

## Wertschätzende und konstruktive Kommunikation in Selbsthilfegruppen

Freitag, 29. November 2019, 10 Uhr bis 16 Uhr

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen mit einem gemeinsamen Interesse, einem Thema, einer Erkrankung oder einem sozialen Problem, um sich untereinander auszutauschen. Sie treten sich als einander gleichgestellte und somit gleichberechtigte Personen gegenüber. Die Formulierung – Begegnung auf einer Augenhöhe – ist dafür zu einem Sinnbild geworden.

In gleichberechtigter Form miteinander zu kommunizieren ist allerdings keine einfache Aufgabe. Oft bilden sich in Gruppen informelle Strukturen heraus, etwa zwischen „alten“ und „neuen“ Mitgliedern, zwischen Leitungen und Teilnehmenden oder aufgrund anderer Differenzierungsmerkmale. Diese können die Kommunikation maßgeblich beeinflussen. In der Veranstaltung werden praktizierte Kommunikationsformen in Gruppen reflektiert, grundlegende Prinzipien einer empathischen Kommunikation (nach den Grundsätzen der GFK – Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg) vermittelt und praktische Übungen dazu durchgeführt.

**Leitung:** Erich Eisenstecken (SHZ)  
**Anmeldung:** Erich Eisenstecken,  
 Tel.: 089/53 29 56 - 16, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
 E-Mail: erich.eisenstecken@shz-muenchen.de

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

Mittwoch, 11. Dezember 2019, 17 Uhr bis 20 Uhr  
 (Weitere Termine in den Landkreisen der Region München sind von Dezember 2019 bis Februar 2020 in Planung und werden auf der Homepage des SHZ veröffentlicht: [www.shz-muenchen.de](http://www.shz-muenchen.de))

Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich, die in der Region München tätig sind, können beim sogenannten „Runden Tisch“ der gesetzlichen Krankenkassen Fördergelder für ihre Gruppenarbeit nach § 20h SGB V erhalten. Das Selbsthilfezentrum ist als Geschäftsstelle des „Runden Tisches“ für die Koordination des gesamten Förderverfahrens zuständig und berät die Gruppen in allen Fragen der Antragstellung. Ob Sie zum ersten Mal Förderung beantragen möchten oder sich einfach nicht mehr sicher sind, auf was Sie achten müssen: dieser Info-Abend wird Ihnen das nötige Handwerkszeug vermitteln, damit Sie Fördergelder richtig beantragen und korrekt abrechnen können.

Wir werden u.a. folgende Fragen mit Ihnen bearbeiten:

- Ist eine Antragstellung für meine Gruppe überhaupt sinnvoll?
- Unter welchen Voraussetzungen können wir einen Antrag stellen?
- Was kann alles beantragt werden?
- Wie sieht ein förderfähiger Kostenplan aus?
- Wie erstellen wir den Verwendungsnachweis?

Es werden praktische Tipps und Anregungen gegeben. Wir stellen z.B. eine einfache Art der „Buchführung“ vor, die die Abrechnung der Gelder am Jahresende erleichtert. Wir werden einen Musterantrag präsentieren und auch auf Ihre individuellen Fragestellungen eingehen können.

**Leitung:** Mirjam Unverdorben-Beil, Astrid Maier, Ute Köller und Alexandra Kranzberger (SHZ)  
**Anmeldung:** Mirjam Unverdorben-Beil,  
 Tel.: 089/53 29 56 - 17, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
 E-Mail: mirjam.unverdorben-beil@shz-muenchen.de



Bitte beachten Sie auch unsere Regelangebote zur Selbsthilfeunterstützung:

- Gruppengründungsberatung
- Konfliktberatung
- Gruppeninventur
- Beratung bei Entwicklungsprozessen (Gruppenleitungswechsel etc.)
- Beratung zu allgemeinen Fragen rund um das Thema Selbsthilfegruppe (neue Gruppenmitglieder, Ablauf eines Gruppenabends, Finanzierung etc.)

