



Miteinander ist alles möglich

Neujahrsempfang im Selbsthilfezentrum mit Preisverleihung „München dankt!“

München · „Ihr Motto ist nicht: Ich helfe mir selbst, sondern ich kümmerge mich um andere. Was Sie hier machen ist nicht selbstverständlich und verdient hohen Respekt!“ Mit diesen Worten eröffnete Stadtrat Christian Müller die Verleihung des Preises „München dankt!“ der Landeshauptstadt beim Neujahrsempfang des Selbsthilfezentrums. Über 100 Engagierte und Teilnehmer von Selbsthilfegruppen waren gekommen um die zu vertreten, die in unserer Gesellschaft oft kein Gremium finden, das sie vertritt. Sieben von ihnen nahmen die Ehrung am Neujahrsempfang entgegen.

Breit gefächertes Angebot

„Für mich ist das, was Sie hier machen das Wichtigste was wir in diesen Zeiten machen können“, so Vorstand Fritz Letsch. Mehr als 1.300 Selbsthilfegruppen gibt es derzeit in München und Umgebung. 230 von ihnen treffen sich regelmäßig im Selbsthilfezentrum (SHZ) München im früheren Tröpferbad an der Westendstraße und lassen sich dort unterstützen. Sei es bei der Suche nach Räumlichkeiten, bei Fortbildungen, bürokratischen Unwegbarkeiten oder einfach wenn sie ein offenes Ohr brauchen. Es sind die unterschiedlichsten Menschen, die im ehemaligen Tröpferbad im Westend täglich von morgens bis abends ein und ausgehen. Wo man sich noch bis ins Jahr 1992 für zwei Mark fünfzig eine „Brause“ oder für vier Mark ein Wannenbad kaufen konnte, treffen sich heute Gruppen, um sich in geschütztem Rahmen zu den unterschiedlichsten Themen aus dem Gesundheits- oder dem Sozialen



Die Ausgezeichneten von „München dankt!“ mit Stadtrat Christian Müller. (zweiter von links)

Bild: Mark Kamin

Bereich auszutauschen oder in verschiedensten Initiativen aktiv zu sein. Das fängt bei den „Absolute Beginners“ an, über das tibetische „Tashi-Projekt“ bis hin zu Betroffenen von „Zöliakie“. „Der Weg steht jederzeit offen für andere!“, so Winfried Rauscheder vom Selbsthilfebeirat in seiner Begrüßung am Abend des alljährlich stattfindenden Neujahrsempfangs.

Anstieg an Neugründungen

Dass diese Einladung gerne angenommen wird und somit eine Daseinsberechtigung des Selbsthilfezentrums mehr als gerechtfertigt ist, zeigt der stete Anstieg an Neugründungen auch im vergangenen Jahr. „Selbsthilfe hat damit zu tun,

dass München als gemeinschaftliche Stadtgesellschaft funktioniert“, erklärte Stadtrat Christian Müller, der ebenfalls der Einladung des Selbsthilfezentrums gefolgt war um die sieben Vertreter der Selbsthilfegruppen ILCO (Stoma-Träger) und PUB (Partner und Behinderte), Tinnitus-Selbsthilfegruppe München, Diabetes Selbsthilfegruppe München, Polio-Selbsthilfe des Bundesverbandes Poliomyelitis e.V., Selbsthilfegruppe Münchner Psychiatrie Erfahrene MüPE e.V., Selbsthilfegruppe CRPS/Morbus Sudeck, Migrantenselbstorganisation Somalische Maanta e.V., mit dem Preis „München dankt!“ auszuzeichnen. Sie unterstützen, beraten, vermitteln Betroffene, die etwa an seltenen Krankheiten leiden oder soziale

Probleme haben. Sie schaffen Räume wo sich Migranten mit unterschiedlichsten Nationalitäten treffen. Unzählige Ehrenamtliche und 15 Angestellte Fachleute, Sozialpädagogen, Soziologen und Ethnologen leisten Hilfe zur Selbsthilfe im Selbsthilfezentrum an der Westendstraße.

Das Selbsthilfezentrum

Seit 1985 gibt es die Einrichtung samt kommunaler Förderung. An diese Zeit erinnerte sich Gründungsmitglied Dr. Petra Schmid-Urban, die als ehemalige stellv. Sozialreferentin der Landeshauptstadt die Selbsthilfe auf den Weg gebracht hatte, an diesem Abend: „Ich freue mich sehr über die Vielseitigkeit

und Intensität, die die Selbsthilfe mit ihren Gruppen und dem Selbsthilfezentrum als Herzstück erreicht haben.

