

27.04.2020

Liebe Münchner Freiwillige und Ehrenamtliche,

die Freiwilligen-Zentren möchten Ihnen in dieser schwierigen Zeit, regelmäßig Informationen und Neuigkeiten rund um das bürgerliche Engagement in München zukommen lassen. Noch mehr als sonst stehen derzeit Solidarität und Nächstenliebe im Fokus. Auch von zu Hause aus kann man aktiv werden, sich freuen und staunen wie viele Projekte in so kurzer Zeit entstanden sind, um Menschen in Not zu helfen. Sie möchten mit Ihrem Projekt in unserem nächsten Newsletter erscheinen? Schreiben Sie uns gerne an unter kontakt@freiwilligenzentren-muenchen.de

Aktuelles aus den Freiwilligen-Zentren

Hotline für Freiwillige

Wir haben eine zentrale Telefonnummer für Freiwillige eingerichtet, die Menschen, die zur Risikogruppe gehören, unterstützen möchten. Wir beraten Mo. bis Fr. zwischen 9-17 Uhr unter der Rufnummer **0800 000 5802**. Die Engagement-Möglichkeiten werden uns von sozialen Einrichtungen gemeldet. Die Freiwilligen werden über Einsätze in Wohnortnähe per Mail informiert und wenden sich bei Interesse an die angegebene Einrichtung. Alle aktuellen Infos unter www.freiwilligenzentren-muenchen.de

Hören Sie uns online in der [aktuellen Podcast Ausgabe](#) von **Total Sozial „Helfen in Zeiten von Corona“!**



Aktion Maske

Die Freiwilligen-Zentren unterstützen die lokale Initiative Aktion Maske! Sie ist Teil der #StayHomeAndSew-Bewegung und organisiert die Vermittlung von selbst genähten Gesichtsmasken für München und Umgebung. Auf www.aktionmaske.de können Sie bei Bedarf die Anzahl an benötigten Masken für Ihre Einrichtung eintragen. Ein großes Team freiwilliger Hobbynäher*innen hat sich der Initiative bereits angeschlossen und gemeinsam werden Masken in großer Stückzahl produziert. Die Masken werden entweder in den Einrichtungen abgegeben oder per Post zugesandt. Jetzt mitmachen als freiwillige*r Hobbynäher*in!

Engagement-Möglichkeiten

Blutspenden

Täglich werden allein in Deutschland rund 15.000 Blutspenden und ca. 5.000 Plasmaspenden benötigt. Alle veröffentlichten Termine finden statt. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Hofhelfer Moosach

An drei Tagen in der Woche werden Lebensmittel und Hygieneartikel an Menschen in Not von der Diakonie München-Moosach verteilt. Mit Sach- oder Geldspenden können Sie die Aktion [hier](#) unterstützen.

Nachbarschaftstreffs München

Ab sofort vermitteln sie auch Patenschaften für Spaziergänge, Telefongespräche, Kopierhilfen, Kochpatenschaften oder auch die Essensabholung bei der Münchner Tafel. Wenn Sie beispielsweise für SchülerInnen Hausaufgaben zeitnah ausdrucken wollen oder einem Nachbar oder einer Nachbarin bei einem Spaziergang begleiten möchten oder eine Begleitung suchen, können Sie sich unter 0152 04 68 87 89 von montags bis freitags, von 10 bis 16 Uhr melden oder per Mail unter nachbarnhelfen@quarterM.de

Lesefüchse München e.V.