## Auf einen Blick:

**Kooperation zwischen professionellen Fachkräften und Selbsthilfe**  
 Mittwoch, 3. Juli 2019, 13 Uhr bis 17 Uhr

**Selbstmanagementkurs INSEA „Gesund und aktiv leben“**  
 7 Termine, immer dienstags vom 9. Juli 2019 bis 27. August 2019 (ausgenommen am 30. Juli 2019), jeweils von 15 Uhr bis 17.30 Uhr

**Interkulturelle Sensibilisierung für Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen**  
 Freitag, 19. Juli 2019, 10 Uhr bis 17 Uhr

**Finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen im sozialen Bereich durch das Sozialreferat der Landeshauptstadt München**  
 Donnerstag, 26. September 2019, 18 Uhr bis 19.30 Uhr

**Selbstmanagementkurs INSEA „Gesund und aktiv leben“**  
 7 Termine, immer freitags vom 27. September 2019 bis 15. November 2019 (ausgenommen am 1. November 2019), jeweils von 10.30 Uhr bis 13 Uhr

**„Selbsthilfe zur Selbsthilfe“ Austauschabend für Selbsthilfe-Aktive**  
 Thema: Umgang mit schwierigen Gruppenmitgliedern  
 Mittwoch, 9. Oktober 2019, 17 Uhr bis 19 Uhr

**Basiswissen für Aktive und Einsteiger in Selbsthilfegruppen**  
 Freitag, 25. Oktober 2019, 13 Uhr bis 18 Uhr  
 in der SHZ Außenstelle, Westendstraße 151, Raum A1

**In der Lebensgeschichte die eigenen Stärken erkennen – Grundlagen ressourcenorientierter Biographiearbeit**  
 Samstag, 2. November 2019, 9 Uhr bis 16 Uhr

**„Selbsthilfe zur Selbsthilfe“ Austauschabend für Selbsthilfe-Aktive**  
 Thema: Finanzielle Förderung – Fluch oder Segen?  
 Mittwoch, 13. November 2019, 17 Uhr bis 19 Uhr

**Balance zwischen Gespräch und Bewegung**  
 Freitag, 22. November 2019, 9 Uhr bis 16 Uhr

**Wertschätzende und konstruktive Kommunikation in Selbsthilfegruppen**  
 Freitag, 29. November 2019, 10 Uhr bis 16 Uhr

**Förderung von Gesundheits-Selbsthilfegruppen durch die Krankenkassen: Alles rund um die Antragstellung und den Verwendungsnachweis**  
 Mittwoch, 11. Dezember 2019, 17 Uhr bis 20 Uhr  
 Weitere Termine unter [www.shz-muenchen.de](http://www.shz-muenchen.de)

## Die Referentinnen und Referenten

**Mitarbeiter\*innen des Selbsthilfezentrums München:**

Erich Eisenstecken  
 Dipl. Soziologe, Systemischer Berater (SG), Systemischer Supervisor (SG)

Ute Köller  
 Pädagogin M.A.

Alexandra Kranzberger  
 Soz.-Päd. B.A., Heilpraktikerin

Astrid Maier  
 Pädagogin M.A., zertifizierte INSEA Kursleitung

Eva Parashar  
 Ethnologin M.A.

Ina Plambeck  
 Ethnologin M.A., Mediatorin (MedG)

Mirjam Unverdorben-Beil  
 Dipl. Soz.-Päd. (FH), Entspannungspädagogin (BTB), zertifizierte INSEA Kursleitung

Ulrike Zinsler  
 Dipl. Soz.-Päd. (FH)

**Gastreferent\*innen:**

Helmut Bundschuh  
 Heilpraktiker für Psychotherapie, Selbsthilfegruppenleitung

Susanne Hembt  
 Dipl. Soz.-Päd. (FH), Systemische Beraterin (SG), Kursleiterin für Entspannungsverfahren

Elke Kilian  
 zertifizierte INSEA Kursleitung, Selbsthilfgruppenleitung

Angelika Konzok  
 zertifizierte INSEA Kursleitung

Günter Schmid  
 Dipl. Soz.-Päd. (FH) und Interkultureller Mediator (AWO Akademie), Sozialreferat, Stelle für Bürgerschaftliches Engagement und Selbsthilfeförderung