Die Selbsthilfe ist zu einem wichtigen Bestandteil unserer Stadtgesellschaft geworden.“ Zu zwei Dritteln wird das SHZ auch heute noch durch Zuschüsse der Stadt gefördert. Das andere Drittel kommt von den gesetzlichen Krankenkassen. „München, ist eine der wenigen Kommunen, die Selbsthilfegruppen in der Form mitträgt. Sie sollen sich auf demokratischer Basis ihre eigene Struktur und ihre eigenen Ziele geben“, erklärte Geschäftsführer Klaus Grothe-Bortlik das Prinzip der Selbsthilfe.

Selbsthilfebeirat Winfried Rauscheder erwähnte in seiner Ansprache, dass man durch Selbsthilfe „viel lernt, über die Stadt in der man lebt.“ An den Gruppen, die sich neu an das Selbsthilfezentrum wenden – jährlich sind es an die 30 – lasse sich gut ablesen, in welche Richtung sich die Gesellschaft be- wege.

Das SHZ an der Westendstraße 68 schafft für sie alle eine Infrastruktur in ihren fünf Gruppenräumen und den zwei neuen Räumen in der Westendstraße 151.

Am Abend des Neujahrsempfangs standen die Türen aller Zimmer im ehemaligen Tröpferbad wieder einmal offen: Für gute Gespräche, Musik, Tanz und allerlei Gaumenfreuden, zubereitet vom internationalen Mütterforum, für all jene Menschen die ihre Stärke in der Selbsthilfe gefunden haben.

Näheres zu den rund 1.300 Gruppen im Selbsthilfezentrum München unter www.shz-muenchen.de im Internet. **red**

Kleinanzeigen

muenchenweit.de

Wohnungsaufösungen

Entrümpelung 0172/8173728
Entrümpelungen aller Art zum Festpreis; Firma Frank
Telefon: 089/8645125

ENTRÜMPELUNGEN günstig:
Zeitlich flexibel. Kulturlust e.V.
0157/55706361

Wir verkaufen Gläser, Geschirr, Tischdecken, Regale, Vasen, Kleinteile für d. Küche, Übertöpfe für Innen/Außen u.v.a. wegen Umzug. Nur Markenartikel und alles in einwandfreiem Zustand. 22.2.-19 von 16-18h, 23.2.19 von 16-18h u. 24.2.19 v. 10-18h. Tel. 0175/9386485

Schöne Antikmöbel, liebevoll restauriert: Bänke, Schränke, Büffets, Sekretäre etc, letzter Verkauf von Bauernmöbel Dietzel. Haushaltsauflösung am Samstag den 2.3.19 von 9:00 - 18:00 Uhr Lantpertstr. 12, 85435 ERDING

Handwerker

Wir beziehen Eckbänke/Stühle/Couchgarnituren und übernehmen Oldtimer-Restaurierungen. Firma Schrettle, Tel. 0821/472519

Parkett, Laminat, Fliesen, Renovierungen aller Art. Firma Karcz, Telefon: 0152/27019833

Verlege fachgerecht Parkett u. Laminat mit Beratung, günstig! Herr Gabel, Tel. 0176/62926163

Schöner wohnen! Handwerksmeister (im Unruhestand) unterstützt Sie bei Renovierungs- und Sanierungsarbeiten. Akkurate Ausführung, sowie moderater Std.-Satz, Tel. 01521/2025405

Bärbau Dachreinigung/-reparatur, Garagen-/Flachdachinstand., Holz-/Bautenschutz, Zaunenerneuerung, Maurer-/Verputz-/Malerearbeiten. Tel. 0151/46949457

Malermmeister sorgfältig! Bsp. Leerwhg. 70m², 640 € net. inkl. Material, Tel. 0151/2927512 u. 0176/76389665

REPARIERE WC-SPÜLUNGEN
GEBERIT und andere.
Fa. Hartl, München
Telefon 0 89 / 60 31 35

Fliesenleger Badumbau und mehr Beratung - Planung - Ausführung. Tel.: 0176 / 2323 6246

PB Projekt Bau GmbH: Bodenbelagsarbeiten, Fenster, Türen, Vollwärmeschutz, Putzsanierung, Malerarbeiten aller Art, Trockenbau-, Elektro- u. Fliesenarbeiten, Tel.: 0170/8956599

H&R Malerfachbetrieb, Maler-, Lackier- u. Tapezierarbeiten, Tel. 089/89407737 od. 0176/22397750

— **Malermmeister Nuriman** — Fassaden- und Innenarbeiten, schnell, preiswert und zuverlässig. Telefon: 0179/7166293 oder 089/20098996