Online Vorlesestunden gibt es seit April bei den Lesefüchsen. Jederzeit abrufbar am Computer, am Laptop oder übers Handy. Von Lesefüchsen und Lesefüchsinnen daheim aufgenommen. Als wäre es live. Sie wollen ein Lesefuchs werden? Vorlese Videos und weitere Termine finden Sie auf lesefuechse.org

Kein Kind Alleine Lassen

Auf der Seite www.kein-kind-alleine-lassen.de finden Kinder und Jugendliche direkten Kontakt zu Beratungsstellen und auch Erwachsene bekommen Informationen, was sie bei sexueller und anderer familiärer Gewalt in der Corona-Krise tun können. Auch Sie haben die Möglichkeit aktiv mitzuhelfen! Neben Infos und weiteren Weblinks sind [auf dieser Homepage auch Flyer und Plakate zum Ausdrucken](#). Schon das Aufhängen eines Flyers im Hausflur kann helfen, die Nachbarschaft daran zu erinnern, sich um Kinder und Jugendliche aus dem eigenen Umfeld zu kümmern und aufeinander aufzupassen.

Youvo: You create, you volunteer

Youvo bringt Kreative mit sozialen Organisationen zusammen, die Unterstützung bei der Digitalisierung oder Öffentlichkeitsarbeit benötigen. Studierende und Professionals aus dem

Design-, Kommunikations- und Digitalbereich bekommen durch [hier](#) die Möglichkeit, sich mit ihren Fähigkeiten für soziale Projekte einzusetzen und diese in ihrer Wirkung zu stärken.

Engagement für Geflüchtete

Das Bellevue di Monaco bietet Lernhilfe für Geflüchtete nun auch digital an, auch für Kinder. Außerdem organisieren sie digitale Sprachpartnerschaften. Per WhatsApp und Telefon. Sie möchten unterstützen? Dann melden sich telefonisch unter 0176 - 455 715 27 oder per Mail unter fernhilfe@bellevuedimonaco.de.

Kreativ werden für Senior*innen

Verschiedene Seniorenheime suchen aktuell nach Menschen, die Bewohnerinnen und Bewohnern Postkarten, Briefe oder etwas selbst Gebasteltes schicken. Da für viele Bewohner*innen das Lesen schwierig ist, freuen sie sich vor allem über Bilder und Fotos. Egal ob Zeichnungen von Kindern oder Erwachsenen, eine schöne Postkarte oder ein Foto von Ihrem Haustier:

Haus an der Rühmannstraße, Rühmannstraße 60, 80804 München

Haus an der Tauernstraße z.H. Stefanie Kelly - Tauernstraße 11 in 81547 München

Münchenstift Haus St. Martin z.H. Alice Hörter - St.-Martin-Straße 34 in 81541 München

Münchner Tafel

Das Team der Münchner Tafel freut sich über einmalige Lebensmittelspenden ebenso wie über regelmäßige Beiträge. Wenn Sie also noch gut verwertbares Obst und Gemüse übrig haben, Milchprodukte, Wurst, Babynahrung, Kräuter, Süßigkeiten, haltbare Konserven oder andere Nahrungsmittel und diese gern spenden würden, nehmen Sie [Kontakt](#) auf.

Corona-School

Die neue kostenlose Plattform bietet Nachhilfe und Lernunterstützung von Studierenden für Schüler*innen. [Hier mitmachen](#).

Stayschool

Schüler*innen der 5. bis 13. Klasse können über die Plattform kostenfrei bei ehrenamtlichen Helfern Nachhilfe per Videochat nehmen. Das multilinguale Nachhilfeportal richtet sich explizit an benachteiligte Schüler*innen, deshalb ist die Internetseite barrierearm, mehrsprachig und kostenlos. Mehr unter www.stayschool.de.

Knowhow für soziale Initiativen aus München



Soziale Organisationen benötigen oftmals Unterstützung im Aufbau oder der Betreuung der eigenen Homepage oder des Social Media Auftritts. Sie wollen Ihr digitales Wissen und Können zur Verfügung stellen? Kontaktieren Sie uns unter fwz-west@caritasmuenchen.de

Engagement unter freiem Himmel

Fällt Ihnen zu Hause die Decke auf den Kopf? Spazieren und Joggen sind gerade jetzt wichtig sowohl für die körperliche als auch für die psychische Gesundheit. Kombinieren Sie doch die Bewegung an der frischen Luft mit einem Engagement für die Umwelt: Plogging! Ausgestattet mit Handschuhen und Abfallbehältnissen bekämpfen Sie allein oder zusammen mit den in Ihrem Haushalt lebenden Personen Umweltverschmutzung und führen den Abfall dem Recyclingkreislauf zu.