## Wichtige Hinweise

Das Ihnen vorliegende Fortbildungsprogramm richtet sich an alle interessierten Mitglieder von Selbsthilfegruppen und -initiativen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Fragen und Anmeldungen zum jeweiligen Angebot richten Sie bitte direkt an den/die zuständige\*n Ansprechpartner\*in. Bitte geben Sie dazu Ihren Namen und den Namen der Gruppe, der Sie angehören, sowie Ihre Adresse, Telefonnummer und E-Mail-Adresse an.

Da die Teilnehmerzahl der Veranstaltungen begrenzt ist, bitten wir Sie, sich rechtzeitig anzumelden. Anmeldeschluss ist eine Woche vor Veranstaltungsbeginn. Die Anmeldung ist verbindlich.

Die Angebote finden, soweit nicht anders vermerkt, im Veranstaltungsraum (VR) des Selbsthilfezentrums München statt.

**Selbsthilfezentrum 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

Die Bereitstellung von Gebärdensprachdolmetschern kann nur bei frühzeitiger Bedarfsanmeldung (mind. 4 Wochen vor der Veranstaltung) vorbehaltlich der Verfügbarkeit erfolgen.

Auch die Nutzung einer Induktionsanlage und eines barrierefreien Zugangs sind im SHZ möglich. Bitte setzen Sie sich dazu mit dem/der jeweiligen Ansprechpartner\*in rechtzeitig in Verbindung.

Anregungen für gewünschte Fortbildungen im Bereich Selbsthilfe nimmt das Selbsthilfezentrum München gerne entgegen und wird sie möglichst in das nächste Programm aufnehmen.

Träger:  
 Verein zur Förderung der Selbsthilfe und Selbstorganisation (FöSS) e.V.

Gefördert von der  
 Fördergemeinschaft der gesetzlichen Krankenkassenverbände in Bayern



V.i.S.d.P.: Klaus Grothe-Bortlik



Gedruckt auf Recycling-Papier

## Kooperation zwischen professionellen Fachkräften und Selbsthilfe

Mittwoch, 3. Juli 2019, 13 Uhr bis 17 Uhr

In der Fortbildung werden grundlegende Informationen zu Selbsthilfe und Selbstorganisation vermittelt und die verschiedenen Mehrwerte einer Zusammenarbeit zwischen professionellen Diensten und Selbsthilfe vorgestellt. Vor dem Hintergrund der unterschiedlichen Blickwinkel und „Arbeitskulturen“ von Profis und Engagierten sowie der jeweiligen Rahmenbedingungen der Facheinrichtungen werden verschiedene Aspekte einer selbsthilfefreundlichen Haltung im Sinne von Empowerment vermittelt und diskutiert. Eigene Kooperationserfahrungen sowie Ideen für den Transfer in die eigene Arbeit können gemeinsam reflektiert werden. Außerdem wird aufgezeigt, welche Beispiele für gelungene Kooperationen es bereits gibt und welche Unterstützung Fachleute und Selbsthilfeengagierte zur Begleitung unterschiedlicher Kooperationsformen vom Selbsthilfezentrum erhalten können.

Zielgruppe sind sowohl professionelle Fachkräfte aus Gesundheits- und Sozialdiensten als auch Engagierte aus der Selbsthilfe, die sich für eine Kooperation mit Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen interessieren oder bereits eine solche praktizieren.

