



Inhalt:

In eigener Sache: der 20.000ste Engel bundesweit
12. Münchner Freiwilligenmesse und zwei Umfragen
Workshops von Gute-Tat und Events zum Weltfrauentag
Veranstaltungshinweise von Kooperationspartnern und Links
Foto-Highlights aus dem vergangenen Jahr
Achtung! Die Liste mit aktuellen Projekten kommt als Extra-pdf

In eigener Sache: der 20.000ste Engel

Der 20.000ste „Engel“ kommt aus München – und aus Afghanistan



Beim Dankeschön-Kino-Abend für unsere Ehrenamtlichen am 5.12.2017 im Mathäser Filmpalast begrüßte die Stiftung Gute-Tat den **bundesweit** 20.000sten „Engel“, der sich über die Internetplattform für ein ehrenamtliches Engagement angemeldet hatte. Im Rahmen des Internationalen Tags des Ehrenamts konnte Petra Bauer-Wolfram, die Standortleiterin für München und Region, **Mohammad Hasani** (25), stellvertretend für alle in München, Hamburg und Berlin bei Gute-Tat Engagierten willkommen heißen. Der Jubiläumsengel kommt aus Afghanistan und will sich vor allem als Kletter-Trainer um Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund kümmern. Hier hat er auch bereits erste Erfahrungen gesammelt, die in einem kleinen Spot über seinen ehrenamtlichen Einsatz für den gemeinnützigen Verein „**Bayerns beste Gipfelstürmer**“ gezeigt wurden,

(Foto: Sandro Podo)

bevor der vielfach ausgezeichnete Hauptfilm des Abends „Hidden Figures – Unerkannte Heldinnen“ startete. Für andere im Engagement ein Vorbild zu sein, war seine Motivation, sich über die Internetplattform für ein Ehrenamt anzumelden.

Im Durchschnitt 1000 Ehrenamtliche pro Jahr für ein soziales Engagement zu begeistern, das ist die positive Bilanz der im Jahr 2000 gegründeten Stiftung, die mit dem Motto „**Jede/r kann helfen - und mit wenig Zeit viel bewegen**“ ihr Erfolgsgeheimnis auf den Punkt bringt. Von der Bepflanzung von Hochbeeten im Seniorenheim über Lesenächte für Kinder mit Behinderung oder eine Schach-Arbeitsgemeinschaft bis hin zu einer Patenschaft für Frühchen: Ehrenamtliche können auf den Internetseiten der Stiftung regelmäßig aus bundesweit mehr als 800 sozialen Projekten ihr Wunschprojekt auswählen und sich darüber hinaus mit ihren persönlichen Fähigkeiten auch als sogenannte „**Talentengel**“* einbringen.

*Einen aktuellen **Beitrag** über den Talentengel **Sandro Podo** und den 20.000sten Engel im Einsatz finden Sie in der **Abendschau** vom 5.12.: <http://bit.ly/2B895BO>

Mit freundlicher
Unterstützung durch:



Engel-News
Januar/Februar
2018



12. Münchner Freiwilligen Messe mit Gute-Tat-Infostand



Der Gasteig wird am **Sonntag, den 21. Januar 2018 von 10 bis 17 Uhr** seine Türen wieder für die bis zu 6.000 BesucherInnen der Münchner Freiwilligen Messe öffnen. Organisiert wird die Veranstaltung von der **Förderstelle für Bürgerschaftliches Engagement**. Mitveranstalterin der unter der Schirmherrschaft von **Oberbürgermeister Dieter Reiter** stehenden Messe ist die Landeshauptstadt München.

