen zum Thema Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen (zum Beispiel Finanzierung, neue Mitglieder in der Gruppe, Ablauf eines Gruppentreffens)
- Hilfe bei der digitalen Kommunikation und bei online Gruppentreffen auf der Online- Plattform BigBlueButton
- Supervision



Westendstraße 68
80339 München

Tel.: 089 / 53 29 56 - 0
Fax: 089 / 53 29 56 - 49
www.shz-muenchen.de