

PROGRAMM

10.30 Uhr

Eröffnung und Grußworte

3. Bürgermeisterin der LH München, Verena Dietl (Fraktion SPD/Volt)
Selbsthilfezentrum München, Kristina Jakob und Mirjam Unverdorben-Beil
Live-Musik mit FONA – Jazz, Tango und Chanson neu interpretiert

11.00 Uhr

Begehung des Selbsthilfetages

mit Vertreterinnen und Vertretern von Politik und Presse

11.30 Uhr

Frau-Kunst-Politik e.V. präsentiert:

Payairé – Musikalische Reise durch Lateinamerika

12.15 Uhr

Quat Fata e.V./ Frauenpower

Uigurische, georgische und russische Tänze

12.45 Uhr

BI Mehr Platz zum Leben präsentiert:

Die Isarschiffer – Musik & Kabarett aus Bayern

13.30 Uhr

Arte Oriental

Live-Musik

14.00 Uhr

Verleihung von „München dankt“

Auszeichnung der Stadt München für Bürgerschaftliches Engagement
in der Selbsthilfe durch Stadträtin Anne Hübner (Fraktionsvorsitzende
SPD/Volt)

15.15 Uhr

Giving Africa a New Face e.V. präsentiert:

BlackDia Band – Musik verbindet

15.50 Uhr

Mehrsprachiges Literatur- und Musiktheater

Leo Himmelsohn präsentiert: Die Selbsthilfefhymne – mehrsprachiges
Gedichtlied

16.00 Uhr

Anush – Armenisch-Deutscher Tanz- und Kulturtreff in München

Gesang und Tanz

16.30 Uhr

Ende der Veranstaltung

Die bunte Selbsthilfe-Vielfalt in München Rund 60 Selbsthilfegruppen und Initiativen Ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm

Lassen Sie sich von vielen Selbsthilfe-Aktiven, die
Expert*innen in eigener Sache geworden sind, informieren
und beraten. Ob es sich um eine seltene Krankheit handelt
oder persönliche Lebensfragen: Selbsthilfegruppen bieten
einen geschützten Rahmen, um sich auszutauschen und
gemeinsam neue Lösungswege zu finden.

Erleben Sie eindrucksvoll, wie viele Menschen sich in der
Selbsthilfe gegenseitig unterstützen und sich für Betroffene
engagieren.

Der Münchner Selbsthilfetag wird veranstaltet von:
Selbsthilfezentrum München und
Landeshauptstadt München Sozialreferat

