



**Beratung und  
Selbsthilfe-Café  
im GesundheitsTreff  
Riem**

[shz-muenchen.de](http://shz-muenchen.de)

# Das Selbsthilfezentrum München im GesundheitsTreff Riem!

In München und Umgebung gibt es 1.600 Selbsthilfegruppen und Initiativen zu gesundheitsbezogenen und sozialen Themen.

Wir unterstützen Sie auf dem Weg in die Selbsthilfe!

**Jeden 4. Dienstag im Monat**

**14.00 – 15.45 Uhr, persönliche Beratung**

Vermittlung in Selbsthilfegruppen- und Initiativen und Unterstützung bei Neugründungen.

Anonym, vertraulich und ohne Terminvereinbarung

**16.00 – 18.00 Uhr, Selbsthilfe-Café**

Offener Austausch rund um das Thema Selbsthilfe für interessierte Bürger\*innen, Profis und Selbsthilfegruppen. Ein „Kommen und Gehen“ ist jederzeit möglich.

Gruppensuche –  
auch online!  
[shz-muenchen.de](https://shz-muenchen.de)

**Kontakt:**

Florian Ottenschläger

Tel.: 089/53 29 56 – 27

Mail: [florian.ottenschlaeger@shz-muenchen.de](mailto:florian.ottenschlaeger@shz-muenchen.de)

**Willi-Brandt-Allee 44**

**81829 München**