**Leitung:** Eva Parashar, Erich Eisenstecken und Alexandra Kranzberger (SHZ)  
**Anmeldung:** Angelika Pfeiffer,  
Tel.: 089/53 29 56 - 29, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
E-Mail: angelika.pfeiffer@shz-muenchen.de  
**Anmeldeschluss:** 20. Juni 2019  
**Teilnahmegebühr:** 20,- € für Fachkräfte,  
**kostenfrei für Selbsthilfeengagierte**

## Selbstmanagementkurs INSEA „Gesund und aktiv leben“

7 Termine, immer dienstags vom 9. Juli 2019 bis 27. August 2019 (ausgenommen am 30. Juli 2019), jeweils von 15 Uhr bis 17.30 Uhr

Das Leben mit einer chronischen Erkrankung wie z.B. Diabetes, Migräne, Rheuma, psychischen Erkrankungen oder anderen Beeinträchtigungen ist nicht immer einfach und erfordert von den Betroffenen und ihren Angehörigen häufig Veränderungen im Alltag. Dabei bietet der Selbstmanagementkurs INSEA „Gesund und aktiv leben“ Unterstützung an. Er basiert auf dem wissenschaftlich geprüften Stanford Selbstmanagement Programm, gefördert von der Careum Stiftung in der Schweiz. Der Kurs wird ermöglicht u.a. durch die BARMER. Die Teilnehmenden lernen Wege und Methoden kennen, die sie dabei unterstützen, mit der Erkrankung selbstbestimmt umzugehen und ein gesundes und aktives Leben zu führen. Sie lernen z.B. mit Schmerzen umzugehen, mit Familie oder Fachpersonen zu kommunizieren, sich selbst zu motivieren oder Selbstvertrauen im Umgang mit der Krankheit zu entwickeln.

**Leitung:** Mirjam Unverdorben-Beil (SHZ) und Elke Kilian (zertifizierte INSEA Kursleitung)  
**Anmeldung:** Astrid Maier,  
Tel.: 089/53 29 56 - 18, Fax: 089/53 29 56 - 41,  
E-Mail: astrid.maier@shz-muenchen.de

## Interkulturelle Sensibilisierung für Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen

Freitag, 19. Juli 2019, 10 Uhr bis 17 Uhr

Ein Ergebnis des Projekts Selbsthilfe-Gesundheit-Migration im Selbsthilfezentrum (2017 und 2018) war der Bedarf eines Fortbildungsangebots zur interkulturellen Sensibilisierung für Selbsthilfegruppen und Initiativen. Die Fortbildung lädt die Teilnehmenden zu einem Nachdenken über das Thema Migration auf unterschiedlichen Ebenen ein: eigener Umgang und Selbsterfahrung, Daten und Fakten, Umgang mit Rassismus und Stereotypen.

Eine Selbsthilfegruppe wird von dem Umgang mit dem Thema Interkulturalität in der Gruppenarbeit berichten. Abschließend werden die Mehrwerte multikultureller Gruppen diskutiert sowie unterschiedliche Aspekte der interkulturellen Öffnung für Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen vorgestellt.

Zielgruppen: Engagierte aus Gesundheitsselbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen sowie aus Migrantenorganisationen. Eine Teilnahme von Engagierten aus Migrationsgruppen bzw. Migrantenvereinen ist sehr willkommen.

**Leitung:** Eva Parashar und Ina Plambeck (SHZ)  
**Anmeldung:** Eva Parashar,  
Tel.: 089/53 29 56 - 26, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
E-Mail: eva.parashar@shz-muenchen.de

## Finanzielle Förderung der Selbsthilfegruppen im sozialen Bereich durch das Sozialreferat der Landeshauptstadt München

Donnerstag, 26. September 2019, 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 (Gesundheitsgruppen werden von den Krankenkassen gefördert). In der Veranstaltung werden die Förderziele der Landeshauptstadt München für Selbsthilfegruppen im sozialen Bereich vorgestellt und die Förderrichtlinien für Selbsthilfegruppen erläutert. Es wird in die Erstellung von Förderanträgen und Verwendungsnachweisen eingeführt.

Themen der Veranstaltung sind u.a.:

- 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?

Diese Informationsveranstaltung wird in Kooperation mit dem Sozialreferat der Landeshauptstadt München – Stelle für Bürgerschaftliches Engagement und Selbsthilfeförderung – durchgeführt.

