

Rahmen- und Bühnenprogramm

10.30 Uhr

Eröffnung und Grußworte

Selbsthilfzentrum: Klaus Grothe-Bortlik und Mirjam Unverdorben-Beil
2. Bürgermeisterin der LH München: Katrin Habenschaden (Fraktion Die Grünen - Rosa Liste)

Musikalische Umrahmung durch die nouWell cousines

11.20 Uhr

Uigurischer Kulturverein ARZU e.V.

Tanz- und Theatervorführung

12.15 Uhr

Kreativ und Selbstbewusst Selbsthilfegruppe

Musik, Tanz und Modenschau

12.45 Uhr

Liceo Hispanoamerica

Live-Musik mit Paco und Alejandra von PALO SANTO

13.10 Uhr

Uigurische Kultur und Bildung e.V.

Tanzvorführung und Gesang

13.35 Uhr

BARUS e.V.

Theaterstudio „MƏM“

14.00 Uhr

Verleihung von „München dankt“ (Auszeichnung der Stadt München) für bürgerschaftliches Engagement in der Selbsthilfe durch Stadtrat Christian Müller (SPD/Volt-Fraktion)

15.15 Uhr

Münchner Cochlea-Implantat Selbsthilfegruppe (MuCIs)

Chor für Andershörende

16.00 Uhr

Thai Asa e.V.

Musik und Tanz

16.30 Uhr

Ende der Veranstaltung

Erleben Sie die bunte Vielfalt in unserer Stadt
Münchner Selbsthilfegruppen und Initiativen stellen sich vor
52 Informationsstände und ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm

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.

Sie sind oft Expert*innen in eigener Sache geworden, deren spezielles Know-how schon vielen weiter geholfen hat. Erleben Sie eindrucksvoll, wie viele Menschen sich in der Selbsthilfe gegenseitig unterstützen und sich für Betroffene engagieren.

Der Münchner Selbsthilfetag wird veranstaltet von:

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

Landeshauptstadt München
Gesundheitsreferat
Bayerstraße 28a
80335 München
089/233 - 4 75 34

Landeshauptstadt München
Sozialreferat
Orleansplatz 11
81667 München
089/233 - 4 84 54

www.shz-muenchen.de
www.muenchner-selbsthilfetag.de
www.muenchen.de/engagement

V.i.S.d.P.: Klaus Grothe-Bortlik, Selbsthilfzentrum München

**Samstag
3. Juli 2021**

**10.30 - 16.30 Uhr
Marienplatz**



Die Planung erfolgt vorbehaltlich der Entwicklung der Pandemie
Aktuelle Infos unter www.muenchner-selbsthilfetag.de

Schirmherr:
Oberbürgermeister
Dieter Reiter

Mitwirkende

Aktionen am Stand (je nach Pandemieentwicklung)

