

## Sie möchten unsere Arbeit auf eine andere Weise unterstützen?

Sehr dankbar sind wir auch über Hilfe in Form einer Spende.

Unser Spendenkonto: Münchner Bank eG  
IBAN: DE 02 7019 0000 1308 9063 78  
BIC: GENODEF101

Absender

Antwort

Ehrenamt Koordination

Yvonne Bär

Goethstr. 21

80336 München

## Sich einbringen bringt's:

- Freude schenken und Freude erfahren
- Ihre besonderen Fähigkeiten und Interessen anderen Frauen schenken und gemeinsam pflegen
- Neue Erfahrungen machen beim Kennenlernen von anderen Frauen und deren Lebensalltag
- Das gute Gefühl erleben, andere zu unterstützen und dabei Kontakte knüpfen
- Zeit sinnvoll gestalten
- Den Ein- oder Umstieg in ein neues Arbeitsfeld finden oder den Ausstieg mit Sinn füllen
- Zugehörigkeit zu einer Gruppe von engagierten Frauen erleben
- Unseren frauenspezifischen Ansatz kennenlernen

## Wir freuen uns auf Sie!

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf!  
Rufen Sie einfach an oder schreiben eine Mail.

Yvonne Bär, Dipl. Sozialpädagogin  
Tel: 089/411119-353  
Fax: 089/411119-399  
buergerschaftliches.engagement@ftz-muenchen.de  
www.ftz-muenchen.de

Der Entwurf dieses Flyers wurde gespendet von der Agentur **wpg**.

# Sich einbringen bringt was!

## Machen Sie mit!

Wir suchen freiwillige, engagierte Helferinnen.



FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH

## Wir wir sind:

Gegründet 1978, hat das FrauenTherapie-Zentrum München heute neun Einrichtungen mit über 120 Mitarbeiterinnen:

Beratungsstellen, Betreuungsangebote (z.B. Therapeutische Wohngemeinschaften, Betreutes Einzelwohnen) sowie Ergotherapie-Praxen.  
Für Frauen mit:

- psychischen Problemen oder psychiatrischen Diagnosen
- einer Krebserkrankung oder Problemen mit Suchtmitteln (Medikamente, Alkohol)

Für alte und junge Frauen, mit und ohne Kinder, aller Nationalitäten und Lebensweisen, die Unterstützung brauchen.

## Sie können dabei sein:

- mit Ihrer ehrenamtlichen Mitarbeit
- als Begleiterin und Kontaktperson für Frauen und/oder deren Kinder, die sich in bestimmten Lebenssituationen Hilfe wünschen
- mit dem, was Sie gerne tun und was den Frauen hilft

**Ihr Engagement ist die perfekte Ergänzung zu unseren Angeboten!**

## Sie bringen mit:

- etwas Zeit für regelmäßiges oder einmaliges Engagement
- Interesse und Zuwendung für Frauen mit manchmal etwas eigenwilligem Verhalten und großen Stärken
- Ihre persönlichen und beruflichen Fähigkeiten und Interessen

## Das könnten Sie zum Beispiel tun:

- einzelnen Frauen oder einer Gruppe von Frauen etwas vermitteln, das Sie gut können, z. B. ein Instrument spielen, eine Sprache, etwas Kreatives ...
- Freizeitaktivitäten, Angebot einer regelmäßigen Kaffeerunde, gemeinsames Kochen ...
- Frauen regelmäßig zu ÄrztInnen, Ämtern usw. begleiten, bei Bürokratischem unterstützen ...
- alltagspraktische Unterstützung z.B. am PC, Deutsch üben, einkaufen, Stadteilangebote erkunden ...
- bei Renovierung oder Umzug helfen, oder gemeinsam ein Sommerfest organisieren ...
- im Büro helfen ...

## Das können wir für Sie tun:

- Als Gegenleistung für Ihren Einsatz bieten wir:
- regelmäßiges Coaching durch Sozialpädagoginnen oder Psychologinnen
  - bedarfsgerechte Schulungen
  - Austauschtreffen mit kleinen kulinarischen Freuden und anregenden Informationen
  - Versicherungsschutz
  - Ehrenamtszertifikat



## Ich habe Interesse an Freiwilligenarbeit im FrauenTherapieZentrum

Name:

Vorname:

Adresse:

Tel:

Geb. Datum:

E-Mail:

Datum

Unterschrift

Für wen würden Sie sich gerne engagieren?

Keine Einschränkungen

Ältere Frauen

Jüngere Frauen

Frauen aus anderen Kulturkreisen

Frauen mit Kindern

Einzelne

Gruppen

Ich möchte lieber hinter den „Kulissen“ helfen, z.B. im Büro