Rund 80 AusstellerInnen informieren, beraten und begeistern die Gäste über die vielfältigen Möglichkeiten, sich zu engagieren. Das breite Angebot umfasst die Themenfelder Gesundheit, Kinder und Jugendliche, Kultur, Migration, Soziales, Selbsthilfe und Umwelt. Die BesucherInnen können sich gezielt darüber informieren, wo sie gebraucht werden und welches Engagement zu ihren Neigungen und zeitlichen Möglichkeiten passt. Die kommende Veranstaltung steht unter dem Motto: **„Engagement im Stadtteil. Miteinander. Füreinander.“**

Außer der fachkundigen Beratung erwartet die Gäste ein attraktives Rahmenprogramm mit belebender Live-Musik, interessanten Kurzvorträgen, Filmen und Erfahrungsberichten von freiwillig Engagierten. 60 freiwillige HelferInnen werden die BesucherInnen durch die 3 Etagen des Gasteigs lotsen und alle Fragen beantworten, um einen informativen und spannenden Messebesuch zu gewährleisten. Der Eintritt zur Messe ist kostenlos, der Zugang barrierefrei.

„Ehrenamtliche Flügel“ gibt es wieder von **Gute-Tat**: an unserem **Informationsstand B12** im 1. Stock beraten wir zukünftige Engel und geben quasi „Flugstunden für Anfänger“. Und um **12:00 Uhr** informieren wir im **Vortragssaal der Bibliothek** zum Thema: „Was muss ich wissen, wenn ich mich freiwillig engagieren möchte?“ Mehr zur Messe unter <https://muenchner-freiwilligen-messe.de/>

UMFRAGEN:

Ihre Meinung ist uns wichtig!

In Kooperation mit dem **Lehrstuhl für Organisation und Personalmanagement der ESCP Europe Wirtschaftshochschule Berlin** führt **Gute-Tat** eine **Befragung** von ehrenamtlichen Mitarbeitenden durch. Wir würden uns freuen, wenn Sie sich ca. 15-20 Minuten Zeit für die Befragung nehmen und uns mit Ihrem Feedback helfen, gemeinsam herausfinden, was bereits gut läuft, aber auch, was Organisationen verbessern können, um Sie in Ihrer ehrenamtlichen Arbeit zu unterstützen!

Sie können die Umfrage ganz bequem am PC, Ihrem Tablet oder Ihrem Smartphone ausfüllen. Ihre Anonymität wird gewährleistet. Um an der Umfrage teilzunehmen, klicken Sie bitte [hier](#).

Für das **Forschungsprojekt** "Freiwilliges Engagement und Generationenübergreifendes Lernen" von der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt wurde ein **Fragebogen** entwickelt für Menschen, die sich aktuell freiwillig engagieren. Aktuell werden noch Teilnehmende für die **Umfrage** gesucht. Die Bearbeitung der Befragung dauert circa 20 Minuten. Die Beantwortung des Fragebogens ist völlig anonym. Der Link lautet: <http://umfragen.ku.de/generationenlernen01>

Mit freundlicher
Unterstützung durch:



Engel-News Januar/Februar 2018



Workshopangebote von Gute-Tat

Montag, 15. Januar | 19 - 21 Uhr

Interkultureller Workshop

Vermittlung von Kenntnissen zu interkulturellen Unterschieden in Hinblick auf sprachliche Normen, non-verbale Verhaltensweisen und soziale Hintergründe.

Referent: Frank Nieresel, Coachingausbildung und zertifizierter NLP-Practitioner

Ort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstr. 31 d, 80339 München, Beitrag: 10,- €

Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

Sonntag, 29. Januar | 18 - 21 Uhr

Die Kreativität in uns (wieder)entdecken - Interaktiver Workshop

Behaupten Sie von sich selbst, Sie wären nicht besonders kreativ? Bewundern Sie andere für ihre originellen Ideen und fragen sich, wo sie diese hernehmen? Jeder ist kreativ, in jedem von uns steckt ein unerschöpfliches Ideenpotential! Es ist nur eine Frage der eigenen Haltung und der Nutzung hilfreicher Techniken. In diesem Workshop entdecken Sie mit der praktischen Anwendung von Kreativitätsmethoden Ihre eigene Kreativität und den Spaß daran (wieder).