Selbsthilfezentrum München
Westendstraße 68
80339 München
089/53 29 56 - 0



www.shz-muenchen.de

Sie finden uns auch auf facebook und instagram



Selbsthilfezentrum München



selbsthilfezentrum_muenchen

V.i.S.d.P.: Kristina Jakob, Selbsthilfezentrum München

MÜNCHNER SELBSTHILFETAG 2024



Schirmherr: Oberbürgermeister Dieter Reiter



Gefördert von der
Landeshauptstadt
München

SIZ Selbsthilfe
Zentrum
München

MITWIRKENDE

- 1 Selbsthilfezentrum München
- 2 Landeshauptstadt München Sozialreferat
- 3 Morgen e.V.
- 4 Working in Projects gUG - sozio-kulturelle Projekte für Kinder, Jugendliche und Mütter - Bastelaktion für Kinder und Familien
- 5 Fibromyalgie Verein Bayern e.V. - SHG München 1+2
- 6 Selbsthilfe- und Selbsterfahrungs-Männergruppe im MIM e.V.
- 7 Osteoporose Selbsthilfegruppe München Süd/Nord/Ost
- 8 ADHS Erwachsene Fortgeschrittene - ADHS-Schnelltest, Faktenangeln
- 9 SHG psychiatriererfahrene Frauen
- 10 Frau-Kunst-Politik e.V. - Kleine Ausstellung / Preisrätsel
- 11 ADHS Erwachsene und Newcomer
- 12 Diabetes Selbsthilfegruppe München
- 13 ME/CFS & Long Covid SHG für Betroffene/ SHG für Angehörige
- 14 Allergie SHG München
- 15 KulturVerstrickungen e.V. - Fingerstricken, Handarbeiten, „gemeinsam die Fäden verbinden“ ist unser Motto
- 16 Arbeitsgemeinschaft München der Deutschen Rheuma-Liga e.V.
- 17 Sklerodermie Selbsthilfe e.V. Regionalgruppe München
- 18 Nahtoderfahrung München e.V.
- 19 Tinnitus Selbsthilfe München - Deutsche Tinnitus-Liga e.V.
- 20 Schwerhörigenverein München / Obb. e.V.
- 21 Anonyme Spieler GA
- 22 Angst-Hilfe München e.V. - MASH
- 23 Kreuzbund e.V. Selbsthilfe und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige
- 24 Sputnik Bayern Russischsprach. Eltern von behinderten Kindern Münchner Gruppe
- 25 Bayerischer Blinden- und Sehbehindertenbund e.V. - BBSB Jugend - Selbsterfahrung - Leben mit Sehbehinderung und Blindheit
- 26 mamazone - Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e.V.
- 27 Blaues Kreuz München e.V. - Rauschbrillenparcours, Bierrätsel, Glücksrad
- 28 SHG - gemeinsam stark
- 29 Verein für Elektrosensible und Mobilfunkgeschädigte e.V. - Vorführung von Messgeräten, Abschirmkleidung und Abschirmbaldachin
- 30 Huntington-Selbsthilfegruppe München
- 31 Selbsthilfegruppe Diabetiker Typ 1 München - Diabetikerbund Bayern

STANDPLAN



- 32 KKT e.V. Kleinkindertagesstättenverein - Eltern-Kind-Initiativen-Typen-Test um die passende Einrichtung zu finden
- 33 Dystonie SHG München - Mitmachaktion - Simulation der Erkrankung, Einschränkung im Alter
- 34 Münchner Psychiatrieerfahrene e.V.
- 35 Mehrfache Chemikalien Unverträglichkeit - SHG-München
- 36 Kreativ und Selbstbewusst Selbsthilfegruppe - Hennatattoos
- 37 BFRB Selbsthilfe München für z.B. Skin Picking, Trichotillomanie u.a.
- 38 Club 29 e.V.
- 39 Polyneuropathie Selbsthilfe München
- 40 Uveitis SHG Südbayern
- 41 Anonyme Alkoholiker
- 42 Al-Anon Familiengruppen
- 43 Sozialinitiative Agenda 2010 München
- 44 Münchner Bündnis gegen Depression e.V. - Wissensquiz
- 45 EUTB BayCIV - Ergänzende Unabhängige TeilhabeBeratung - Peerberatung - Inklusionsparcours
- 46 Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen München e.V.
- 47 Selbsthilfegruppe München des Parkinson-Verbundes e.V. - Mini-Tischtennisplatte, VR-Brille
- 48 Bluthochdruckgruppe München - Blutdruckmessungen
- 49 Bundesverband der Organtransplantierten e.V. Regionalgruppe München - Aufklärung und Registrierungshilfe für Organ- und Knochenmarkspende
- 50 Selbsthilfegruppe für Sklerodermie - Scleroderma Liga e.V.
- 51 Gesundheitsladen München e.V. / Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. / Verein Bürger für unser Münchner Stadtklinikum e.V. (BUMS)/ AGMG/ SHG Zytomegalie
- 52 Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.
- 53 Entfalterei - Selbsthilfe Tagesstätte und Coworking-space
- 54 Giving Africa a New Face e.V. - Umfrage zur Fachkräftezuwanderung, Fotoaktion mit afrikanischem Outfit
- 55 Flow Sprechgruppe München
- 56 Aktiv gegen Mediensucht e.V. Münchner Gruppen - Buttons selber malen und gestalten
- 57 Deutsche Sarkoidose Vereinigung Gesprächskreis München - Messung der Sauerstoffsättigung im Blut

Den Selbsthilfebeirat der Landeshauptstadt München finden Sie an Stand 1.