**Leitung:** Günter Schmid (Sozialreferat) und Erich Eisenstecken (SHZ)  
**Anmeldung:** Erich Eisenstecken,  
Tel.: 089/53 29 56 - 16, Fax: 089/53 29 56 - 49  
E-Mail: erich.eisenstecken@shz-muenchen.de

## Selbstmanagementkurs INSEA

### „Gesund und aktiv leben“

7 Termine, immer freitags vom 27. September 2019 bis 15. November 2019 (ausgenommen am 1. November 2019), jeweils von 10.30 Uhr bis 13 Uhr

Das Leben mit einer chronischen Erkrankung wie z.B. Diabetes, Migräne, Rheuma, psychischen Erkrankungen oder anderen Beeinträchtigungen ist nicht immer einfach und erfordert von den Betroffenen und ihren Angehörigen häufig Veränderungen im Alltag. Dabei bietet der Selbstmanagementkurs INSEA „Gesund und aktiv leben“ Unterstützung an.

Er basiert auf dem wissenschaftlich geprüften Stanford Selbstmanagement Programm, gefördert von der Careum Stiftung in der Schweiz. Der Kurs wird ermöglicht u.a. durch die BARMER. Die Teilnehmenden lernen Wege und Methoden kennen, die sie dabei unterstützen, mit der Erkrankung selbstbestimmt umzugehen und ein gesundes und aktives Leben zu führen. Sie lernen z.B. mit Schmerzen umzugehen, mit Familie oder Fachpersonen zu kommunizieren, sich selbst zu motivieren oder Selbstvertrauen im Umgang mit der Krankheit zu entwickeln.

**Leitung:** Astrid Maier (SHZ) und Angelika Konzok (zertifizierte INSEA Kursleitung)  
**Anmeldung:** Astrid Maier,  
Tel.: 089/53 29 56 - 18, Fax: 089/53 29 56 - 41,  
E-Mail: astrid.maier@shz-muenchen.de

## „Selbsthilfe zur Selbsthilfe“

### Austauschabend für Selbsthilfe-Aktive

Thema: Umgang mit schwierigen Gruppenmitgliedern  
Mittwoch, 9. Oktober 2019, 17 Uhr bis 19 Uhr

In regelmäßigen Abständen möchten wir Selbsthilfe-Aktiven in moderierten Abenden die Möglichkeit geben, sich auszutauschen und gegenseitig Tipps im Umgang mit selbsthilferelevanten Themen zu geben. Selbsthilfe zur Selbsthilfe eben.

Thema am 9. Oktober 2019:

Umgang mit schwierigen Gruppenmitgliedern

- Was macht eine\*n Teilnehmer\*in schwierig?
- Wie geht die Gruppe bisher mit schwierigen Gruppenmitgliedern um?
- Was kann die Gruppe aus solchen Situationen lernen?

Wir freuen uns über Ideen und Erfahrungen aus Ihrem Gruppenalltag!

**Leitung:** Ute Köller und Ulrike Zinsler (SHZ)  
**Anmeldung:** Ute Köller,  
Tel.: 089/53 29 56 - 25, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
E-Mail: ute.koeller@shz-muenchen.de

## Basiswissen für Aktive und Einsteiger

### in Selbsthilfegruppen

Freitag, 25. Oktober 2019, 13 Uhr bis 18 Uhr  
in der SHZ Außenstelle, Westendstraße 151, Raum A1

Ein solides Basiswissen über die Selbsthilfe trägt zu einem guten Gelingen jeder Gruppe bei. Es intensiviert den Zusammenhalt innerhalb der Gruppe und stärkt die Haltung, die für eine klare und kompetente Außenwirkung notwendig ist.

Folgende Themen werden – neben den von Ihnen eingebrachten Fragen – in dem Seminar behandelt:

- Wert und Wirkung von Selbsthilfegruppen
- Tipps für die Gruppengründung
- Grundlagen für die Organisation von Selbsthilfegruppen
- Nützliches zur Durchführung von Gruppentreffen

Darüber hinaus wird Raum sein, um die Motivation des eigenen Selbsthilfeengagements zu reflektieren.