Referentin: Birgit Sturm, freiberufliche Transformationsberaterin und Trainerin

Ort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstr. 31 d, 80339 München, Beitrag: 10,- €

Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

Montag, 5. Februar | 18 - 20 Uhr

Vom Problem zur Lösung: lösungsfokussierte Gesprächsführung - Workshop

Sie sind in Ihrem Engagement täglich mit komplexen und problematischen Situationen konfrontiert, die konkrete Lösungen erfordern. In diesem Vortrag mit Workshop gebe ich Ihnen eine Einführung in die lösungsfokussierte Kommunikation, die sie aus dem Problem-Dschungel hinausführt, um sich auf Lösungen und Ziele zu konzentrieren. Von den Stärken und Ressourcen ausgehend und mit klarem Focus auf das Ziel eröffnen sich Ihnen aus einer lösungsorientierten Haltung heraus erstaunliche, neue Erkenntnisse und Handlungsoptionen.

Referentin: Rita Klemmayer, Coach, Trainerin, Supervisorin, Theologin

Ort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstr. 31 d, 80339 München, Beitrag: 10,- €

Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

Montag, 19. Februar | 17:30 – 20 Uhr

Bewusst im Hier und Jetzt - Einführung in die Meditation

Märchen enthalten Botschaften – allerdings bildhaft verschlüsselt – die uns auch heute noch ansprechen. In diesem Seminar hören Sie Märchen und erfahren etwas über deren Bildersprache, und auch wie Sie durch das Erzählen oder Vorlesen von Märchen einen Seelen-Raum schaffen können, in dem selbst sehr alte und teilweise demente oder pflegebedürftige Menschen gut eingebunden werden können.

Referentin: Silvia Hein, Märchenerzählerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Ort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstraße 31 d, 80339 München, Beitrag: 10,- €

Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

Mit freundlicher
Unterstützung durch:



Engel-News Januar/Februar 2018



Weltfrauentag 2018 – Spenden gehen an den Verein *sofia*

So 25. Februar | 11 - 12:30 Uhr

WeibsBilder - Spiegel, Spott und Übermut

Allerweltsgeschichten mit, über und unter Frauen zwischen Orient und Okzident
Erzähltheater mit Musik und Cathrin Alisch

Veranstalter: Ars Musica e.V. in Kooperation mit Gute-Tat

Veranstaltungsort: Plinganserstraße 6, 81369 München, 1. Stock (nicht barrierefrei)

Eintrittsgebühr: € 10,-; Anmeldung: reservierung@ars-musica-muenchen.de

So 4. März | 11 - 13 Uhr

Sex and drugs and ... - Texte und Lieder von Frauen

Eva Schmidt liest aus "THE FEMINIST PORN BOOK" und den "DRINKING DIARIES"

Musik: DIE KÜHNEMANN

Veranstalter: Ars Musica e.V. in Kooperation mit Gute-Tat

Veranstaltungsort: Plinganserstraße 6, 81369 München, 1. Stock (nicht barrierefrei)

Eintrittsgebühr: € 10,-; Anmeldung: reservierung@ars-musica-muenchen.de

Do 8. März | 18:30 - 20:30 Uhr

Märchen aus 1001 Land

Frauen aus aller Welt präsentieren Märchen aus aller Welt
Erzählabend mit Silvia Hein u.a.

Veranstaltungsort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstraße 31d, 80339 München, 1. Stock (nicht barrierefrei);

Eintrittsgebühr: 10,- €; Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

Fr 9. März | 15:30 - 20 Uhr

Ich, das Mädchen, die Frau ...

Die eigene Frauen-Geschichte reflektieren: Wie wurde ich die Frau, die ich heute bin?