Küche-Ab/Aufbau, T. 62271485

DACHRINNENREINIGUNG, DACHARBEITEN, Arbeitsbühnen, Spengler- / Zimmerer- / Maurer- / Fassaden- / Malerarbeiten, Firma Bogenrieder, Tel. 0170/3018836

Malermmeisterbetrieb (auch kl. Aufträge), Telefon 0170/4963272

Türen-, Küchen- & Möbelmontage, Tel. 0152/22771724

ABBRUCH - Bagger - Erdarbeiten, Abwasser- u. Sickergrubenausbau, Kanalsanierung, Firma Bogenrieder, Tel. 0170/3018836

Älterer Malermmeister übernimmt sämtliche Maler u. Renovierarbeiten zu sehr günstigen Preisen sauber korrekt zuverlässig, Telefon: 0172/8919782

Garage undicht? HeMi Dachdeckerei & Spenglerei, Meisterbetrieb. Tel. 08142/3058544

Badumbau - Heizung - Sanitär, Telefon: 0157/59523188

Fachbetrieb übern. günstig Asphaltierungs-, Pflaster- u. Gartenarbeiten. Tel. 0152/04178911

Dachdeckermeister: Reparatur, Neudeckung, Spenglerei, Sanierung. MUC, Tel. 089/30001181

Rollläden auf Motor umrüsten, günstig., Fa. Tel. 089/7934983

Reparaturen rund ums Haus Zuverlässig • Kompetent • Schnell • Firma SBB • Telefon: 089/70066656

Malermmeister übernimmt sämtliche Malerarbeiten, Wohnungen, Treppenhäuser, Neubau, für Fassaden eigenes Gerüst, Firma M. Werner Tel.: 08166/995654 oder 0178/3319254

Parkett und Fußböden Fachbetrieb, Tel. 0174/4749890

Umbauten - Sanierung - Mauertrockenlegungen - kleine Maurerarbeiten, Herr Wallinger, Telefon 089/8561180, www.wallinger-bausanierung.de

Markisen u. Stoffe zum Austausch günstig., Fa. T. 089/7934983

Günstige Fliesenverlegung u. Sanierungsarbeiten, Firma Tel. 089/85641411, 0178/7770054

Fliesenleger übernimmt schnell u. preiswert sämtliche Verlege- u. Abbrucharbeiten, Fa. Tel. 0172/9692274

Fachbetrieb übernimmt günstig **Asphaltierungs-, Pflaster- und Gartenarbeiten**.
Telefon 0152/04178911

ZU FESTPREISEN! Sämtl. Maler, Maurer-, Putz-, Fliesen- u. Trockenbauarbeiten, einschl. Bodenbelagsverlegungen, sowie alle Um- und Ausbauarb., einschl. DG, Dachisolierungen & Badkomplett-sanierungen - keine Anfahrtskosten Hausanierung, Tel. 0173/4131829

Meisterbetrieb seit 1868 übern. Badkomplettsanierung, Sanitär-, Heizungs-, Elektro-, Maurer- u. Fliesenarbeiten, unverb. Angebot, Tel. 089/263393 oder 0172/8831783

PARKETT - URBAN
Fachbetrieb Parkett-Innung Obb.
Verkauf, Verlegen, Schleifen und umweltfreundlich versiegeln
☎ 08021/91 82 • 0171/36 75 475
www.parkett-urban.de

Sämtl. Maler - Fliesen u. Bodenbelagsarbeiten * ALLE Um- + Ausbauarb. * Fassadenarb. * kompl. Badsanierung B&J. Tel. 089/17103930

BADSANIERUNG 0176/81292261

Ausführung sämtlicher Malerarbeiten. Renovierung, Fassaden, dekorative Wohngestaltung. Malerbetrieb Christian Scheller Telefon 08165/601446 oder Malerbetrieb.Scheller@t-online.de

Wasser / Heizung / Badumbau / Abfluss / Armaturen. Tel. 0170/4201023

Altbau-/Komplettan., Trockenbau & Malerarb. Tel. 089 / 12596079

Elektroarbeiten, Tel. 0172-9522009

BAD-KOMPLETTSANIERUNG von Fachfirma, Tel. 0151 / 22602870

Elektro Schreiner-geselle deutsch, mont. Lampen, Vorhänge, Möbel Kü., Ikea, Planung, Tel. 0171/4512362

WEITER GEHT'S AUF SEITE 6

In Teilen dieser Ausgabe liegt der aktuelle LIDL-Prospekt bei.