- 1 Selbsthilfezentrum München
- 2 Landeshauptstadt München: Sozialreferat und Gesundheitsreferat
- 3 FÖBE – Förderung Bürgerschaftliches Engagement
- 4 Freiwilligen-Agenturen und -Zentren München
- 5 Die Münchner Nachbarschaftstreffe
- 6 Kinder sind Menschen e.V.
- 7 ADHS Erwachsene Fortgeschrittene
ADHS-VR-Simulation, Projekt ADHS und Kunst, Faktenangeln
- 8 Zentrum Fr.Ost e.V.
- 9 Schwerhörigen Verein München/Obb. e.V.
- 10 Omas gegen Rechts München
Kampagne „5000“ Omas gegen Rechts München, Postkartenaktion, Buttons
- 11 Sputnik Bayern – Russischsprach. Eltern von behinderten Kindern
- 12 Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.
Gespräche und Informationen über neue Wohnprojekte für Seniorinnen
- 13 Liceo Hispanoamerica
- 14 Scleroderma Liga e.V., die Selbsthilfegruppe für Sklerodermie-Patienten
- 15 Osteoporose Selbsthilfegruppe München Süd/Nord/Ost
- 16 Blaues Kreuz München e.V. – *Mitmach-Aktion Rauschbrille*
- 17 Nahtoderfahrung-München e.V. gemeinnützige Selbsthilfe & Studiengruppe
- 18 VbA Selbstbestimmt Leben e.V.
- 19 Münchner Zentrum für Hochsensibilität e.V.
Möglichkeit eines Tests „Bin ich hochsensibel?“
- 20 Selbsthilfe- und Selbsterfahrungs-Männergruppen MIM e.V.
- 21 Club29 e.V.
- 22 Leben mit ME/CFS
Handkraftmessung, Avatar zur Ansicht (Telepräsenzroboter ermöglicht Teilnahme hausgebundener Kinder am Schulunterricht)
- 23 Münchner Angstselbsthilfe MASH
Hosentaschenzettel und andere Mitmach-Aktionen
- 24 Uveitis SHG Südbayern
- 25 Hilfe von Mensch zu Mensch e.V. - Bosnische Schule
Bastelangebot und traditionelle Kinderspiele aus Bosnien und Herzegowina
- 26 Kreuzbund Diözesanverband München und Freising e.V.
Geschicklichkeitsspiele mit Rauschbrillen
- 27 KulturVERSTRICKUNGEN e.V. – *Fingerstricken*

MÜNCHNER SELBSTHILFETAG



Landeshauptstadt
München



- 28 Fibromyalgie Verein Bayern e.V. SHG München I + II
- 29 Tinnitus Selbsthilfe München der Deutschen Tinnitus-Liga e.V.
- 30 Verein für Elektrosensible und Mobilfunkgeschädigte e.V.
Messungen der Strahlenbelastung
- 31 SHG Psychiatrieerfahrene Frauen
- 32 Zusammen Aktiv Bleiben e.V.
- 33 Deutsche Rheuma-Liga, Arbeitsgemeinschaft München
- 34 Münchner Psychiatrie-Erfahrene e.V.
- 35 Wohnen ohne Auto
- 36 BARUS e.V.
Ausstellung von handgefertigten Gipsfiguren, Arbeiten von Kindern und Jugendlichen
- 37 Sklerodermie Selbsthilfe e.V.
Welt-Sklerodermie-Tag 2021 – Sklerodermie Selbsthilfe und FESCA
- 38 Thai Asa e.V. - Sprachschule am Harras – *Preisrätsel*
- 39 SHG Narkolepsie Netzwerk Südbayern
- 40 Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker München e.V.
- 41 Alija
- 42 Münchner Bündnis gegen Depression e.V.
- 43 Kreativ und Selbstbewusst Selbsthilfegruppe
- 44 Deutsche Dystonie Gesellschaft e.V.
- 45 Gesundheitsladen München e.V.
- 46 MCS-SHG-München
- 47 SHG Gemeinsam Stark Adipositas Selbsthilfegruppe im ZEP
Wie fühlt man sich mit 30 Kilo mehr oder weniger? Mit einem Gewichtsmantel können Sie das bei uns ausprobieren!
- 48 ADHS Erwachsene und Newcomer
Digitales ADHS-Kunstprojekt, ADHS-Workshop, ADHS-Test
- 49 Sarkoidose-Netzwerk e.V.
Sauerstoffsättigung- und Pulsmessung
- 50 SHG Dicke Freunde München City
Gewinnspielaktion, Messen des BMI und Beratung über mögliche Risikofaktoren
- 51 Vereinigung der Kehlkopferoperierten e.V.
- 52 Herzkrank ohne Ängste und Sorgen / Herz ohne Stress
Patientengespräche mit Kardiologen und Psychologinnen, Blutdruckmess-Aktion

Den Selbsthilfebeirat der Landeshauptstadt München finden Sie an Stand 1.