Seminar mit Sabine Sautter

Veranstaltungsort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstraße 31d, 80339 München, 1. Stock (nicht barrierefrei);

Eintrittsgebühr: 10,- €; Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

So 11. März | 11 - 12:30 Uhr

Eigen, aber nicht artig

Konzert mit Uli Mauk und Muriel König

Veranstalter: Ars Musica e.V. in Kooperation mit Gute-Tat

Veranstaltungsort: Plinganserstraße 6, 81369 München, 1. Stock (nicht barrierefrei)

Eintrittsgebühr: € 10,-; Anmeldung: reservierung@ars-musica-muenchen.de

Do 15. März | 18 - 21 Uhr

Die-Souveränitätsformel

Entdecke und lebe die Souveränität die in Dir liegt

Vortrag von Walburga Ludwig

Veranstaltungsort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstraße 31d, 80339 München, 1. Stock (nicht barrierefrei);

Eintrittsgebühr: 10,- €; Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

Mo 19. März | 18 - 19.30

Kleopatra und andere Alpha-Frauen

Eine Inspiration, die Vielfalt weiblicher Kräfte in sich selbst zu entdecken

Vortrag von Dr. Kundri Böhmer-Bauer

Veranstaltungsort: Stiftung Gute-Tat, Ridlerstraße 31d, 80339 München, 1. Stock (nicht barrierefrei)

Eintrittsgebühr: 10,- €; Anmeldung: muenchen@gute-tat.de

Ausführliche Informationen zu unseren Veranstaltungen finden Sie [HIER](#).

Mit freundlicher
Unterstützung durch:



Engel-News Januar/Februar 2018



Veranstaltungshinweise unserer Kooperationspartner und Links



Der gemeinnützige Verein **sofia** engagiert sich seit vielen Jahren für die **Interessen von Frauen**. Im Vordergrund steht die Förderung von Gesundheit und beruflicher Bildung. Ziel ist es, die Chancen auf einen Arbeitsplatz mit mehr gerechter Bezahlung zu erhöhen. Und ein eigenes Seminarhaus für Frauen möglich zu machen. Jede [Spende](#) ist willkommen und jedes neue Fördermitglied. Die Mitfrauen erhalten Sitz und Stimme in der Mitfrauenversammlung. Mehr Infos finden Sie [hier](#).

Gute-Tat unterstützt **sofia** mit einem besonderen Veranstaltungsangebot zum **Weltfrauentag**.

Kammerspiele: [WORKSHOP](#): **Weiß-Sein im Alltag**

Warum sich weiße Menschen gerne der Rassismuskritik entziehen.

Am **23.01.**, **15 bis 18 Uhr**, **Treffpunkt: Kammer 2, Falckenbergstr. 1** mit Eric Anton Heuser (FU Berlin). Ziel ist es, alle TeilnehmerInnen zu einem bewussteren Umgang mit kultureller Differenz anzuregen und eigene Stereotypen, Vorannahmen und (implizite) Rassismen zu hinterfragen.

Unkostenbeitrag: 5 Euro; Anmeldung unter kammer4you@kammerspiele.de

Oekom: „**Wer zur Quelle will, muss gegen den Strom schwimmen**“

Am Mittwoch, den **24.01. um 19.00 Uhr** wird der Philosoph und Projektleiter an der Universität Greifswald, Dr. Rafael Ziegler, unter diesem Titel sein neuestes Buch vorstellen. Im Anschluss ist ein Gespräch über „Innovation aus Bürgerhand für eine demokratisch-ökologische Wasserwirtschaft“ geplant. Thema des Abends sind zivilgesellschaftliche Initiativen bei der kommunalen Trinkwasserversorgung. Veranstalter sind Oekom e.V., der Bund Naturschutz und die Interessengemeinschaft Kommunale Trinkwasserversorgung in Bayern (IKT). Im Münchner Zukunftssalon, Waltherstr. 29, Rgb. Eintritt frei, Anmeldung unter fa@bund-naturschutz.de