**Leitung:** Ulrike Zinsler und Ute Köller (SHZ)  
**Anmeldung:** Ute Köller,  
Tel.: 089/53 29 56 - 25, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
E-Mail: ute.koeller@shz-muenchen.de

## In der Lebensgeschichte die eigenen Stärken erkennen – Grundlagen ressourcenorientierter Biographiearbeit

Samstag, 2. November 2019, 9 Uhr bis 16 Uhr

Jede Biographie ist mehr als eine bloße Aneinanderreihung von einzelnen Fakten. Denn sie erzählt eine zusammenhängende Geschichte, die vieles über den eigenen Lebensweg mitteilen kann. Dabei spielt die Erinnerung an Vergangenes eine ebenso wichtige Rolle wie die Vergegenwärtigung der aktuellen Lebenssituation. Frei nach Sören Kirkegaard „kann das Leben nur vorwärts gelebt und rückwärts verstanden werden.“

Mit Hilfe der ressourcenorientierten Biographiearbeit wollen wir gemeinsam herausfinden, welche Wachstumsmöglichkeiten und Stärken uns die eigene Lebensgeschichte ermöglicht. Dazu greifen wir auf die grundlegenden Konzepte der Resilienz und des Empowerments zurück und wenden praktische Übungen an, welche die Teilnehmenden für ihre Selbsthilfegruppenarbeit nutzen können.

**Leitung:** Helmut Bundschuh (Heilpraktiker für Psychotherapie) und Alexandra Kranzberger (SHZ)  
**Anmeldung:** Alexandra Kranzberger,  
Tel.: 089/53 29 56 - 27, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
E-Mail: alexandra.kranzberger@shz-muenchen.de

## „Selbsthilfe zur Selbsthilfe“

### Austauschabend für Selbsthilfe-Aktive

Thema: Finanzielle Förderung – Fluch oder Segen?  
Mittwoch, 13. November 2019, 17 Uhr bis 19 Uhr

In regelmäßigen Abständen möchten wir Selbsthilfe-Aktiven in moderierten Abenden die Möglichkeit geben, sich auszutauschen und gegenseitig Tipps im Umgang mit selbsthilferelevanten Themen zu geben. Selbsthilfe zur Selbsthilfe eben.

Thema am 13. November 2019:

Finanzielle Förderung – Fluch oder Segen?

- Welche Fördermöglichkeiten gibt es?
- Welche Voraussetzungen müssen innerhalb der Gruppe gegeben sein?
- Welche Veränderung bringt eine Förderung für das Gruppengefüge mit sich?

Wir freuen uns über Ideen und Erfahrungen aus Ihrem Gruppenalltag!

**Leitung:** Mirjam Unverdorben-Beil und Alexandra Kranzberger (SHZ)  
**Anmeldung:** Mirjam Unverdorben-Beil,  
Tel.: 089/53 29 56 - 17, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
E-Mail: mirjam.unverdorben-beil@shz-muenchen.de

## Balance zwischen Gespräch und Bewegung

Freitag, 22. November 2019, 9 Uhr bis 16 Uhr

Der Austausch im vertrauensvollen Gespräch ist das Herzstück der Selbsthilfegruppe. Passend zur Situation kann es hilfreich sein, in die Bewegung zu gehen. In diesem Seminar lernen Sie verschiedene Methoden kennen, die Auflockerung bringen und neue Impulse setzen. Dies kann in verschiedenen Phasen des Gruppenprozesses zu Beginn oder zum Abschluss des Treffens sein. Auch bei besonderen Anlässen, zum Beispiel einem Gruppenfest, können spielerische Übungen eingesetzt werden. Alle Ideen sind einfach und ohne aufwändige Vorbereitungen durchführbar. Zur Entspannung wird am Seminartag nach der Mittagspause eine Ruheübung angeboten. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken sowie eine Decke mit.

**Leitung:** Susanne Hembt (Dipl. Soz.-Päd.)  
**Anmeldung:** Mirjam Unverdorben-Beil,  
Tel.: 089/53 29 56 - 17, Fax: 089/53 29 56 - 49,  
E-Mail: mirjam.unverdorben-beil@shz-muenchen.de