Das Motto lautet: Ich mach´s mit Nase-Mund-Maske!

NICCON Help e.V. und der Stadteilladen Trudering haben gemeinsam die Nachbarschaftsaktion „Mach(s) mit - Maske - nähen für den Münchner Osten“ ins Leben gerufen. Die Masken werden nicht nur an Einrichtungen, sondern auch an Privatpersonen versandt. Bestellen oder Mitmachen können Sie [hier](#).

Landesbund für Vogelschutz München

Damit einheimische Wildpflanzen in der Großstadt eine Chance bekommen, versendet der LBV sogenannte Blühbriefe. Etwa 250 Mal wurde die wilde Post schon verschickt. Die Blühbriefe können unter bunter.balkon@lbv.de angefragt werden oder telefonisch unter der Nummer 089/ 20 02 70 73 – [hier](#) geht es zum Artikel in der SZ.

Bahnhofsmission München

Die Bahnhofsmission bietet mittellosen Menschen als Ersthilfeeinstitution eine Notversorgung mit Nahrungsmitteln sowie Kleidung an. Deshalb ist die Einrichtung auf Sachspenden angewiesen. Sollten Sie nicht sicher sein, ob Ihre Sachspende tatsächlich gebraucht wird, rufen Sie bitte an unter 089 – 59 45 76. Wichtige Informationen finden Sie [hier](#).

Online Workshops

Innere Mission München - Ehrenamtlich aktiv bleiben

Momentan befinden wir uns alle in einer besonderen Situation, die belastet und fordert. Fahim Sobat, Soziologe, interkultureller Trainer und Coach, beschäftigt sich bei diesem online Workshop mit der Frage „Wie kann ich als Ehrenamtliche*r trotz der Corona-Krisenzeit aktiv

bleiben und mit dieser Zeit auf eine Art umgehen, bei der ich gut auf mich achte?“ -
06.05.2020 von 16 – 18.30 Uhr. Anmeldung erforderlich unter ika@im-muenchen.de

Virtuelles Sportangebot buntkicktgut

Ab 27.04. wird von Montag bis Freitag von 10:00 bis 11:00 Uhr ein Videosportangebot live und interaktiv über die Plattform Zoom für Grundschul Kinder angeboten. Eltern können sich bei buntkicktgut unter team@buntkicktgut.de anmelden.

Klimaschutz für jedes Alter

Das [evangelisches Bildungswerk München](#) bietet verschiedene Webinare an. Beatrix Fuchs ist Klimaschützerin bei ParentsforFuture und bietet am 29.04. einen Info-Nachmittag mit digitalem Vortrag und Austausch von 17.00 -18.00 Uhr an. Anmeldung erforderlich.

Seniorenakademie Bayern *senior* Trainerin

Das kostenfreie 6-tägige Seminar richtet sich an Menschen der Generation 50+, die sich ehrenamtlich engagieren möchten und Kompetenzen in der Projektentwicklung und Netzwerkarbeit anwenden möchten, sowie gesellschaftliche Problemsituationen verbessern wollen. Weitere Infos und Anmeldung [hier](#).

Falls Sie einer freiwilligen Tätigkeit nachgehen, überlegen Sie doch wie Sie diese telefonisch oder digital weiterführen und mit den Menschen in Verbindung bleiben oder Ihnen den Zugang zu digitalen Medien ermöglichen können.

Bleiben Sie gesund!

Ihr Team der Münchner Freiwilligen-Zentren