Im **Evangelischen Bildungswerk (ebw)** gibt es ab Januar 2018 eine neue **kostenfreie Ausbildung** zum Thema **Verbraucherbildung für Geflüchtete**. Um Menschen mit Flucht- und Migrationshintergrund die Orientierung zu erleichtern und sie vor finanziellen Schäden zu bewahren. Interessierte Einrichtungen können ab sofort MultiplikatorInnen ausbilden lassen. Diese vermitteln dann in ihren Einrichtungen kultursensibel in den Herkunftssprachen Wichtiges zu „Mietrecht“, „Versicherungen“, „Bankgeschäften“, „Mobilfunkverträgen“ und „Kaufverträgen“. Kurs-Start: **27.01.**; Anmeldung bis spätestens 15.01.2018. Projektleitung in München: **Annette Hüsken-Brüggemann**. Infos zum Projekt sowie Anmeldeöglichkeiten finden Sie [hier](#).

Resilienz trainieren und stärken (226-A18)

Resilienz ist die Fähigkeit, trotz widriger Umstände mit Belastungen umzugehen und wieder zurück in einen guten Zustand zu gelangen. Je mehr wir diese Fähigkeit präventiv trainieren, desto kräftiger, ausgeglichener, erfolgreicher und flexibler werden wir. Im Seminar werden alltagspraktische Methoden geübt und Wissen vermittelt, damit Sie erfolgreich ihr Leben meistern und den Alltag immer wieder neugestalten können. Referentin: **Maria Moll**, Dipl.-Soz.päd., Coach und Trainerin. Am **Dienstag, 06.02.**, 9.30 bis 17.00 Uhr im **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III; Kosten: € 40; EA € 30; Anmeldung bis 23.1. unter service@ebw-muenchen.de

"**Altern im Alltag**" ist ein Projekt des **Sozialreferats**, bei dem sich Ehrenamtliche langfristig um SeniorInnen kümmern. Dabei geht es weniger um praktische Hilfe als vor allem um emotionale Unterstützung. **Sandra Bauer**, die das Projekt leitet, hat Paare gebildet: jede/r Senior/in hat einen festen Engel wie eine/n Patin/en an der Seite. Die HelferInnen besuchen ihre SeniorInnen etwa einmal in der Woche. Mehr dazu finden Sie in diesem [Artikel](#) der Süddeutschen Zeitung.

Mit freundlicher Unterstützung durch:



Engel-News Januar/Februar 2018



Zwischen Juni und September 2018 findet wieder die bundesweite **MUT-TOUR** statt. Dabei machen depressionserfahrene und -unerfahrene Menschen seit 2012 gemeinsam Sport und Öffentlichkeitsarbeit. Sie treffen Journalisten und setzen sich mit ihren persönlichen Geschichten für mehr Wissen und Mut im Umgang mit psychischen Erkrankungen ein. **TeilnehmerInnen** haben die Möglichkeit 5 bis 7 Tage am Stück auf Tandems mitzufahren. Vom **23. bis 25. März** oder vom **20. bis 22. April** gibt es jeweils ein **MIT-MACH-Wochenende** bei Kassel zum gegenseitigen Kennenlernen. Mehr Infos zum Projekt gibt es unter www.mut-tour.de/etappe.

Von unserem **Engel Tanja Reiber** stammen die Hinweise auf folgende interessante **Links**: "Die **Volx Küche** kocht standardmäßig vegan, um möglichst vielen Menschen unabhängig von Religion, individueller Esskultur und Unverträglichkeiten das gemeinsame Essen zu ermöglichen" Initiativen wie **Foodsharing** helfen dabei, die globalen Nachhaltigkeitsziele der UN zu erfüllen. **Elena Tzara** – als Engagement-Botschafterin 2017 – überträgt ihr Bewusstsein für eine nachhaltige Entwicklung in bürgerschaftliches Engagement. Infos zum Thema Müllreduzierung unter **ZeroWaste**. Und eine Mitmachausstellung "Nur Müll?" bis 8. April im **Kindermuseum**.

Last but not least...

wollen wir Ihnen eine kleine **Bilderserie** mit **Highlights** aus dem vergangenen Jahr präsentieren:

